



مركز  
للبحوث والتحريات الكمبيوترية

اصبهان

للغلام



عليه  
صلى الله عليه وسلم

www. **Ghaemiyeh** .com  
www. **Ghaemiyeh** .org  
www. **Ghaemiyeh** .net  
www. **Ghaemiyeh** .ir

# طَبِيبٌ أَبْلَامُ الصَّلَاةِ

إعداد وترتيب  
عبد الحق عتيق



مؤسسة الأمان للطبوعات

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# طب الامام الصادق ( عليه السلام )

كاتب:

محسن عقيل

نشرت في الطباعة:

موسسه الاعلمي للمطبوعات

رقمي الناشر:

مركز القائمية باصفهان للتحريات الكمبيوترية

# الفهرس

5	الفهرس
42	طب الامام الصادق عليه السلام
42	اشارة
42	اشارة
46	المقدمة
48	الرمان
48	اشارة
49	خواص الرمان العلاجية
52	الرمان في الطب الحديث
52	التركيب التحليلي لثمرة الرمان:
53	الاستخدامات الطبية لثمرة الرمان:
54	التفاح
54	اشارة
56	الاستخدامات الطبية للتفاح:
56	التفاح و خل التفاح
57	التركيب التحليلي لثمرة التفاح:
57	استخدامات التفاح الطبية
57	لعلاج الآلام الروماتيزمية والنقرس:
57	لعلاج الإسهال الحاد والمزمن:
58	التفاح طعام وعلاج للجروح
58	اشارة
58	التفاح كيف يؤكل؟
58	أغني التفاح عن بتر قدم:

59	التفاح صديق لمرضى السكر:
59	ملاحظات هامة:
60	استخدامات التفاح العلاجية في الطب الحديث:
61	خل التفاح:
61	فوائد خل التفاح الطبية:
61	لعلاج القيء و الإسهال و مغص الأمعاء:
62	لعلاج الحصوات و تطهير المسالك البولية:
62	رجيم خل التفاح لسرعة انقاص الوزن:
62	لعلاج الصداع المزمن و المتكرر:
63	لعلاج الدوخة:
63	لعلاج السعال:
63	لعلاج الحروق:
63	الاستخدامات الطبية لخل التفاح:
63	اشارة
64	طريقة عمل خل التفاح:
65	العنب و الزبيب:
65	اشارة
66	كل العناصر الغذائية... في العنب:
66	نتائج تحليل ثمار العنب:
66	القيمة الغذائية للعنب:
67	العنب في الطب الشعبي الحديث:
67	اشارة
67	استخدامات العنب الطبية:
68	العنب يقلل من الإصابة بالسرطان!!
68	ما ذا قال الطبيب العالمي دكتور فالينيه عن العنب؟

69	سر العلاج بالعنب .....
69	المادة الفعالة:
69	كيف يتم شفاء السرطان بالعنب؟ .....
69	عصير العنب .....
69	استخدام عصير العنب في العلاج: .....
70	نواح أخرى للعلاج بالعنب .....
70	مرض التيفود .....
70	العنب لاستعادة الحيوية من جديد .....
71	مرض السل .....
71	العنب دواء لعسر الهضم: .....
71	العنب... و التهابات اللثة والأسنان: .....
72	مرض النقرس .....
72	يساعد العنب علي تصريف كل المخلفات الضارة التي تسبب آلاما روماتيزمية: .....
72	العنب ملطف لألم الزائدة الدودية: .....
72	حالات الأنيميا: .....
73	العنب و العمليات الجراحية: .....
73	العنب مقاوم للإدمان: .....
73	العنب... منشط جنسي!! .....
73	العنب مذيّب للحصوات: .....
73	العنب لضعف الرؤية، الكاتاركت أو الماء الأزرق: .....
74	العنب دواء لقرحة المعدة: .....
74	العنب ملطف للرشح و متاعب الجيوب الأنفية: .....
74	لبخة العنب تساعد علي تصريف الخراج: .....
74	العنب و مرض السكر: .....
75	الزبيب .....

75	.....	اشارة
75	.....	القيمة الغذائية للزبيب:
76	.....	استخدام الزبيب في العلاج:
76	.....	الزبيب في الطب القديم
78	.....	البطيخ
78	.....	اشارة
79	.....	استخدامات و فوائد البطيخ الطبية:
79	.....	لعلاج ضغط الدم المرتفع:
80	.....	علاجات البطيخ في الطب القديم
80	.....	ابن سينا في القانون:
80	.....	الأطباكي في التذكرة:
81	.....	الزيتون
81	.....	اشارة
82	.....	التركيب التحليلي لثمرة الزيتون
84	.....	الفوائد و الاستخدامات الطبية لزيت الزيتون
84	.....	1 - للوقاية من تصلب الشرايين و الذبحة الصدرية:
84	.....	اشارة
84	.....	مضاعفات مرض تصلب الشرايين:
85	.....	2 - استخدام زيت الزيتون المخفض لضغط الدم المرتفع و المساعد علي توسيع الأوعية الدموية الطرفية:
86	.....	4 - استخدام زيت الزيتون كملطف و ملين للأمعاء (Laxative) :
86	.....	اشارة
86	.....	طريقة استخدام زيت الزيتون:
86	.....	5 - استخدام زيت الزيتون كمادة ملدرة للبول (Diuretic) :
87	.....	5 - استخدام زيت الزيتون لعلاج الكساح و فقر الدم في الأطفال الرضع:
87	.....	1 - سكر الأطفال و صغار السن:



88	2 - سكر الكبار و البالغين: .....
88	الاستخدامات الخارجية لزيت الزيتون .....
88	1 - لعلاج الآلام الروماتزمية و التهاب الأعصاب و التواء المفاصل: .....
89	2 - زيت الزيتون في علاج مرض النقرس (Gout): .....
89	3 - لعلاج التهابات اللثة: .....
90	4 - زيت الزيتون يعالج الأمراض الجلدية: .....
91	الزيتون في الطب القديم .....
93	زيت الزيتون في الطب القديم .....
94	السفرجل .....
94	اشارة .....
95	في الطب الشعبي الحديث: .....
95	السفرجل في الطب القديم .....
97	التمر، الكمثري .....
97	اشارة .....
99	العلاج بالتمر و الرطب .....
99	التركيب التحليلي للتمر و الرطب: .....
100	الاستخدامات العلاجية للبلح و الرطب .....
100	1 - التمر يقوي الرحم: .....
101	2 - التمر مهديء للأعصاب: .....
101	3 - البلح منبه للأمعاء: .....
101	4 - القيمة الغذائية للتمر: .....
101	5 - التمر غذاء للنفساء: .....
102	6 - التمر يعالج فقر الدم (الانيميا): .....
102	7 - التمر يعالج السعال و نزلات البرد: .....
102	8 - منقوع البلح مدر للبول و ملين للأمعاء: .....

102	9 - استخدام البلح كمضاد للحموضة:
103	10 - التمر يزيد من القدرة الجنسية:
103	11 - التمر إفتار لطيف للصائم:
105	خواص الكمثري:
105	الاستخدامات الطبية للكمثري:
105	الفوائد الغذائية:
106	الكمثري في الطب القديم:
107	الغبيراء:
107	اشارة:
108	خواص الغبيراء:
108	الفصيلة الوردية الوصف النباتي:
108	التركيب الكيميائي:
108	الاستعمال الطبي:
109	الغبيراء في الطب القديم:
110	الجوز:
110	اشارة:
111	في الطب الشعبي الحديث:
112	الجوز في الطب القديم:
114	الإجاص:
114	اشارة:
115	الفوائد الغذائية:
115	الخصائص العلاجية:
115	يوصف لعلاج حالات:
115	الاستعمالات الداخلية:
116	الاستعمالات الخارجية:

116	الإحاص في الطب القديم
117	الأترج
117	اشارة
118	شرح الماهية:
118	الأترج في الطب القديم
120	الأترج في الطب الحديث
121	باب: البقول الثوم والبصل
121	اشارة
122	خصائص الثوم في الطب الحديث
122	الثوم... كمضاد حيوي:
123	هل تعاني من ارتفاع ضغط الدم؟
123	للوفاية من ارتفاع الكوليسترول و الجلطات الدموية:
123	وصفات فعالة من الثوم:
123	الثلاثي الرهيب لمقاومة نزلات البرد:
123	شورية الثوم للوقاية من العدوي:
124	لبخة الثوم لعلاج الخرايخ:
124	خليط الثوم والعسل لعلاج التهاب اللوزتين:
124	حقنة شرجية من الثوم لتطهير الأمعاء:
124	لعلاج المغص... عند الكبار:
127	مرض السكر:
127	هل ينجح الثوم في علاج مرض السكر؟
127	التحقق بالتجربة:
127	كيف يخفض الثوم مستوى السكر بالدم؟
127	الثوم يحمي الجسم من الكيماويات و المعادن الضارة:
128	التحقق بالتجربة:

- 128 ..... كيف يحمي الجسم نفسه من هذه السموم؟
- 128 ..... الثوم يحافظ علي خلايا الكبد!!
- 129 ..... الثوم يحمي الجسم من أخطار الإشعاع:
- 129 ..... الثوم يحمي من الإصابة بسرطان المعدة:
- 129 ..... الثوم علاج للحمي الشوكية!!
- 130 ..... الثوم منشط و مزيل للتوتر:
- 130 ..... الثوم و الدوستناريا الأميية:
- 131 ..... الثوم و مرض الجذام:
- 131 ..... الثوم علاج لعدوي المهبل بالفطريات «المونيليا»:
- 131 ..... الثوم و مرض السل:
- 131 ..... الثوم علاج لمرض التيفود:
- 132 ..... الثوم يطهر الأمعاء من الديدان:
- 132 ..... الثوم كمادة مطهرة للجروح:
- 132 ..... استخدام الثوم كعلاج للدغة الحشرات:
- 132 ..... الثوم يحمي من مرض الإيدز:
- 133 ..... سؤال صعب جدا!!!
- 133 ..... وصفة من الثوم لاستعادة الشبوية!!
- 134 ..... قيمة البصل الغذائية:
- 135 ..... فوائد البصل الصحية المتعددة في سطور:
- 135 ..... البصل و مرض السكر:
- 138 ..... المكونات الفعالة في البصل:
- 138 ..... الأبحاث العلمية الحديثة
- 140 ..... علاج البصل في الطب القديم
- 140 ..... القانون في الطب:
- 142 ..... القرع (الدباء) ..

142	.....	اشارة
143	.....	القرع في الطب الحديث
143	.....	التركيب التحليلي لثمار القرعيات:
143	.....	الاستخدامات الطبية لثمار القرعيات:
144	.....	القرع في الطب القديم
147	.....	الجزر و الخس
147	.....	اشارة
148	.....	الجزر في الطب الحديث
148	.....	التركيب التحليلي لنبات الجزر:
148	.....	الفوائد الطبية للجزر:
149	.....	الجزر... و الكاروتين
151	.....	الجزر في الطب القديم
153	.....	الخس في الطب الحديث
154	.....	الخس في الطب القديم
155	.....	الفجل
155	.....	اشارة
156	.....	الفجل في الطب الحديث
156	.....	الفجل الحار
156	.....	للذين يشكون من التهاب الجيوب الأنفية:
156	.....	المكونات:
156	.....	الاستعمال:
157	.....	للذين يعانون من تورم القدمين (Oedema):
157	.....	المكونات:
157	.....	التحضير و الاستعمال:
158	.....	المكونات:

158	التحضير و الاستعمال:
158	معجون للأسنان وغسول مطهر للفم من جذور الفجل:
158	وصفة أخرى للروماتيزم من جذور الفجل:
159	الفجل في الطب القديم
163	السلق
163	اشارة
164	السلق في الطب الحديث
164	السلق في الطب القديم
166	الباذنجان
166	اشارة
167	رأي الطب الحديث:
167	علاجات الباذنجان في الطب القديم
167	ابن سينا في القانون:
168	الإنطاكي في التذكرة:
169	الهندباء
169	اشارة
170	الهندباء في الطب الحديث
170	اشارة
170	الاستعمال الطبي:
171	في الطب الشعبي الحديث:
172	الهندباء في الطب القديم
172	شرح الماهية
172	خواص العلاجات:
174	الحرمل
174	اشارة

175	.....	الحرملة في الطب الحديث
175	.....	اشارة
175	.....	الاستعمال الطبي:
176	.....	الحرملة في الطب القديم
176	.....	شرح الماهية:
176	.....	خواص العلاجات:
178	.....	الخطمي
178	.....	اشارة
179	.....	الخطمي في الطب الحديث
179	.....	الوصف النباتي:
179	.....	التركيب الكيميائي:
179	.....	الاستعمال الطبي:
180	.....	الخطمي في الطب القديم
182	.....	الشلجم (اللفت)
182	.....	اشارة
183	.....	الشلجم (اللفت) في الطب الحديث
183	.....	في الطب الشعبي الحديث:
184	.....	اللفت (الشلجم) في الطب القديم
185	.....	الباقلا (الفول)
185	.....	اشارة
186	.....	الفول (الباقلا) في الطب الحديث
186	.....	الفول في الطب القديم
188	.....	الكراث
188	.....	اشارة
189	.....	في الطب الشعبي الحديث:

189	الكراث في الطب القديم
192	الباذروج (الحوك)
192	اشارة
192	بزر قطونا
193	الحوك (الباذروج) في الطب القديم
193	شرح الماهية:
193	خواص العلاجات:
194	البزر قطونا في الطب القديم
194	شرح الماهية:
194	خواص العلاجات:
196	الجاورس و اللبان
196	اشارة
197	الجاورس في الطب القديم
197	اشارة
197	خواص العلاجات:
198	اللبان في الطب الحديث
198	اشارة
199	اللبان (الكندر) في الطب القديم
199	شرح الماهية:
199	خواص العلاجات:
202	السويق
202	اشارة
203	سويق الشعير
203	سويق العدس
204	سويق الأرز



204	سويق التفاح
205	السويق في الطب القديم
206	الخل
207	خل الخمر
207	اشارة
208	الخل في الطب القديم
210	الأشنان و السعد
210	اشارة
211	الاشنان في الطب القديم
211	شرح الماهية:
211	خواص العلاجات:
212	السعد في الطب القديم
212	اشارة
212	خواص العلاجات:
214	السنا
214	اشارة
215	ما يقوله العلم الحديث في السنا:
215	المقدار الدوائي للسنا وطريقة الاستخدام:
216	الاستعمالات المستقبلية:
217	السنا في الطب القديم
218	خواص العلاجات:
219	البنفسج
219	اشارة
221	البنفسج في الطب القديم
221	شرح الماهية:

- 221 ..... خواص العلاجات: ..
- 222 ..... البنفسج في الطب الحديث -
- 222 ..... التركيب الكيميائي: ..
- 223 ..... الاستعمال الطبي: ..
- 224 ..... الهليلج و البليج و الأملج و الحمص -
- 224 ..... اشارة .....
- 225 ..... الهليلج في الطب القديم .....
- 225 ..... شرح الماهية: .....
- 225 ..... خواص العلاجات: .....
- 226 ..... البليج في الطب القديم .....
- 226 ..... اشارة .....
- 226 ..... خواص العلاجات: .....
- 227 ..... الأملج في الطب القديم .....
- 227 ..... اشارة .....
- 227 ..... خواص العلاجات: .....
- 229 ..... الحمص في الطب الحديث .....
- 229 ..... الحمص في الطب القديم .....
- 231 ..... الأرز .....
- 231 ..... اشارة .....
- 234 ..... قيمة الأرز الغذائية: .....
- 234 ..... الأرز في الطب الحديث .....
- 235 ..... الأرز في الطب القديم .....
- 236 ..... الحزاء و اللوباء .....
- 236 ..... اشارة .....
- 237 ..... اللوباء في الطب القديم: .....

- 237 ..... اللوباء في الطب الحديث:
- 238 ..... الحبة السوداء
- 238 ..... اشارة
- 239 ..... الحبة السوداء في الطب القديم
- 241 ..... الحبة السوداء في الطب الحديث
- 241 ..... اشارة
- 241 ..... علاج الجرب والقمل
- 242 ..... ولاستخراج خلاصة الحبة السوداء عليك أن تتبع الخطوات الآتية:
- 242 ..... طريقة استعمال علاج القمل:
- 242 ..... طريقة استعمال علاج الجرب:
- 243 ..... علاج صداع الرأس المزمن:
- 243 ..... طريقة تركيب علاج صداع الرأس:
- 243 ..... طريقة استعمال الدواء:
- 243 ..... علاج حصي الكلي والمثانة:
- 243 ..... طريقة استعمال علاج ضغط الدم:
- 244 ..... طريقة تركيب الدواء:
- 244 ..... طريقة استعمال علاج حصي الكلي والمثانة:
- 244 ..... علاج صعوبة النطق:
- 244 ..... طريقة تركيب علاج صعوبة النطق:
- 244 ..... طريقة استعمال الدواء:
- 245 ..... علاج السعال:
- 245 ..... ولتحضير تركيبة علاج السعال يلزمنا الآتي:
- 245 ..... أولاً: الشراب:
- 245 ..... ثانياً: البخار:
- 246 ..... تركيب علاج السعال (بطريقة البخار):

246	علاج السكري: .....
246	و لتحضير تركيبة علاج مرض السكر يلزمنا ما يلي: .....
246	طريقة تركيب علاج السكر: .....
247	علاج العقم: و لتركيب علاج العقم يلزمنا: .....
247	طريقة تركيب الدواء: .....
247	طريقة استعمال علاج العقم: .....
248	علاج الثعلبية: .....
248	و المواد المطلوبة لإعداد علاج الثعلبية: .....
248	طريقة استعمال الدواء: .....
248	طريقة تركيب العلاج: .....
248	طريقة استعمال العلاج: .....
248	علاج الثآليل الدهنية الشائعة و الزوائد الجلدية: .....
248	و لتركيب العلاج يلزمنا الآتي: .....
249	طريقة استعمال العلاج: .....
249	علاج الوردية و العد الشائع: .....
249	و لتركيب علاج الوردية و العد الشائع يلزمنا الآتي: .....
249	و تتحقق طريقة الاستخلاص باتباع الخطوات التالية: .....
250	و طريقة استعمال هذا الدواء في العلاج: .....
250	ب - الطريقة العادية: .....
250	أما تركيب العلاج فيتم باتباع الخطوات الآتية: .....
250	و طريقة استعمال علاج الوردية و العد الشائع: .....
250	علاج الفطريات بأنواعها: .....
251	طريقة تركيب الدواء: .....
251	طريقة استعمال علاج الفطريات: .....
251	طريقة حفظ الدواء: .....

- 251 ..... علاج الصداف
- 252 ..... طريقة استعمال الدواء:
- 252 ..... و تركيب العلاج يتم باتباع الخطوات التالية:
- 252 ..... طريقة استعمال الدواء:
- 253 ..... الحزاز البسيط.
- 253 ..... أولاً: الإكزيما:
- 253 ..... ويمكن علاجها بالطرق الآتية:
- 253 ..... و طريقة تركيبه تتم كالاتي:
- 253 ..... و لتحضير هذه التركيبة يلزمنا الآتي:
- 255 ..... طريقة تركيب علاج الإكزيما علي الأخمصين وراحتي اليدين:
- 255 ..... طريقة تركيب دواء حب الشباب:
- 256 ..... علاج الحزاز:
- 256 ..... طريقة تحضير الدواء:
- 256 ..... علاج القوباء المعدية:
- 256 ..... لعلاج هذا المرض نحتاج للآتي:
- 256 ..... طريقة استعمال الدواء:
- 257 ..... علاج البهاق:
- 257 ..... طريقة تركيب الدواء:
- 257 ..... طريقة الاستعمال:
- 257 ..... تركيب الدواء:
- 258 ..... العسل ..
- 258 ..... اشارة ..
- 262 ..... العسل غذاء قيم ..
- 263 ..... العسل و الداء السكري:
- 266 ..... العسل للوقاية من نخر الأسنان:

267	العسل وطب الشيخوخة: .....
269	أهمية العسل في تغذية الأطفال: .....
272	الاستشفاء بالعسل .....
272	معالجة الجروح والقروح وآفات الجلد بالعسل: .....
277	حقن العسل في مداواة الأمراض الجلدية: .....
278	قناع من عسل و تنقي مظاهر الشيخوخة المبكرة: .....
280	معالجة أمراض العين بالعسل: .....
283	الاستشفاء بالعسل في أمراض الجهاز الهضمي: .....
286	العسل والكبد: .....
287	العسل وأمراض الحساسية: .....
288	شفاء النزلات الشعبية بالعسل: .....
289	معالجة آفات الأنف والأذن والحنجرة بالعسل: .....
291	معالجة أمراض الفم بالعسل: .....
291	أمراض الجهاز التنفسي والعسل: .....
292	الاستشفاء بالعسل في أمراض الدم: .....
293	العسل في أمراض القلب: .....
295	العسل وأمراض الكليتين: .....
295	العسل في أمراض الجهاز العصبي: .....
296	معالجة الأمراض العقلية بالعسل: .....
297	شفاء الانسمام الغولي بالعسل: .....
297	الاستشفاء بالعسل في الأمراض النسائية: .....
300	ضمادات العسل عقب العمليات النسائية: .....
300	معالجة التهاب الإحليل والمثانة بحقن العسل: .....
301	العسل وأمراض الأوردة: .....
302	حقن محاليل العسل عقب العمليات الجراحية: .....

303	..... أهمية العسل للوقاية من الأذيات الشعاعية:
303	..... هل بقي العسل من السرطان ؟
304	..... العسل في الطب القديم
307	..... السواك
307	..... اشارة
309	..... من أين يؤخذ السواك؟
309	..... مم يتركّب السواك؟
309	..... التركيب المجهري للسواك:
309	..... التركيب الكيماوي للسواك و فوائده:
312	..... كيفية تحضير السواك:
313	..... البيض
313	..... اشارة
314	..... قيمة البيض الغذائية:
314	..... أفكار متوارثة:
316	..... نصائح بسيطة:
316	..... تعليمات لاستعمال البيض:
318	..... البيض في الطب الشعبي:
318	..... البيضة في رأي العلم:
318	..... البيض غذاء كامل:
319	..... البياض ضد الجراثيم:
319	..... غذاء من الخارج:
319	..... 1 - لأجل الجلد الدهني:
319	..... 2 - لأجل الجلد الناشف:
319	..... 3 - لأجل الجلد الطبيعي:
320	..... عناصر البيض:

- 321 ..... السكر
- 321 ..... اشارة
- 322 ..... السكر
- 323 ..... السمك
- 323 ..... اشارة
- 324 ..... الأسماك
- 326 ..... صفة الحمام و فوائده .....
- 326 ..... اشارة
- 328 ..... فوائد و مضار الحمام عند ابن سينا .....
- 328 ..... مضار الحمام:
- 328 ..... الحمام الحار:
- 328 ..... الحمام البارد:
- 328 ..... تدارك ضرر الحمام الحار:
- 329 ..... تدارك ضرر الحمام البارد:
- 329 ..... فيمن أخطأ فدخل الحمام دفعة و خرج دفعة:
- 329 ..... فعل الماء البارد في الحمام:
- 330 ..... فعل الماء الحار في الحمام:
- 330 ..... في خطأ من قصر فيه:
- 330 ..... فيمن استعمل قبل أو بعد الحمام حركات شاقة:
- 330 ..... المقام الكثير في الحمام:
- 331 ..... الحمام علي الطعام:
- 331 ..... فيمن شرب في الحمام شيئا باردا مثل الفقاع و الماء البارد:
- 331 ..... دخول الحمام و البدن ممتليء:
- 332 ..... الحمية
- 332 ..... اشارة



- 333 ..... لا مبالغة في الحمية:
- 335 ..... الحمية في هدي النبوة
- 335 ..... احترام قمه المريض:
- 336 ..... علاج العين
- 336 ..... اشارة
- 338 ..... الفلفل و الدار فلفل في الطب القديم
- 338 ..... شرح الماهية:
- 338 ..... الخواص العلاجية:
- 339 ..... الصبر في الطب القديم
- 339 ..... شرح الماهية:
- 340 ..... خواص العلاجات:
- 342 ..... المواد الفعالة في الصبر (التركيب الكيميائي والأفراذيني).
- 342 ..... استخدام الصبر في الطب الشعبي:
- 343 ..... المواد الفعالة في الصبر واستخدام الصبر في الطب الحديث:
- 344 ..... الكافور في الطب القديم
- 345 ..... الكافور في الطب الحديث
- 346 ..... المر في الطب القديم
- 346 ..... شرح الماهية:
- 347 ..... خواص العلاجات:
- 350 ..... المر في الطب الحديث
- 351 ..... معالجة الرياح الموجهة
- 351 ..... [(العنبر)]
- 352 ..... العنبر في الطب القديم
- 352 ..... شرح الماهية:
- 352 ..... خواص العلاجات:

353	استعمال العنبر في الدواء:
353	العنبر السائل:
354	الزنبق في الطب القديم
355	دواء البلبله وكثرة العطش ويسس الفم
355	[(السقمونيا)]
356	السقمونيا في الطب القديم
356	شرح الماهية:
356	خواص العلاجات:
357	الفاقلة في الطب القديم
357	شرح الماهية:
358	خواص العلاجات:
358	السنبيل في الطب القديم
358	شرح الماهية:
359	خواص العلاجات:
360	الشقاقل في الطب القديم
360	شرح الماهية:
360	عود البلسان وحب البلسان في الطب القديم
360	اشارة
361	خواص العلاجات:
362	نارمشك في الطب القديم
362	شرح الماهية:
363	ما جاء عنه عند ابن سينا في (القانون):
363	السليخة في الطب القديم
363	شرح الماهية:
363	خواص العلاجات:

364	.....	علك رومي (المصطكي) في الطب القديم
364	.....	خواص العلاجات:
366	.....	العافر قرحا في الطب القديم
366	.....	شرح الماهية:
367	.....	خواص العلاجات:
368	.....	الدارصيني في الطب القديم
368	.....	شرح الماهية:
368	.....	خواص العلاجات:
370	.....	أوجاع الخاصرة
370	.....	[(الكاشم)]
371	.....	الكاشم في الطب القديم
371	.....	شرح الماهية:
371	.....	خواص العلاجات:
372	.....	وجع البطن
372	.....	اشارة
372	.....	[(السماق)]
373	.....	السماق في الطب الحديث
373	.....	السماق في الطب القديم
373	.....	شرح الماهية:
373	.....	خواص العلاجات:
375	.....	الكمون في الطب القديم
375	.....	خواص العلاجات:
377	.....	الكمون في الطب الحديث
377	.....	التركيب الكيميائي:
377	.....	الاستعمال الطبي:

378	.....البغم
378	.....اشارة
379	.....السعتر في الطب الحديث
379	.....الزعر في الحرب العالمية الأولى
380	.....الزعر كمطهر:
380	.....للذين يشكون من عسر الهضم:
380	.....الزعر... لصحة المرأة:
380	.....الألمان يشربون الزعر لعلاج السعال:
381	.....الزعر البارد (للصداع) و الساخن (للكوابيس):
381	.....كمادات الزعر:
381	.....مبخرة طبيعية لطرد الناموس:
382	.....إعداد شاي الزعر:
382	.....النانخواه في طب القديم
382	.....شرح الماهية:
382	.....خواص العلاجات:
383	.....البواسير
383	.....اشارة
385	.....الأبهل في الطب القديم
385	.....شرح الماهية:
385	.....خواص العلاجات:
386	.....دهن الشيرج السيرج (الشيرج)
386	.....اشارة
386	.....استعماله في الطب القديم:
386	.....استعماله في الطب الحديث:
387	.....الزكام

- 387 ..... اشارة
- 388 ..... الزكام
- 388 ..... أما ما يقوله الطب الحديث:
- 389 ..... الكندس في الطب القديم
- 389 ..... شرح الماهية:
- 390 ..... خواص العلاجات:
- 391 ..... خواص دهن البنفسج
- 391 ..... صفة صنعه:
- 391 ..... خواص العلاجات:
- 392 ..... دفع الجذام و البرص و البهق و الداء الخبيث
- 392 ..... اشارة
- 394 ..... ما هو الجذام؟:
- 395 ..... أنواع الجذام:
- 396 ..... صفة دواء محمد صلّي الله عليه و اله و سلم و الربو
- 396 ..... اشارة
- 398 ..... خواص أبوال اللقاح و حليبها
- 398 ..... علاج مرض الربو
- 400 ..... علاج دود البطن، النمش
- 400 ..... اشارة
- 401 ..... الدودة الشريطية
- 401 ..... للقضاء علي الديدان
- 402 ..... ملح الطعام و أهميته للإنسان:
- 403 ..... حالات نقص الملح:
- 404 ..... حالات زيادة الملح:
- 404 ..... و تشمل حالات زيادة الملح علي ما يلي:

404	..... الملح في الطب القديم
407	..... وجع الحلق، السعال، وجع القلب
407	..... اشارة
408	..... اللين في الطب القديم
411	..... السعال (الكحة)
411	..... اشارة
412	..... أما ما يقوله الطب الحديث:
414	..... علاج الخفقان و الرجفة
414	..... علاج اضطراب القلب وضعفه
415	..... الفزع في النوم
415	..... اشارة
416	..... الشبث في الطب القديم
416	..... شرح الماهية:
416	..... خواص العلاجات:
418	..... الحمي
418	..... اشارة
423	..... البسفاح في الطب القديم
423	..... شرح الماهية:
423	..... خواص العلاجات:
424	..... الغافث في الطب القديم
424	..... شرح الماهية:
424	..... خواص العلاجات:
424	..... الحمي
426	..... مضار الحمي:
426	..... موافقة الحديث النبوي لما يقوله العلم الحديث:

427	الحفظ .....
427	اشارة .....
428	القرنفل .....
428	شرح الماهية: .....
428	خواص العلاجات: .....
428	الزعفران في الطب القديم .....
428	خواص العلاجات: .....
430	الحناء و ماء الورد .....
430	اشارة .....
431	النورة في الطب الحديث .....
431	خواص الحناء .....
433	خواص الحناء في الطب الحديث .....
434	الخلاصة: .....
435	خواص ماء الورد .....
436	الكحل .....
436	اشارة .....
437	صنع كحل الإثمد .....
438	خواص الإثمد في الطب القديم .....
438	شرح الماهية: .....
438	خواص العلاجات .....
439	الإثمد في الطب الحديث .....
440	الحجامة .....
440	اشارة .....
449	حجامة Ventouser,Cupping .....
453	التداوي بالخمر، الكي .....

- 453 ..... اشارة
- 457 ..... ما هو مصير الخمر داخل جسم الإنسان؟
- 457 ..... آثار شرب الخمر علي الإنسان ..
- 457 ..... أولاً الأعراض الحادة الوقتية لشرب الخمر:
- 459 ..... ثانياً: الأعراض المزمنة التي تنتج عن إدمان الخمر: ..
- 462 ..... الأعراض التي تظهر بعد انتهاء تأثير الخمر:
- 462 ..... اشارة
- 462 ..... 1 - تأثير الخمر علي الصحة النفسية للإنسان: ..
- 463 ..... 2 - تأثير الخمر و المخدرات علي الدم: ..
- 464 ..... 3 - تأثير الخمر و المخدرات علي خلايا المخ و الجهاز العصبي:
- 467 ..... 4 - تأثير الخمر و المخدرات علي الكبد: ..
- 467 ..... 5 - تأثير الخمر و المخدرات علي الأنف و الأذن و الحنجرة: ..
- 468 ..... 6 - تأثير المخدرات و الخمر علي النسل: ..
- 473 ..... 2 - استخدام الكي في الطب: ..
- 473 ..... استخدام الكي في الطب الحديث: ..
- 473 ..... اشارة
- 474 ..... بحث الدكتور منصور سليمان في الكي التقليدي: ..
- 478 ..... نوادر طبية ..
- 478 ..... اشارة
- 479 ..... طعام العشاء: ..
- 479 ..... التغيرات التي تطرأ علي وظائف الجسم المختلفة أثناء الصيام: ..
- 480 ..... التبدلات الكيماوية و العضوية أثناء الصوم: ..
- 481 ..... مصحات الصوم: ..
- 482 ..... الفوائد الصحية للصوم: ..
- 482 ..... الصوم و أمراض الجسم المختلفة: ..



- 482 ..... 1 - الصوم وأمراض الجهاز الهضمي: ..
- 483 ..... 2 - الصوم والسكري (Diabetes milletus) : ..
- 483 ..... 3 - الصوم وارتفاع ضغط الدم (HyperTension) : ..
- 484 ..... 4 - الصوم وأمراض القلب والشرايين: ..
- 484 ..... 5 - الصوم وأمراض الكلية: ..
- 484 ..... إشارة
- 484 ..... أ - الحالات الحادة (Acute cases) مثل: ..
- 485 ..... ب - الحالات المزمنة (Chronic cases) ..
- 485 ..... 6 - الصوم وأمراض الغدد الصم: ..
- 485 ..... أ - أمراض الغدة الدرقية: ..
- 486 ..... ب - أمراض الكظر: ..
- 486 ..... ج - أمراض الغدد التناسلية: ..
- 486 ..... د - أمراض النخامي: ..
- 487 ..... هـ - أمراض جارات الدرق: ..
- 487 ..... 7 - الصوم والأمراض التنفسية: ..
- 488 ..... 8 - الصوم وأمراض الحمّيات: ..
- 488 ..... 9 - الصوم وأمراض الدم: ..
- 488 ..... أ - أمراض الدم غير الخبيثة: ..
- 488 ..... ب - أمراض الدم الخبيثة: ..
- 488 ..... 10 - الصوم والأمراض النفسية: ..
- 489 ..... الصوم والجنس: ..
- 489 ..... الصوم والناحية المعنوية: ..
- 490 ..... 7 - الحث علي الشجاعة و الجود: ..
- 490 ..... الصلاة تنمي ملكة التركيز عند الإنسان: ..
- 491 ..... الصلاة رياضة بدنيّة: ..

492	تقديم الأظافر:
493	اللحم
493	اشارة
495	خواص اللحوم في الطب و الغذاء
495	تركيب اللحم
498	فائدة التغذية باللحوم:
500	ما هي الحالات التي يجدر بنا فيها اللجوء إلي حمية غنية باللحوم؟
500	أي أنواع اللحم أفضل؟
500	اللحم المشوي:
501	الطهي بالماء (السلق):
501	الطهي بطريقة القلي:
502	نصائح حول السلق:
502	نصائح حول الشوي:
502	نصائح للقلي:
503	قواعد الشوي:
503	متي يمكننا إعطاء الرضيع لحما
503	لا لحم قبل الشهر الخامس، ومع ذلك..
504	البداية بعصير اللحم:
504	حفظ اللحم:
505	هل يوجد في مرق اللحم غذاء؟
507	اللين
507	اشارة
509	خواص اللبن في الطب و الغذاء
509	و المركبات الأساسية في اللبن
509	اشارة

- 509 ..... 1 - دهن اللبن:
- 509 ..... 2 - بروتينات اللبن:
- 510 ..... 3 - سكر اللبن:
- 510 ..... 4 - فيتامينات اللبن:
- 510 ..... 5 - المواد المعدنية:
- 513 ..... اللبن الرائب وفوائده العظيمة:
- 514 ..... أسلحة غذائية لمحاربة الشيخوخة!
- 515 ..... الماء
- 515 ..... إشارة
- 517 ..... خواص الماء و تركيبه
- 518 ..... هل يغذي الماء البدن؟
- 520 ..... في إكثار شرب الماء
- 520 ..... فوائد الماء لكبار السن
- 521 ..... هل تأخذ حاجتك الكافية من الماء؟
- 522 ..... متي تشرب؟ و متي يضّر الإفراط في تناول الماء؟
- 522 ..... هل تؤدي كثرة شرب الماء إلي زيادة الوزن؟
- 522 ..... قالوا: الماء به نسبة رصاص مرتفعة!... فما هو الحل؟
- 524 ..... النوم
- 524 ..... إشارة
- 525 ..... مراحل النوم
- 526 ..... فوائد النوم:
- 526 ..... نوم المريض.
- 526 ..... النوم المعتدل:
- 527 ..... نوم النهار:
- 527 ..... نوم الصبحة:

528	التخمة وكثرة الأكل .....
528	إشارة .....
530	وكلوا واشربوا ولا تسرفوا .....
531	مضار الشره: .....
532	مضار الإسراف بنوع من الأطعمة: .....
533	حلق شعر الإبط .....
535	خلق الإنسان و تدمير الجنين في الرحم .....
535	إشارة .....
537	خلق الإنسان .....
538	أطوار خلق الإنسان، وفق التقسيم الطبيّ الدراسي: .....
540	أطوار الخلق الإنساني، وفق التقسيم القرآني: .....
540	إشارة .....
540	مرحلة النطفة: .....
540	إشارة .....
540	1 - الماء الداقي: .....
543	2 - القرار المكين: .....
544	3 - الظلمات الثلاثة .....
544	4 - نطفة واحدة: .....
544	5 - النطفة الأمشاج: .....
545	6 - خلقه فقدّره: .....
546	7 - تحديد النسل: .....
546	8 - الغيض .....
548	9 - الحرث: .....
548	مرحلة العلقة: .....
549	مرحلة المضغة: .....

549	..... مضغَة مخلّقة وغير مخلّقة:
550	..... مرحلة العظام:
550	..... مرحلة الكساء باللحم:
551	..... نفخ الروح و أطوار خلق الإنسان:
553	..... العلم والحديثين:
554	..... مراحل نمو الطفل في بطن أمه .....
554	..... إشارة .....
556	..... تعريف البكاء .....
556	..... تنوع البكاء عند الطفل .....
557	..... فوائد البكاء عند الطفل .....
559	..... تعريف الريق .....
561	..... آلات التناسل و هيبتها .....
561	..... إشارة .....
562	..... الجهاز التناسلي في الذّكر .....
562	..... إشارة .....
562	..... 1 - الخصية (مصنع الطّف): Testis .....
562	..... 2 - البريخ: Epididymis .....
563	..... 3 - الحويصلة المنوية: Seminal Vesicle .....
563	..... 4 - البروستاتا: (الموثة): Prostate .....
563	..... 5 - القضيب: Penis .....
563	..... 2 - الجهاز التناسلي للمرأة .....
563	..... إشارة .....
563	..... و الأعضاء التناسلية الباطنة هي:
568	..... الأعضاء التناسلية الظاهرة في الأنثى:
569	..... شبه المولود عند ولادته .....

- 569 ..... اشارة
- 570 ..... الذكورة و الأنوثة
- 572 ..... هل للمرأة دور في تحديد الذكورة و الأنوثة: ..
- 573 ..... الشبه:
- 574 ..... نطفة الرجل ..
- 576 ..... سبب كبر حجم البويضة و صغر حجم الحيوان المنوي:
- 577 ..... سبب كثرة الحيوانات المنوية و ندرة عدد البويضات:
- 579 ..... نطفة المرأة
- 585 ..... عملية الهضم و تكون الدم و جريانه في الشرايين و الأوردة ..
- 587 ..... الجهاز الهضمي
- 587 ..... اشارة
- 587 ..... عملية الهضم
- 587 ..... في المعى الدقيق
- 588 ..... إفراز النفايات
- 589 ..... الدماغ و أغشيته و الجمجمة و فاندتها ..
- 589 ..... اشارة
- 590 ..... الدماغ
- 593 ..... الرئة و عملها.. اشراج منافذ البول و الغائط
- 593 ..... اشارة
- 594 ..... التنفس و الرتان
- 594 ..... بنية الرتين
- 594 ..... كيف تعمل الرتان
- 595 ..... تنقية الهواء
- 596 ..... الفؤاد و مدرعته و ثقبه المتصلة بالرئة
- 596 ..... اشارة

597	القلب .....
600	غذاء الطفل بعد الولادة .....
601	تغذية الطفل .....
601	اشارة .....
602	البول .....
603	نجاسة البول: .....
604	الحيض .....
605	سبب الحيض: .....
607	تفصيل جسم الإنسان .....
607	اشارة .....
609	العروق الدموية .....
609	العظام .....
611	اللحم: .....
611	الشحم: .....
611	الأعصاب .....
613	أسرار حديث الصادق (ع) مع الهندي .....
613	[الطب المزاجي عند الامام الصادق (ع)] .....
618	الشعر .....
618	الجفن والأشفاار .....
619	الأسنان .....
620	اللمس: .....
621	الشعر والأظافر والصبيغ .....
621	الكبد .....
622	الكليتان .....
623	المني .....

625	.....	بناء الجسد
625	.....	اشارة
627	.....	الدم
630	.....	النفس
633	.....	أبو حنيفة و الصادق (ع)
633	.....	اشارة
635	.....	البصر (العين)
636	.....	السمع
638	.....	الشم
639	.....	الطبائع
643	.....	الميتة و الدم و لحم الخنزير
643	.....	اشارة
645	.....	الميتة:
645	.....	1 - المرض:
646	.....	2 - الهرم:
646	.....	3 - المنخقة:
646	.....	4 - الموقوذة، و المتردية، و النطيحة، و ما أكل السبع:
647	.....	الدم Blood :
647	.....	اشارة
647	.....	الحكمة من تحريم الدم:
648	.....	الخنزير Pig
648	.....	اشارة
648	.....	أولاً: الأمراض التي يسببها الخنزير:
648	.....	اشارة
648	.....	1 - أمراض طفيلية Parasitic diseases :



649 ..... : Viral diseases أمراض فيروسية 2 -

649 ..... : Bacterid diseases أمراض جرثومية 3 -

649 ..... : Fungl disesses أمراض فطرية 4 -

649 ..... : Trophic diseases أمراض تغذية 5 -

649 ..... : ثانيا: الأثر السلوكي للحم الخنزير:

654 ..... : ثالثا: القيمة الغذائية لدهن الخنزير:

657 ..... فهرس

678 ..... تعريف مركز

اشارة

سرشناسه : عقيل، محسن

عنوان و نام پديدآور : طب الامام الصادق(عليه السلام) [كتاب]/ تهيه و تنظيم محسن عقيل

مشخصات نشر : بيروت لبنان - 1418 - مؤسسه الاعلمي للمطبوعات

مشخصات ظاهري : 616ص.

موضوع : جعفر بن محمد(ع)، امام ششم، 83 - 148ق. -- معلومات -- پزشکی

موضوع : پزشکی اسلامي -- متون قديمي تا قرن 14

موضوع : بهداشت همگاني -- متون قديمي تا قرن 14

ص: 1

اشارة



طب الامام الصادق (عليه السلام)

تهيئه و تنظيم محسن عقيل

ص: 3



بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله تعالى مبدع الأشياء، وخالق الداء والدواء، وصلي الله علي محمد صفوة الرسل والأنبياء، وعلي أهل بيته الأطهار النجباء.

وبعد:

ليس أحد من عباقرة العالم وعظمائه أعظم فائدة علي الإنسانية، ولا أكثر عطاء لها من الإمام جعفر الصادق وآبائه عليهم السّلام، فقد فتح هذا الإمام الملهم العظيم آفاقاً مشرقة من المعارف والعلوم ساهمت مساهمة إيجابية في صنع الحضارة الإنسانية، وتطوير وسائلها في جميع المجالات.

لقد اتسعت علوم الإمام ومعارفه فشملت أسرار الكون، ومظاهر الوجود وتعددت إلي الفضاء الخارجي، وسكان الكواكب، وغير ذلك مما يشير الدهشة، ونعرض لبعض علومه التي ملأت الدنيا - علي حد تعبير الجاحظ - من بعض هذه العلوم علومه الطبية.

عني الإمام الصادق عليه السّلام، عناية بالغة في علم الطب، وأقام له مدرسة خاصة، وهي أول مدرسة تؤسس في الإسلام في شبه الجزيرة العربية، وكان عليه السّلام، يلقي دروساً في هذا العلم استفاد منها كثير من الأطباء والباحثين والمرضى في القرنين الثالث والرابع،

ص:5

وكان من بين محاضراته التي انتفع بها الأطباء بعد وفاته، نظريته في إمكان تنشيط الدورة الدموية عند حدوث سكتة مفاجئة، أو توقف مؤقت حتي لو ظهرت علي المريض إمارات الموت، وذلك بقطع وريد بين أصابع يده اليسري لإسالة الدم منه، فإن ذلك يوجب إعادة الحياة إلي المريض.

قد يتساءل شخص ما هي الغاية من كتابة و شرح هذه البحوث الطبية، وقد مضى ما يزيد عليها أعواما عديدة، فما هي الغاية من ذلك؟ و نحن الآن في عصر العلم و التقدم و التقنية الحديثة، و نحن الآن في عصر المجاهر و المختبرات العملاقة و مراكز البحوث الجبارة.

بالطبع لا يمكننا أن ندعي: أن صياغة هذا الكتاب و أمثاله يقصد منها كشف دواء مجهول، أو تشخيص مرض مجهول، فلا يراد منها ذلك، و ما يقصد من سرد الأحاديث النبوية الكريمة التداوي و العلاج - و إن كان ذلك ممكنا، بل إن القصد من إجراء أمثال هذه الدراسة هو إظهار إعجازات علمية جديدة لأحاديث نبوية تنطق بصحة الدعوة الإسلامية، و التي تثبت صدق قول النبي صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ، و الأئمة عليهم السّلام، فيزداد الذين آمنوا هدي و تقوي و مضيا في طريق الحق، إلي جانب غيرها من البراهين العلمية، القاطعة و الأدلة الساطعة، فالدراسة و الحالة هذه تدخل تحت قول الله عز و جل:

سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَ فِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ [فصلت/ 53].

فقد تناولت في هذا البحث بعض الأطعمة، و المسائل الطبية و العلمية، التي وردت في أحاديث الإمام الصادق عليه السّلام، موضحا فيها التركيب التحليلي، و القيمة الغذائية، و مبينا الاستخدامات الطبية لها كدواء، في ضوء ما أظهره الطب و العلم الحديث، فكان هذا الكتاب محاولة منا أن نستبين ما ورد في أحاديث الإمام الصادق عليه السّلام، من معجزات علمية باهرة، و أننا لعلي يقين من أنه لو أوليت هذه النصوص، ما تستحقه من عناية و اهتمام، لأمكن الخروج بنتائج، يمكن أن تكون علي درجة كبيرة من الأهمية، حتّي بالنسبة للحياة الطبية الحاضرة.

محسن عقيل

ص:6

قال أبو عبد الله عليه السلام: أظعموا صبيانكم الرمان، فإنه أسرع لشبابهم(1)(2).

وعنه عليه السلام: ذكر عنده الرمان الحلو فقال: المزم أصلح في البطن(3).

عن صالح بن عقبة، قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: كلوا الرمان بشحمه، فإنه يديغ المعدة، ويزيد في الدهن(4).

وعنه عليه السلام، قال: كلوا الرمان المزم بشحمه، فإنه دباغ المعدة(5).

وعنه عليه السلام قال: من أكل رمانا عند منامه فهو آمن من نفسه إلي أن يصبح(6).

عن الحارث بن المغيرة، قال: شكوت إلي أبي عبد الله عليه السلام ثقلا أجده في فؤادي، وكثرة التخمة من طعامي، فقال: تناول من هذا الرمان الحلو، وكله بشحمه، فإنه يديغ المعدة دباغا، ويشفي التخمة، ويهضم الطعام، ويسبح في الجوف(7).

ص:7

---

1- (1) لشبابهم أي لنموهم ووصولهم إلي حد الشباب.

2- (2) بحارج ج 63 ص 164 ح 47.

3- (3) وسائل ج 25 ص 156 ح 3.

4- (4) بحارج ج 63 ص 160 ح 27. ووسائل ج 25 ص 156 ح 1.

5- (5) وسائل ج 25 ص 156-157 ح 2.

6- (6) وسائل ج 25 ص 158 ح 9.

7- (7) وسائل ج 25 ص 158 ح 10.



## خواص الرمان العلاجية

منع الفضول: حب الرمان الحامض إذا جفف في الشمس و دق و ذر علي الطعام أو طبخ معه منع الفضول من أن تسيل إلي المعدة و الأمعاء.

نفث الدم: إذا أُنقِع في ماء المطر و شرب نفع من كان ينفث الدم.

قرحة الأمعاء: يوافق إذا استعمل في المياه التي يجلس فيها لقرحة الأمعاء و سيلان الرطوبات السائلة من الرحم المزمنة.

القروح الخبيثة: عصارة حب الرمان و خاصة منه إذا طبخ و خلط بالعسل كان نافعاً من القروح التي في الفم و القروح التي في المعدة و الداحس و القروح الخبيثة و اللحم الزائد و وجع الآذان و القروح التي في باطن الأنف.

شدّ اللثة: الجلنار يشد اللثة و يلزق الجراحات بحرارتها.

اللثة التي تدمي كثيراً: يتمضمض بطبيخه اللثة التي تدمي كثيراً و الأسنان المتحركة.

للفتق: قد يهيا منه لزوق للفتق الذي يصير فيه الأمعاء إلي الاثنين.

رمد: قد يزعم قوم أن من ابتلع ثلاث حبات صباحاً من أصغر ما يكون من الجلنار لم يعرض له في تلك السنة رمد.

حب القرع: طبيخ أصل شجرة الرمان إذا شرب قتل حب القرع و أخرجه.

إسهال البلغم و المرّة الصفراء: ابن سرائون: الحلو و الحامض إن اعتصرا مع شحمهما و شرب من عصيرهما مقدار نصف رطل مع خمسة و عشرين درهما من السكر أسهل البلغم و المرّة الصفراء و قوي المعدة.

و أكثر ما يؤخذ منه من خمسة عشر أواقي مع خمسة عشر درهما سكرًا.

مزاج الروح: ابن سينا في الأدوية القلبية: الحلو منه معتدل موافق لمزاج الروح بسفه و حلاوته و خصوصاً لروح الكبد.

إحداد البصر: قال هارون: عصارة الحلو منه إذا وضعت في قارورة في شمس حارة حتي تغلظ تلك العصارة و اكتحل بها أهدت البصر، و كلما عتقت كانت أجود.

ورم الأذن و الظفرة: إن طبخت الرمانة الحلوة كما هي بالشراب ثم دقت كما هي و ضمّد بها

الأذن نفع من ورمها منفعة جيدة. وعصارة الحامض منه تنفع الظفرة إذا اكتحل بها.

شهوة الحبالى: سويقه مصلح لشهوة الحبالى، وكذا ربه وخصوصا الحامض.

الحكة و الجراب و السلاق: الشريف: عصير الرمانين إذا طبخا في إناء نحاسي إلي أن يشخنا، و اكتحل بهما أذهب الحكة و الجراب و السلاق و زاد في قوة البصر.

الأذن الوجعة: إذا أفرغت رمانة من حبها و ملئت بدهن ورد و فترت علي نار هادئة و قطر منه في الأذن الوجعة سكن و جمعها.

السعال اليابس: مع دهن البنفسج للسعال اليابس.

نزف النساء: إذا طبخ قشر الرمان و جلس فيه النساء نفعهن من النزف.

خروج المقعدة: إذا أجلس فيه الأطفال نفعهم من خروج المقعدة.

الإسهال الذريع: إذا طبخ قشر الرمان في ماء إلي أن يتهري و أخذ منه قدر أربعة دراهم مع الماء الذي طبخ فيه و أضيف إليهما أوقيتان من دقيق حواري و صنع منه عصيدة حتي يكمل نضجها ثم أنزلت و وضع عليها زيت قمح و أطعم ذلك من به إسهال ذريع قطعه و حبا.

استرسال البول: إن شرب طبيخه من به استرسال البول أمسكه.

السحج و إسهال البطن: إذا أخذ قشر الرمان الحامض و خلط بمثله عفصا و سحقا ثم طبخا بخل ثقيف حتي ينعقد ثم حيب منهما علي قدر الفلفل و شرب منهما من سبع عشرة حبة إلي خمس و عشرين حبة نفع ذلك من السحج و إسهال البطن و حيا و نفعاً من قروح الأمعاء و المقعدة.

نفث الدم: إذا أحرق قشر الرمان و عجن بعسل و ضمده به أسفل البطن و الصدر نفع من نفث الدم.

الجدري: إذا سحق قشر الرمان أو سقيط عقده ثم خلط بعسل و طلي به آثار الجدري و غيرها أياما متوالية أذهب أثرها.

الإسهال و سحوج الأمعاء: الإسرائيلي: أما قشر الرمان فبارد يابس أرضي إذا احتقن بمائه المطبوخ مع الأرز و الشعير المقشور المحمص نفع من الإسهال و سحوج الأمعاء.

تقوية المقعدة: إذا استنجي به قوي المقعدة و قطع الدم المنبعث من أفواه البواسير.

الدود: قشر الرمان إذا سحق و اقتمع منه صاحب الدود وزن خمسة عشر و شرب عليه ماء حارا فإنه يخرجها بقوة.

تليين الصدر: إسحاق بن سليمان: يؤخذ رمانة فيقوّر رأسها قدر درهم و يصب عليه من دهن البنفسج مقدار ما يملأ تخلخل الرمانة، و يحمل علي دقاق جمر نقي حتي يغلي و يشرب الدهن و يزداد عليه دهن آخر حتي إذا شربه زيد عليه غيره حتي يروي دهنا و يمنع من أن يشرب شيئاً ثم ينزل عن النار و يفرك و يمتص حبه و يرمي ثقله فإن ذلك يفيدته معونة علي تليين الصدر و يكسبه من القوة علي إدرار البول ما لم يكن فيه قبل ذلك.

القروح و العفن: الغافقي: عصارة الحلو منه إذا طبخت في إناء من نحاس كانت صالحة للقروح و العفن و الرائحة المنتنة في الأنف.

قروح الفم الخبيثة: عصارة الحامض منه بالغة لقروح الفم الخبيثة منها.

قطع العطش و القيء و الغثيان: الرب المتخذ من الرمانين يقوي المعدة الحارة و يقطع العطش و القيء و الغثيان. و زهر الرمان إذا ضمدت به المعدة مع عيون الكرم الرخصة الغضة قطع القيء الذريع المفرط عنها.

القلاع: إذا اعتصر الرمانان بشحمهما و تمضمض بمائهما نفع من القلاع المتولد في أفواه الأطفال.

المسلول: رب الرمان الحلو إذا أخذه المسلول بالماء عند العطش رطب بدنه، و كذا يفعل امتصاص الطري منه للغذاء.

العين الرمدة: إذا شويت الرمانة الحلوة و ضمد بها العين الرمدة سكن و جعها و حط رمدها.

العين الرمدة: إذا استخرجت عصارة الرمان الحامض الساقط عند العقد بالطبخ في الماء مع زهره و عقدت حتي تغلظ قوّت الأعضاء و منعت من انصباب المواد إليها، لا سيما العينان الرمدتان، و يجب أن يحل العينان بماء الورد.

قروح الإحليل: إذا حلت بماء عنب الثعلب أو ماء لسان الحمل نفعت من قروح الإحليل و نفعت من سحوج الخف محلولة بالماء، و من ابتداء الداحس.

الرطوبة السائلة من الرحم: إذا احتقن بها بماء قد أغلي فيه عيدان الشبث جففت الرطوبة السائلة من الرحم.

الحمرة: إذا حلت بالخل نفعت من الحمرة.

الجساء العارض في العين: إذا مزجت بعكر الخمر و طلي بها الجساء العارض في العين من

بلغم أو ریح أو تزيد لحم و تمودي عليه أضمره.

## الرمان في الطب الحديث

الرمان من فاكهة الجنة.

قال الله تعالي:

فِيهِمَا فَاكِهَةٌ وَنَخْلٌ وَرُمَّانٌ [الرحمن/ 68].

وَ جَنَاتٍ مِنْ أَعْنَابٍ وَ الزَّيْتُونِ وَ الرُّمَّانِ [الأنعام/ 99].

وقال تعالي: \* وَ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَعْرُوشَاتٍ وَ غَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَ النَّخْلَ وَ النَّخْلَ وَ الزَّيْتُونَ وَ الرُّمَّانَ مُتَشَابِهًا وَ غَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُّوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَ آتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ وَ لَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ [الأنعام/ 141].

## التركيب التحليلي لثمرة الرمان:

يحتوي عصير الرمان علي سكر المانتول، و غيره من السكريات كما يحتوي علي نسبة عالية من عنصر الحديد. و تحتوي القشرة الخارجية للثمرة علي حمض التنيك (Tannic acid) و هي مادة قابضة، كما أنها توجد أيضا في أجزاء الثمرة. كما يحتوي العصير علي نفس هذه المادة القابضة.

يدخل في تركيب قشور جذور الرمان قلويدات هي البيلتيرين Pelletierin الأيزوبيلتيرين Isopelletierin و المثيل أيزوبيلتيرين Methylisopelletierin و تشكل هذه القلويدات نسبة 4,3% إضافة إلي أن هناك قلويد يشكل حوالي 1,5% يسمي البسيدوبيلتيرين Mpseudopelletierin و هذا الأخير بلوري القوام، بينما الثلاثة السابقة له سائلة القوام، و هذه القلويدات الثلاثة طاردة للديدان و خاصة الدودة الوحيدة و ذلك باستخدام مغلي قشور الجذور، كما أن مسحوق ثمار الرمان يضغط في كبسولات تستخدم في حالات الديدان و الإسهال و في حالات النزف الدموي. و لتجنب الأثر السام لمغلي قشور الجذور تضاف له مواد تانينية أو (يضاف قليل من قشور الثمار الجافة).

و يبدو أن المصريين القدماء هم أول من استعمل شجرة الرمان باعتبارها طاردة للديدان.

وقد كان لحاء الجذر مستخدما لطررد الديدان، في العصور القديمة، في الهندستان، و لدي اليونان.

و كان الدكتور «ميرا» (Merat) أول من تبه الأطباء الفرنسيين إلي فائدة الرّمان في طرد الشّريطيّة (الدّودة الوحيدة).

و أزهار الرّمان قابضة، تعطي أفضل التّتايج في علاج الإسهال المزمن، و السّيلان الأبيض من المهبل، و التّزف.

و لحاء الجذر طارد شديد الفاعليّة للشّريطيّة المسلّحة، و التّقيريّة. و يصنع من العصير التّاتج من اللّب شراب شعبي منعش مرطب.

و يحظّر علي الأطفال، و الحبلبات، و المرضعات.

و قشرة الثّمرة طاردة للأسكاريس.

## الاستخدامات الطبية لثمرة الرمان:

1 - نظرا لاحتواء الرمان علي نسبة كبيرة من عنصر الحديد و هو ضروري و هام لتكوين كرات الدم الحمراء و لذلك فهو مفيد في حالات فقر الدم «الانيميا» حيث يدخل الحديد في تكوين المادة الحمراء «الهيموجلوبين» Haemoglobine التي تحمل الأكسجين إلي أنسجة الجسم المختلفة.

2 - نظرا لاحتواء الرمان بكثرة علي حامض التنيك، و هي مادة ذات خاصية قابضة فإنه يستخدم في الحالات الآتية:

أ - تستخدم القشور في علاج الإسهال و البواسير.

ب - يستخدم عصير الرمان كنقط للأنف حيث يساعد علي انقباض الأوعية الدموية و الغشاء المخاطي المبطن للأنف و بذلك يساعد علي فتح الأنف في حالة انسدادها مثل حالات الزكام و الرشح.

ج - أما «الجلنار» الذي يطلق علي زهر الرمان فإن مغليه يفيد في علاج اللثة.

3 - أمكن استخراج مادة فعالة طاردة للديدان من الرمان، و علي هذا فإن غلي قشور جذور الرمان (بنسبة 60 جراما في لتر ماء لمدة ربع ساعة) و إذا شرب منه كوب في كل صباح أسقط الدودة الوحيدة الشريطية (Tinea Saginata)، و ننصح باستخدام شربة مسهلة معه.

قال أبو عبد الله عليه السلام: لو يعلم الناس ما في التفاح، ما داؤوا مرضاهم إلا به، ألا وإنه أسرع شيء منفعة للفؤاد، خاصة أوان نضوجه(1).

وعنه عليه السلام قال: إن رجلا كتب إليه من أرض وبنة يخبره بوبائها، فكتب إليه:

عليك بالتفاح فكله، ففعل فعوفي(2).

وقال عليه السلام: التفاح يطفىء الحرارة، ويبرد الجوف، ويذهب بالحمي(3).

عن سماعة قال: سألت أبا عبد الله الصادق عليه السلام، عن مريض اشتبه التفاح، وقد نهى عنه أن يأكله، فقال عليه السلام: أطمعوا محموميكم التفاح، فما من شيء أنفع من التفاح(4).

عن المفضل بن عمر، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: ذكر له الحمي فقال: إنا أهل بيت لا نتداوي إلا بإفاضة الماء البارد يصب علينا، و أكل التفاح(5).

عن درست بن أبي منصور، قال: بعثني المفضل إلي أبي عبد الله عليه السلام فدخلت عليه في يوم صائف، وقدّامه طبق فيه تفاح أخضر، فو الله إن صبرت أن قلت له: جعلت فداك أأكل هذا والناس يكرهونه؟ فقال - كأنه لم يزل يعرفني: إني وعكت في ليلتي هذه، فبعثت فأتيت به، وهذا يقلع الحمي ويسكن الحرارة، فقدمت فأصبت أهلي

ص: 13

1- (1) مستدرک ج 16 ص 397 ح 1 باب 67.

2- (2) مستدرک ج 16 ص 398 ح 3.

3- (3) مستدرک الوسائل ج 16 ص 398.

4- (4) مستدرک الوسائل ج 16 ص 398 ح 5.

5- (5) بحار الأنوار ج 63 ص 171 ح 21.

محمومين فأطعمتهم فأقلعت عنهم(1).

عن سليمان بن درستويه الواسطي قال: وجهني المفضل بحوائج إلي أبي عبد الله عليه السلام فإذا قدامه تفاح أخضر، فقلت له: جعلت فداك ما هذا؟ فقال: يا سليمان إني وعكت البارحة فبعثت إلي هذا لأكله، أستطفيء به الحرارة، ويبرد الجوف، ويذهب بالحمي(2).

عن أبي يوسف، عن القندي قال: دخلت المدينة و معي أخي سيف فأصاب الناس الرعاف وكان معي الرجل إذا رجع يومين مات، فرجعت إلي المنزل فإذا سيف أخي يعرف رعافا شديدا، فدخلت علي أبي عبد الله عليه السلام فقال: يا زياد أطعم سيفا التفاح، فرجعت فأطعمته إياه فبرأ(3).

عن إسماعيل بن جابر قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: التفاح نضوج المعدة(4).

سويق التفاح، و التداوي به عن ابن بكير، قال: رعت سنة بالمدينة، فسأل أصحابنا أبا عبد الله عليه السلام عن شيء يمسك الرعاف، فقال: اسقوه سويق التفاح، فسقوني فانقطع عني الرعاف(5).

عن محمد بن موسى، عن بعض أصحابنا رفعه إلي أبي عبد الله عليه السلام، أنه قال: ما أعرف للسموم دواء أنفع من سويق التفاح(6).

ص: 14

- 1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 172 ح 24.
- 2- (2) بحار الأنوار ج 63 ص 173 ح 25.
- 3- (3) بحار الأنوار ج 63 ص 173 ح 27.
- 4- (4) بحار الأنوار ج 63 ص 174 ح 30.
- 5- (5) وسائل الشيعة ج 25 ص 164 ح 1 باب 92.
- 6- (6) وسائل الشيعة ج 25 ص 124 ح 2 باب 92.

## الاستخدامات الطبية للتفاح:

1 - نظرا لاحتواء التفاح علي مادة البكتين و هي مادة معروفة بفائدتها في مقاومة الإسهال فإنه يمكن استعمال التفاح كعلاج للإسهال المزمن و الحاد.

2 - يوصي الأطباء بتناول التفاح لعلاج أمراض الكبد و زيادة ضغط الدم و ذلك لاحتواء التفاح علي البوتاسيوم.

3 - تساعد مادة البكتين الموجودة في التفاح علي امتصاص المخلفات الضارة مثل حمض البولييك من الجسم و طردها خارجة لذلك يوصف التفاح كعلاج لمرض النقرس، و كذلك أيضا لعلاج أمراض الجهاز البولي.

4 - لعلاج النزلات الشعبية و التهاب الرئة.

تقطع تفاحتان أو ثلاث تفاحات بقشورها، و تغلي في لتر من الماء لمدة 4/1 ساعة و يشرب من هذا المغلي مقدار أربعة أو ستة أكواب يوميا.

5 - شراب التفاح: يستخدم شراب التفاح في علاج الحالات الآتية:

- فقر الدم و الضعف العام.

- داء النقرس و آلام المفاصل.

- أمراض الكبد و حصوات الجهاز البولي.

## التفاح و خل التفاح

يقول المثل الانجليزي:

«One apple a day keeps the doctor away» .

... أي تناول تفاحة يوميا يبعد الطبيب عن بيتك، و هذا القول ينطبق بالفعل إلي درجة كبيرة لما للتفاح من فوائد عديدة... فهو ينشط الأمعاء، و يمنع الإمساك، و يفتت الحصى في الكلي و المثانة، و يزيل حمض البول... و يخفف نقيع التفاح من آلام الحمي، و ينشط الكبد، و يهدئ السعال، و يخلص الجسم من الفضلات و السموم، و يسهل إفرازات غدد اللعاب و الأمعاء و الكبد، و ينشط القلب، و يخفف الآلام الروماتيزمية و النقرس و التهاب الأعصاب.



## التركيب التحليلي لثمرة التفاح:

يحتوي التفاح علي مواد أرومية... أي مكسبة للرائحة و هي التي تعطيه رائحته المميزة...

و يحتوي علي حوالي 10% مواد سكرية و هي من السكريات البسيطة (سكر العنب و الفواكه) لذلك تتميز بأنها سهلة الهضم و سريعة الامتصاص.

كما يحتوي علي بعض الفيتامينات و أهمها فيتامين «ج» الذي يوجد بنسبة مرتفعة... بذلك يوفر التفاح للجسم الحيوية و القدرة علي مقاومة الأمراض. كما يحتوي علي معادن ضرورية مثل الحديد و النحاس... بالإضافة إلي الصوديوم و البوتاسيوم.

كما يتميز التفاح باحتوائه علي مادة البكتين التي تتركز في قشر التفاح و توجد كذلك في الأجزاء الداخلية... و هذه المادة معروفة بفائدتها في مقاومة الإسهال، كما أنها تساعد علي امتصاص المخلفات الضارة (مثل حمض البوليك) من الجسم و طردها خارجه.

## استخدامات التفاح الطبية

### لعلاج الآلام الروماتيزمية و النقرس:

يغلي 30 جراما من قشر التفاح في حوالي ربع لتر من الماء لمدة ربع ساعة، و يشرب من هذا المغلي مقدار أربعة أو ستة أقداح يوميا.

### لعلاج الإسهال الحاد و المزمن:

يستعمل التفاح كعلاج جيد لحالات الإسهال خصوصا حالات الأطفال في فصل الصيف...

و يفضل أن يكتر المريض من تناول السوائل و يمتنع عن أغلب الأطعمة خاصة الدسمة و يعتمد علي تناول التفاح إما طازجا دون تجهيز... أو إعدادة بالطريقة التالية و هي أكثر فعالية:

تقشر 7-9 تفاحات، و تنظف من البذور، ثم تبشر، و يغذي منها الطفل إلي درجة الإشباع ثلاث مرات يوميا... و بعد يومين أو ثلاثة، و بعد ظهور التحسن، تقلل كمية التفاح و يضاف إليها مغلي الشوفان، و باستمرار التحسن ينتقل الطفل تدريجيا إلي غذائه المعتاد.

لم يعد أحد يذكر اسم قاتل الحكمة التي مؤداها «أكل تفاحة يوميا يغنيك عن زيارة الطبيب».

و مع أن هذا القول لا تنطبق حرفيته مع الواقع، إلا أنه في مجمله حكمة و هناك حكمة انجليزية تقول:

«لو أكل كل إنسان تفاحة قبل النوم. لاستجدي الطبيب خبز كل يوم».

و ما أكثر ما نسج الناس من خيالات حول التفاح و قيمته الغذائية. أما الحقيقة المجردة فهي أن التفاح لا يفترق في شيء عن أي طعام آخر غني بالفيتامينات و المعادن، يؤكل فيحدث في الأمعاء شحنات تبدد الإمساك.

### التفاح كيف يؤكل؟

و التفاح يؤكل نيئاً أو مطبوخاً أو مسكراً أو في سلاطة الفواكه. إن التفاح قابل للاتحاد مع أغلب الأغذية ما عدا البطاطس، و الخبز، و الفطائر الرقيقة، فطائر التفاح لذيذة جداً، لكن علي هؤلاء الذين يعانون من متاعب الإسهال أن يتجنبوا هذه المتعة. و يؤكل التفاح مع الجبن، و التفاح مع الزبادي، و التفاح مع الحليب، و التفاح مع الصلصة و لحم الضأن. تلك أمثلة لما يأتلف مع التفاح من أطعمة.

و عصير التفاح شراب منعش مدهش، يعادل في فوائده، عصير البرتقال أو أي عصير جيد آخر.

### أغني التفاح عن بتر قدم:

و نشا التفاح قاتل للجراثيم. لقد أثبتت هذا الدكتورة «اديث هاينز»، الأستاذة بكلية طب جامعة انديانا، فقد وجدت أن معالجة القروح بكمادات محلول بكتين التفاح المستمرة يؤدي إلي شفائها بسرعة فائقة. و بكتين التفاح هو نشا التفاح. واحد من مرضي «اديث» كان صيبا صدمته سيارة، فصلت لحم ساقه عن العظام بشكل ميئوس منه، بدرجة أن الجراحين أعدوه لعملية بتر، لكن دكتور «شارلز تومبكين»، و هو أخصائي أطفال كان قد استخدم «بكتين التفاح» في علاج إسهال الأطفال، استوقف الجراحين، و طلب للصببي محلول البكتين من الدكتورة هاينز، و عالج به الجرح، فشفي خلال أسابيع.

و تقول الدكتورة «هاينز» إن بكتين التفاح ليس مجرد قاتل للجراثيم فحسب، بل إنه ينشط نمو الأنسجة أيضا. و التفاح علي ما له من فوائد، تختلف كثافة تواجدته بين مكان و مكان علي ظهر

الأنسجة أيضا. و التفاح علي ما له من فوائد، تختلف كثافة تواجده بين مكان و مكان علي ظهر الأرض و بالتالي تختلف أسعاره، ثم قدرة الناس علي شرائه فهو في استراليا و لبنان و قبرص و كندا و انجلترا طعام للغني و للفقير. بينما تنعكس الآية كلما اقتربنا من خط الاستواء، و ابتعدنا كثيرا عن مناطق زراعته، و في بعض الدول النامية التي تفتقر إلي العملة الصعبة، مما يؤدي إلي ارتفاع أسعاره.

## التفاح صديق لمرضي السكر:

يميل التفاح إلي التعاطف مع مرضي السكر و غيرهم ممن يهتمهم تجنب سرعة ارتفاع السكر في الدم. و يأتي ترتيب التفاح قرب قاع قائمة الأغذية السكرية، و في نفس مرتبة الفول الجاف. معني ذلك أنه علي الرغم من احتواء التفاح علي سكر طبيعي، لكنه لا يحدث ارتفاعا سريعا في سكر الدم.

إنه يضبط الأنسولين، و من ثم يخفض الكولسترول و ضغط الدم، فضلا عن أنه يقي من أمراض البرد و أمراض الجهاز التنفسي.

و مما يثير الدهشة حقا أن دراسات أجريت في جامعة «بيل»، و جدد أنه قد يكفي أن تتنسم رائحة التفاح لينخفض ضغط دمك. و قد ذكر دكتور «جاري شوارتز» مدير مركز أبحاث الجامعة المذكورة، أن لأريج التفاح تأثيرا مهدئا لأعصاب كثير من الناس، مما يخفض ضغط الدم. و لوحظ أن أكل التفاح طازجا أفضل من تناول عصيره كغذاء لخفض الوزن.

## ملاحظات هامة:

ينخفض الكولسترول في الدم أكثر. كلما أكلت تفاحا أكثر. غير أن الأفراد يختلفون من حيث ردود الفعل، تبعا لاختلاف التركيب الكيميائي لأجسامهم.

لسبب مجهول، يستجيب النساء أكثر لأكل التفاح، و يزداد انخفاض الكولسترول في الدم عندهن بنسبة أكبر من انخفاضه عند الرجال.

خلال الأسابيع الثلاثة الأولى من تناول مزيد من التفاح، قد يرتفع معدل الكولسترول، و يستقر، ثم ينخفض عن معدله العادي. علما بأن أكل التفاح لا يفيد بالضرورة كل شخص.

احرص علي أكل قشر التفاح، فهو غني بالبكتين.

عصير التفاح يحتوي علي قليل من البكتين، فلا تتوقع منه تخفيض الكولسترول، أو ضغط الدم، أو أن ينظم سكر الدم، كما أن العناصر الواقية من السرطان فيه قليلة جدا.

إذابة الجلطة الدموية في الجسم، كما إنه يجعل الإسهال عند الأطفال أسوأ مما هو عليه.

## استخدامات التفاح العلاجية في الطب الحديث:

يري الباحثون أن التفاح يتميز بفوائد صحية عديدة، و التي تكمن في مادة البكتين (نوع من الألياف الغذائية القابلة للذوبان) و التي تتركز في لب ثمرة التفاح و كذلك في قشرته.

الإسهال: تذكر الدراسات الحديثة أن البكتين (Pectin) يساعد في تخفيف الإصابة بالإسهال لأن بكتيريا الأمعاء، و التي توجد بصفة طبيعية، تتحول إلى مادة ناعمة واقية لجدار الأمعاء الملتهب أو المتهيج. و بالإضافة إلى ذلك، فإن البكتين يزيد من كتلة الفضلات و بذلك فهو يجعل البراز أكثر تماسكا فيقل الإسهال، و لنفس هذه الفائدة فإنه يقاوم كذلك الإمساك حيث إنه يسهل خروج الفضلات الصلبة المحتجزة بالأمعاء.

و الأكثر من ذلك، وجد أن البكتين له مفعول مقاوم لأنواع كثيرة من البكتيريا المسببة للإسهال. و لذلك فإننا نجد أن هذه المادة - البكتين - تدخل في بعض أنواع الأدوية المضادة للإسهال في صورة بيكتيت (Pectate) مثل دواء: كوبيكتيت (Kaopectate).

الإمساك: أفضل علاج للإمساك هو الاعتماد علي تناول غذاء غني بالألياف... فهذه الألياف الغذائية تزيد من كتلة الفضلات، و تطريها، فيكون من السهل إخراجها... و من أغني هذه الأغذية بالألياف هو التفاح و كذلك الخوخ و البرقوق و المشمش و الخرشوف و الكرنب... و غيرها من الخضراوات بالإضافة إلى الحبوب كالقمح (الخبز).

الأزمات القلبية: يساعد البكتين علي خفض مستوي الكوليسترول، و من المعروف أن ارتفاع الكوليسترول يعدّ من أهم العوامل المسببة للإصابة بالأزمات القلبية (الذبحة الصدرية)...

فقد أثبت الباحثون أنه في وجود البكتين «يتعطل» امتصاص الكوليسترول إلي تيار الدم أي أنه يبقى بالأمعاء لحين التخلص منه... و لذلك ينصح بتناول ثمرة تفاحة «كتحلية» خاصة بعد أكل اللحوم أو الوجبات الدسمة للوقاية من خطر الكوليسترول الذي يتوافر بهذه الأطعمة.

التفاح و السرطان: إن منظمة السرطان الأمريكية (The American cancer society) أوصت في إحدى نشراتها بأن يزيد اعتماد الناس علي التغذية الغنية بالألياف (high-fibre diet) للمساعدة علي الوقاية من أنواع كثيرة من السرطانات خاصة سرطان الأمعاء الغليظة (القولون). و قد وجد أن بكتين التفاح من أفضل أنواع الألياف الغذائية لهذا الغرض حيث إنه يتحد (أي يكوّن رابطة كيميائية) مع

المركبات السرطانية (المسرطنات) في الأمعاء الغليظة، مما يزيد من سرعة التخلص منها، و يقي الجسم من ضرورها.

[وفقا لما نشرته جريدة المنظمة الدولية للسرطان... Journal of the National Cancer

. Institute]

التفاح و مرض السكر: و كما ينصح الباحثون بالغذاء الغني بالألياف للوقاية من السرطان، فإن نفس هذا الغذاء مطلوب كذلك لإحكام السيطرة علي مرض السكر. وقد أثبتت دراسات عديدة أن البكتين يساعد علي تحقيق هذا الغرض... أي يساعد علي انتظام مستوى السكر (الجلوكوز) بالدم خلال الحد الطبيعي له.

التسمم بالرصاص: و أثبتت الدراسات الحديثة كذلك أن بكتين التفاح يكوّن رابطة مع بعض المعادن الثقيلة مما يساعد الجسم علي التخلص منها... و هذه مثل الرصاص و الزئبق.

تطهير الجروح: لقد ثبت أن أوراق التفاح كذلك، و ليس البكتين فحسب، لها فوائد صحية من أهمها أنها تحتوي علي مضاد حيوي يسمي: فلوريتين (Phloretin) .

و بناء علي ذلك فإن هذه الأوراق تصلح في عمل لبخة مطهرة للجروح.

## خل التفاح

يصنع الخل من أنواع كثيرة من العصير، كعصير: العنب و التفاح و البرتقال و قصب السكر و عسل النحل... كما يصنع من القمح و الشعير و الذرة بعد تحويل النشا إلي سكر بواسطة خميرة «الدياستيز».

و يعتبر خل التفاح هو أفضل أنواع الخل عموما لغناه بالعناصر الغذائية و فوائده الطبية المتعددة... حيث يجمع خل التفاح جميع عناصر ثمرة التفاح، باستثناء المواد السكرية حيث تتحول إلي مادة أخرى، بالإضافة إلي اكتسابه خصائص أخرى مفيدة.

## فوائد خل التفاح الطبية

### لعلاج القيء و الإسهال و مغص الأمعاء:

لخل التفاح تأثير قوي ضد الجراثيم داخل أمعاء الإنسان... بذلك فهو يفيد في حالات الإسهال خاصة الناتج عن تناول مأكولات ملوثة بالميكروبات كمعظم حالات إسهال الصيف...

كما أنه يقلل الرغبة في القيء المصاحب لهذه الحالة، وينظم حركة الأمعاء مما يقلل من عدد مرات الإسهال ويساعد المريض علي الاحتفاظ بالطعام الذي يتناوله.

الجرعة: يؤخذ ملعقة صغيرة من خل التفاح في كوب من الماء مع وجبات الطعام الثلاث ويستمر هذا العلاج لحوالي 3-4 أيام.

### **لعلاج الحصوات و تطهير المسالك البولية:**

الجرعة: تؤخذ ملعقة صغيرة من خل التفاح في كوب من الماء مع كل وجبة طعام.

ويمكنك أن تلاحظ بنفسك تأثير خل التفاح الواضح والسريع في تطهير مجري البول والتخلص من الرواسب والأملاح وذلك بملاحظة البول في صباح اليوم التالي فستجده أصبح راقعا عما كان عليه.

### **رجيم خل التفاح لسرعة انقاص الوزن:**

يستعمل خل التفاح لإزالة الشحم الزائد بالجسم لأنه يساعد الجسم علي حرقه، وذلك باتباع هذا النظام:

تؤخذ ملعقتان صغيرتان في كوب من الماء مع كل وجبة طعام... ويستمر هذا النظام حتي يعود وزن الفرد إلي الوزن المثالي له - بناء علي طول الجسم - ويأخذ ذلك عادة مدة شهرين (ويجب علي الشخص خلال فترة العلاج أن يقلل من تناول النشويات والدهون ويزيد من الحركة والنشاط الجسماني للحصول علي نتائج أسرع).

### **لعلاج الصداع المزمن و المتكرر:**

يوضع مزيج متساو من الخل و الماء في إناء فوق النار إلي أن يغلي ويستشق من البخار المتصاعد منه، فتخف شدة الألم تدريجيا حتي تزول كليا عند الانتهاء من الاستنشاق، وإذا عادت النوبة بعد ذلك إلي الظهور من جديد، فإن آلامها تكون أقل بنسبة النصف مما كانت عليه في السابق.

وأيضا: يمكن وضعه كمادة سميكة علي الجبهة مبللة بمزيج ثلثه من الخل و الثلثان من الماء.

## لعلاج الدوخة:

تؤخذ ملعقة من خل التفاح في كوب من الماء مع كل وجبة طعام.

و لاحظ أن نتائج العلاج لا تظهر إلا بعد حوالي أسبوع أو أكثر... و تدوم فاعليته لفترة طويلة.

## لعلاج السعال:

يجهز مزيج مكون من خل التفاح و العسل و الجليسيرين... فإذا كان السعال شديدا يؤخذ من المزيج ملعقة صغيرة كل ساعتين... و بالنسبة للأطفال يكفي تناول ربع ملعقة صغيرة كل ثلاث ساعات.

## لعلاج الحروق:

يدهن مكان الحرق بسرعة بخل التفاح، و هذا يمنع ظهور الفقاعات.

## الاستخدامات الطبية لخل التفاح:

### إشارة

يمكن عمل خل التفاح بالطريقة الآتية:

- تغسل ثمار التفاح جيدا ثم تجفف، ثم تقطع هذه الثمار دون تقشيرها أو نزع بذورها إلي قطع متوسطة متماثلة الحجم و توضع في إناء ثم يغطي الإناء جيدا بقطعة نظيفة من القماش القطني أو الكتاني ذات المسام، ثم يحفظ هذا الإناء في مكان دافئ فترة من الزمن (بضعة أسابيع) حتي تتم عملية التفاعل بفعل البكتريا الموجودة في الهواء.

و بعد إتمام عملية التفاعل يكون عصير التفاح الناتج قد تحول إلي خل التفاح و له رائحة نفاذة و طعم لاذع. ثم يصفى هذا العصير و يوضع في زجاجات مناسبة.

و يستخدم خل التفاح في العلاجات الآتية:

- لعلاج القيء و الإسهال و المغص.

- لعلاج الحصوات و تطهير المسالك البولية.

- لمحاربة السمنة.

حيث يساعد خل التفاح علي إزالة الشحم الزائد بالجسم تؤخذ ملعقتان صغيرتان في كوب من

الماء مع كل وجبة طعام لمدة شهرين.

لعلاج الصداع المزمن والمتكرر:

حيث يوضع مزيج متساو من الخل و الماء في إناء فوق النار حتي يغلي ثم يستنشق البخار الناتج، حتي تخف الآلام تدريجيا.

### طريقة عمل خل التفاح:

يقول دكتور س. جارفيس وهو أخصائي في العلاج بالأعشاب و الغذاء: «كل إنسان يجب أن يحتفظ في مطبخه بزجاجة من خل التفاح، و يصطحب معه زجاجة منه في جميع أسفاره كما يصطحب معجون الأسنان».

و نظرا لأهمية خل التفاح و تعدد وجوده في بعض البلدان... أقدم لك طريقة عمل خل التفاح و هي طريقة سهلة و بسيطة... و بداية نحذر من استخدام أية أوان معدنية في إعداد خل التفاح، إذ إن الخل يتفاعل معها... و إنما ننصح باستخدام أوان فخارية، أو زجاجية، أو بلاستيكية... و الطريقة كالآتي:

- تغسل ثمار التفاح جيدا ثم تجفف.

- تقطع هذه الثمار - دون تقشيرها أو نزع بذرها - إلي قطع متوسطة متماثلة الحجم...

و توضع في إناء كما أشرنا... (أفضل أنواع خل التفاح هو الذي يحضر من الثمرة بأكملها لذا يفضل عدم التخلص من القشور و البذور أثناء إعداد الخل).

- يغطي هذا الإناء جيدا بقطعة نظيفة من القماش المسامي - قماش قطني أو كتاني.

- يحفظ هذا الإناء في مكان دافئ فترة من الزمن - بضعة أسابيع - لتتم عملية التفاعل بفعل البكتيريا الموجودة في الهواء.

- تطول هذه الفترة و تقصر حسب حرارة الجو... إذ تقصر في الجو الحار، بينما تطول في الجو البارد.

- بعد إتمام عملية التفاعل، يكون عصير التفاح الناتج قد تحوّل إلي خل التفاح... و يعرف ذلك بالرائحة النفاذة الدالة علي ذلك، و كذا الطعم اللاذع.

- يؤخذ هذا العصير و يصفى جيدا من التفل بقطعة من القماش المسامي، و يوضع العصير بعد تصفيته في زجاجات مناسبة و محكمة لاستعماله وقت اللزوم.



عن أبي عبد الله عليه السلام قال: شكنا نبي من الأنبياء إلي الله الغم فأمره بأكل العنب(1).

وعنه عليه السلام قال: إن نوحا شكنا إلي الله الغم، فأوحى الله إليه أن يأكل العنب فإنه يذهب بالغم(2).

الزبيب

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: إحدي وعشرون زبيبة حمراء في كل يوم علي الريق، تدفع جميع الأمراض إلا مرض الموت(3).

وعنه عليه السلام قال: الزبيب يشد العصب، ويذهب بالنصب، ويطيب النفس(4).

وفي حديث آخر قال عليه السلام: الزبيب الطائفي يشد العصب، ويذهب بالنصب، ويطيب النفس(5).

ص:24

---

1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 149 ح 9.

2- (2) بحار الأنوار ج 63 ص 149 ح 10.

3- (3) بحار الأنوار ج 63 ص 152 ح 6.

4- (4) بحار الأنوار ج 63 ص 153 ح 5. ووسائل ج 25 ص 151 ح 1.

5- (5) وسائل الشيعة ج 25 ص 151 ح 1 باب 84.

## كل العناصر الغذائية... في العنب

### نتائج تحليل ثمار العنب:

يحتوي العنب علي معظم العناصر الغذائية التي يحتاجها الجسم، فيحتوي علي مواد سكرية بحوالي 15%... هي سكر العنب.

و منها حوالي 7% جلوكوز... و تزداد نسبتها كلما نضجت الثمار... و يعتبر سكر العنب من أبسط السكريات و أسهلها امتصاصا و تمثيلا في الجسم.

وقد وجد أن تناول 100 جرام من العنب يعطي للجسم كمية من الطاقة تعادل حوالي 68 سعرا حراريا، و تعزي هذه الطاقة أساسا إلي احتراق و تمثيل المواد السكرية الموجودة بالعنب داخل الجسم.

كما يحتوي العنب علي بروتين بحوالي (8%) و علي دهون بحوالي (5%). بالإضافة إلي مجموعة من أملاح العناصر هي أملاح البوتاسيوم و الكالسيوم و الفوسفور و الحديد... و بعض الفيتامينات و أهمها فيتامين «ب» و كذلك «أ» و «ج».

كما أن العنب مصدر غني بالألياف فيحتوي علي حوالي (3,4%) و الألياف لا تعتبر عنصرا غذائيا، لكنه ثبت أن لها فوائد صحية عديدة، فهي تمنع حدوث الإمساك و تنظّم مستوي الجلوكوز و الكوليستيرول بالجسم، بل تحمي كذلك من الإصابة بسرطان الأمعاء.

### القيمة الغذائية للعنب:

بذلك نري أن احتواء العنب علي قدر جيد من السكريات يجعله مصدرا غنيا للطاقة التي يحتاجها الجسم لأداء وظائفه الحيوية المختلفة من هضم و مشي و تفكير و خلافه.

كما يحتوي العنب، خاصة القشر، علي مجموعة من عناصر فيتامين «ب» المركب و الذي يحتاجه الجسم في نواح كثيرة خاصة لسلامة الجهاز العصبي.

كما يحتوي العنب علي كمية و فيرة من فيتامين «ج» الذي يرفع من مناعة الجسم و يقلل من احتمالات الإصابة بالميكروبات و الجراثيم... و كذلك فيتامين «أ» الضروري لسلامة الجلد.

كما يحتوي العنب علي البروتينات و التي يستخدمها الجسم في إعادة بناء ما تلف من أنسجة الجسم.

بالإضافة إلي أن العنب مصدر غني بالألياف التي سبق ذكر فوائدها.

## العنب في الطب الشعبي الحديث

### إشارة

\* ثبت أن العنب من الفواكه النافعة لأمراض الصدر، فيعمل من عصيره مشروب ذو تأثير كبير ضد السعال وآفات الرئة.

\* وشاي أوراق العنب فيه خاصية إدرار البول و القبض... و لذلك يوصف في حالات:

الدوستاريا، و الإسهال، و انحباس البول، و اليرقان.

\* و يوصف العنب علاجاً شافياً للرمل و أمراض الكلي و الإمساك.

\* و قد عرفت للعنب خاصية التقوية منذ القدم، و قد أثبتت التجارب أن تناول العنب يزيد من إدرار البول، و يقلل حموضته... كما يخفف نسبة حمض البوليك... و هذا الحامض - كما هو معروف - من أعدي المخلفات الغذائية علي الصحة.

\* و العنب يفعل في الأمعاء فعلاً مليناً، و يقلل الاختمارات فيها... و يزيد في خاصية الجسم لاختزان المواد الدهنية، و تنبيه وظائف الكبد، فيزيد من إدرار الصفراء.

\* و العنب يساعد الجسم علي اختزان المواد الأزوتية و الدهنية، فتزيد بذلك مقاومة الجسم للضعف... و تزيد كذلك مقاومته للأمراض.

### استخدامات العنب الطبية:

شاع عن العنب استخدامه في الشفاء من بعض الأمراض، فهو:

\* يستخدم في حالات الإمساك نظراً لتأثيره الملين علي الأمعاء.

\* يستخدم في علاج مرض النقرس أو «داء الملوك»... و هو حالة مرضية تنشأ بسبب زيادة حمض البوليك في الدم، و هو أحد المخلفات الغذائية ذات التأثير الضار بالصحة، و ترسبه في بعض مفاصل الجسم بسبب آلاما كثيرة... فقد وجد أن تناول العنب يساعد علي تخفيض مستوي هذه المادة بالجسم.

\* يستعمل في حالات احتباس البول حيث يساعد علي إدراره.

\* يحافظ تناول العنب بصفة عامة علي سلامة الكبد و ينشط وظائفه و يزيد من إدراره للعصارة الصفراوية... بفضل احتوائه علي كمية وفيرة من المواد السكرية.

\* وجد أن عصير العنب له تأثير طارد للبلغم و ملطف للسعال.

### العنب يقلل من الإصابة بالسرطان!!

يقول أحد المهتمين بالعلاج الطبيعي: إن مما لفت نظري في الإحصائيات الخاصة بمرض السرطان، أن المرض يكاد يكون معدوما في البلدان التي يكثر فيها العنب، و يعدّ عنصرا أساسيا من عناصر غذاء السكان، وقد بدأت تجاربي مع ليف من المعنيين بهذه البحوث في استعمال العنب كعلاج للسرطان، فوجدت المريض يتخلص من آلامه خلال بضعة أيام، و لا يعود يحتاج إلي عقاقير مهدئة أو منومة... و في الحالات القابلة للشفاء كان المريض يتقدم ببطء نحو الشفاء بفضل ما للعنب من أثر فعال في تنقية الدم و إزالة الاضطراب المفاجئ في نمو أنسجة الجسم.

### ما ذا قال الطبيب العالمي دكتور فالينيه عن العنب؟

جان فالينيه (Jean Valnet) هو طبيب فرنسي عالمي و له أبحاث كثيرة في مجال التداوي بالأعشاب و النباتات، و يعد من رواد الطب الطبيعي... يقول عن العنب:

العنب هاضم جدا، منشط للعضلات و الأعصاب، مجدد للخلايا، طارد للسموم، مرطب، مدر، مطهر، مفرغ للصفراء، و هو ينفع في: فقر الدم، و زيادة الوزن، و الإرهاق، و دور النقاهة، و نقص الغذاء، و الهزال، و ضعف الأعصاب و العظام، و اضطرابات الكبد و الطحال، و الحصي، و التسمم، و العاهات الجلدية، و التهاب الأمعاء، و هو نافع أيضا للعناية بالوجه.

بالإضافة إلي ذلك، فقد أوصي باستعمال العنب في الحالات الآتية:

\* يشرب (700-1400) جرام من عصير العنب يوميا لإدرار و تطهير المعدة، و تخفيف حمض البوليك، و التخلص من الإمساك، و بعض حالات التسمم، و كذا في حالات البواسير و إذابة الحصي.

\* للتخلص من السموم يشرب ثلاثة أكواب من العصير يوميا بعد تناول الطعام بوقت طويل.

\* الزبيب المجرد من البذور فيه خواص العنب الطازج، و هو منشط جدا، و مقو، و فيه الخصائص اللازمة لتسكين الآلام، و شفاء أمراض الصدر، و أمراض المسالك البولية، و الكبد، و القصبة الهوائية.

\* يستعمل عصير العنب لغسل الوجه و ترطيبه، و ذلك بمسح الوجه باستخدام قطعة من القطن بعد غمسها في العصير، يترك الوجه مبللا بالعصير لمدة عشر دقائق حتي يجف... ثم يغسل بماء فاتر مع قليل من بيكربونات الصوديوم.

## سر العلاج بالعنب

### المادة الفعالة:

لم يتوصل العلماء لمادة معينة موجودة بالعنب يمكن أن نقول إنها تعالج السرطان. لكنه من المرجح أن نجاح العنب كعلاج للسرطان، بناء علي التجارب السابقة التي قامت بها السيدة جوهانا براندرت، يرجع إلي وجود ثلاث مواد ضرورية بثمار العنب و هي: أملاح البوتاس - البروتين - الحديد.

فقد وجد أن مرضي السرطان بصفة عامة تفتقر أجسامهم إلي أملاح البوتاس... بذلك يصبح تناول العنب تعويضا عنها.

أما البروتين فهو عنصر بّناء، حيث يشارك في تكوين بروتوبلازم الخلايا... بذلك يعمل علي إعادة الأنسجة التي أنهكها المرض كما يعتبر العنب من أهم مصادر الحديد الذي يحتاجه الجسم لتجديد خلايا الدم، فهو غذاء مقو صح بصفة عامة.

### كيف يتم شفاء السرطان بالعنب؟

من المرجح كذلك أن مفعول العنب له القدرة علي إذابة النمو السرطاني أو الأنسجة الليفية السرطانية علي وجه الخصوص، و تخليص الجسم من التقرحات و الخرايرج... و ذلك بتحويل هذه الأنسجة إلي جزيئات دقيقة تخرج إلي تيار الدم و منه إلي أعضاء الإخراج للتخلص منها... و تشمل الكليتين (عن طريق البول)، و الجلد (عن طريق العرق)، و الرئتين (عن طريق هواء الزفير)، و الأمعاء (عن طريق البراز).

## عصير العنب

### استخدام عصير العنب في العلاج:

في الحالات التي يصعب فيها تناول العنب سواء لعدم القدرة علي المضغ أو البلع أو لأي سبب

آخر... يمكن استبداله بتناول عصير العنب... وله نفس مفعول ثمار العنب. ويجب أن يسبق تناوله فترة من الصيام لبضعة أيام مع عمل حقنة شرجية يوميا بالماء الفاتر... تماما مثل نظام العلاج بثمار العنب.

وتكون جرعة العصير: حوالي كوب صغير من العصير المخفف بالماء بنسبة 50% يؤخذ في ميعاد الوجبات المحددة لتناول العنب. ولا يجب إدخال أي طعام آخر مع العلاج بالعصير.

مع هذا النظام الغذائي، قد يشعر بعض المرضى بالجوع... ليس بسبب عدم كفاية العصير غذائيا، وإنما لعدم وجود كتلة من الطعام تملأ البطن فتعطي الإحساس بالشبع. في هذه الحالة يمكن الاستعانة بتناول الزبيب مع العصير... فمثلا يأخذ المريض كوبا صغيرا من العصير في الصباح، وبعد ساعتين يأخذ ملء فنجان صغير من الزبيب، ثم يأخذ كل ساعتين إما العصير أو نفس القدر من الزبيب، ولا يجب أخذ الوجبتين معا في نفس الوقت.

ويمكن تناول الزبيب إما جافا أو بعد نقعه في الماء لعدة ساعات علي أن يتناول معه في الحالة الثانية الماء المنقوع فيه الزبيب.

ويمكن تناول أي نوع من الزبيب ما عدا الأنواع المعالجة بمركبات الكبريت... وذلك يتضح من الإرشادات المكتوبة علي العبوة.

## نواح أخري للعلاج بالعنب

### مرض التيفود

تناول العنب مفيد للناقهين من المرض عموما. وقد وجد أن تناوله في فترة النقاهة من مرض التيفود خاصة يمنع حدوث الانتكاس (صحوة المرض)، ويجنب المريض حدوث أي مضاعفات، ويساعده علي استعادة القوي والحيوية.

### العنب لاستعادة الحيوية من جديد

يعتبر العنب غذاء بناء... أي يساعد علي إصلاح الأنسجة التي أفسدها المرض علاوة علي أنه من أفضل الأغذية المقوية... بفضل احتوائه علي كميات وفيرة من الحديد و الفيتامينات («أ» و «ب» و «ج») وكذلك البروتينات.

وفي إحدى التجارب، وجد أن إعطاء العنب لمريض السل (الدرن الرئوي) من خلال نظام غذائي يعتمد علي الصيام لحوالي أسبوع، يساعد علي استعادة وزن الجسم بدرجة ملحوظة، تصل إلي اكتساب حوالي 3 كيلو جرام خلال يومين كاملين!!

### العنب دواء لعسر الهضم:

يفيد العنب في حالات عسر الهضم بصفة عامة سواء الناشيء عن أمراض الكبد أو المعدة وكذلك حالات اضطراب القولون... وذلك بفضل احتوائه علي أملاح طبيعية و أحماض عضوية تساعد عملية الهضم و امتصاص الطعام.

... وهذه الأحماض تمتاز عن غيرها بترطيب المعدة فتكون لها كالبلسم. ذلك بالإضافة إلي فائدته المعروفة في علاج حالات الإمساك المزمن.

### العنب... و التهابات اللثة و الأسنان:

بيوريا (Pyorrhea) هو مرض يصيب الأسنان و يتعرض له خاصة مرضي السكر... و فيه تتكون «جيوب» بين الأسنان و اللثة يتجمع فيها الصديد، و إن لم يعالج جيدا «تتخلخل» الأسنان عن أماكنها.

وقد وجد أن الأحماض العضوية الموجودة بالعنب لها خاصية مطهرة و مقاومة للبكتيريا خاصة في حالات عدوي اللثة بالميكروبات... لذا يعتبر العنب وسيلة طبيعية تساعد علي الشفاء من مرض البيوريا بصفة خاصة و التهابات اللثة عموما.

و الأكثر من ذلك أن تناول العنب يمكن أن يجنب الشخص «خلع ضرس»!! و ذلك في الحالات التي تستدعي هذه الضرورة... مثل وجود تجمّع صديدي حول جذر الضرس و تخلخله عن مكانه.

فقد وجد أن اتباع نظام غذائي يعتمد علي تناول العنب كوجبة رئيسية لأسبوع أو أكثر يساعد علي تصريف الصديد و تثبيت الضرس في مكانه...  
ص:30

### يساعد العنب علي تصريف كل المخلفات الضارة التي تسبب آلاما روماتيزمية:

يحدث مرض النقرس بسبب زيادة مستوي حمض البوليك في الدم، و يساعد علي ذلك الإفراط في تناول أطعمة معينة تساعد علي زيادة تكوين هذا الحامض... وأهمها اللحوم والكبد والكلبي... لذا وصف هذا المرض باسم «داء الملوك».

و مع زيادة هذه المادة في الدم ترسب في المفاصل وأماكن أخرى... فيلتهب المفصل و تنبعث منه آلام حادة... وعادة يكون أكثر المفاصل عرضة لذلك هو مفصل الإصبع الأكبر من القدم.

وقد وجد أن تناول العنب «ينقي» الدم من هذه المادة الضارة، وغيرها من الرواسب والمخلفات التي قد تنتج عن الأمراض الروماتيزمية عامة... وإذا استخدم عصير العنب في عمل «لبخة» علي المفصل الملتهب في مرض النقرس، ساعد علي إذابة المادة المترسبة في المفصل و تصريفها عنه... و تخرج المواد الضارة، التي ينقيها العنب من الدم و المترسبة في المفاصل، خارج الجسم من خلال حدوث إسهال خفيف، أو من خلال خروجها مع العرق حيث يزداد إفرازه و يصبح لزجا أشبه بالزيت...

### العنب ملطف لألم الزائدة الدودية:

يساعد العنب علي تخفيف ألم التهاب الزائدة الدودية و زوال الالتهاب عنها، إذا استخدم عصير العنب في عمل كمادات أو لبخة علي الجزء المصاب مكان انبعاث الألم... إلا أن هذا لا يعني التهاون في علاجها، إذ ينبغي اللجوء لأقرب طبيب و في أسرع وقت لخطورة الموقف.

### حالات الأنيميا:

يفيد العنب عموما في حالات الأنيميا باعتباره غذاء مقويا و مجددا لخلايا الدم... لذلك يجب أن يقبل علي تناوله المرضي المصابون بأنيميا فقر الدم... كما اتضح أنه يفيد المرضي المصابين بنوع من الأنيميا يسمى: الأنيميا الويلية (Pernicious anaemia) ... ذلك إذا ما اعتمد عليه كغذاء أساسي للمريض. وقد وجد كذلك أن العنب يفيد في الشفاء من أمراض الدم عامة حيث ينقيه، و يخلصه من الرواسب الضارة، و يعمل علي تجديد خلاياه.



## العنب و العمليات الجراحية:

قد يكون العنب هو الغذاء الوحيد الذي يمكن أن يتناوله المريض قبل أو بعد إجراء عملية جراحية مباشرة!!

## العنب مقاوم للإدمان:

وجد أن العنب يفيد في حالات الإدمان بصفة عامة، وبخاصة إدمان الخمر وعادة التدخين و الاعتقاد علي تناول كميات كبيرة من الشاي و القهوة. فهو ينقي الجسم من الرواسب الضارة، و يعوّضه عن نقص التغذية بسبب فقدان الشهية للطعام في مثل هذه الحالات.

## العنب... منشط جنسي!!

لا شك أن الأداء الجنسي الأفضل يعتمد إلي حد كبير علي ثبات النفس و كفاءة الأعصاب.

فالمعروف أن العملية الجنسية تبدأ أول ما تبدأ في المنخ و تسري الرغبة إلي الجسد فتستجيب الأعضاء التناسلية لنداء الشهوة.

بناء علي ذلك فالعنب يعتبر منشطاً جنسياً طبيعياً حيث ينقي الدم من الرواسب الضارة فيزيد من كفاءة الأعصاب في نقل الرسائل و الاستجابة للمؤثرات... علاوة علي أنه يعين الشخص علي الثبات النفسي و التخلص من القلق و المخاوف التي تقسد العملية الجنسية.

## العنب مذيّب للحصوات:

عرف عن العنب أنه مذيّب جيد لحصوات المرارة و الكلبي... و هذا بالفعل ما أثبتته بعض التجارب بطرق غير مباشرة، حيث استخدم فيها العنب كعلاج لأ-مراض أخرى، فوجد أن بعض المرضى ممن يعانون أصلاً من وجود الحصوات تمّ إذابتها بالعنب و الخلاص منها إلي خارج الجسم.

## العنب لضعف الرؤية، الكاتاركت أو الماء الأزرق:

و هي حالة مرضية تصاب فيها عدسة العين بالعتامة. و قد وجد أن الاعتماد علي غذاء العنب يساعد في إصلاح هذه الحالة و تحسّن الرؤية.

## العنب دواء لقرحة المعدة:

يساعد تناول العنب علي التئام قرحة المعدة، بشرط أن يتناوله المريض بعد إزالة القشور و البذور منه.

## العنب ملطّف للرشح و متاعب الجيوب الأنفية:

يساعد العنب علي تطيف الرشح و متاعب الجيوب الأنفية... ذلك إذا استخدم عصير العنب كغسول للأنف بعد تخفيفه بالماء بنسبة 50%.

## لبخة العنب تساعد علي تصريف الخراج:

يساعد العنب علي تصريف التورّم و الالتهابات الموضعية و كذلك الكدمات الناشئة عن الإصابات... و ذلك بعمل لبخة من العنب أو كمادات من عصير العنب. علي أن تستبدل بأخري بين وقت و آخر.

## العنب و مرض السكر:

من رأي بعض الأطباء أن سكر العنب يعتبر مأمونا بالنسبة لمرضي السكر عن غيره من السكريات الأخرى... بل إنه يساعد المريض علي تخليص جسمه من الرواسب الضارة، و يقلّل من نسبة تركيز الجلوكوز بالدم و الأنسجة.

له خواص العنب الطازج بل وأكثر! طريقة تحضير الزيب:

الزيب هو العنب المجفف. ويتم تجفيف العنب علي النحو التالي:

1 - يتم اختيار العنب النباتي الناضج و ترص العناقيد في صوان خاصة بالتجفيف تصنع في العادة من الخشب المبطن بالفورمايكا و مقاسها 60 \* 90 سم و ارتفاع الحافة 5 سم.

2 - توضع الصواني في منطقة مشمسة لمدة أسبوعين تقلب خلالها العناقيد من 2-3 مرات.

3 - ينقل العنب بعد لمنطقة ظل و يترك لمدة 10 أيام أخري حتي يتم الجفاف و يظهر ذلك عند الضغط علي الحب فلا ينتج أي عصير منه.

4 - تعبأ العناقيد في صناديق خشب و تترك لمدة 20 يوما.

5 - يفصل الزيب من العناقيد و يجمع في أكياس أو أوعية.

6 - و يمكن اختصار مدة التجفيف - بغمس العنب قبل التجفيف في محلول صودا كاوية ساخن 1/2% ثم يزال تأثيره بغمره مرة أخري في الماء.

كما يمكن الإسراع في التجفيف بأن تتم عملية التجفيف كلها في الشمس و الاستغناء عن نقله إلي الظل، و لكن الزيب الناتج في هذه الحالة يكون لونه غامقا.

### القيمة الغذائية للزيب:

يحتفظ العنب المجفف (الزيب) بأكثر خواص العنب الطازج بل و يمد الجسم بسعرات حرارية أكثر، فتناول 100 جرام من الزيب يعطي للجسم 268 (كيلو سعر حراري)... بينما تعطي نفس الكمية من العنب 68 كيلو (سعر حراري) فقط.

و الجدول الآتي يبين القيمة الغذائية لكل 100 جرام من الزيب بناء علي نسبة العناصر الغذائية الموجودة به:

المادةنسبة وجودها ماء 24 جراما

بروتين 2,2 جرام

دهون 0,5 جرام

كربوهيدرات 71,2 جرام

فيتامين «أ» 50 وحدة دولية

فيتامين «ب 1» 15, ميلليجرام

فيتامين «ب 2» 0,08 ميلليجرام

كالسيوم 78 ميلليجرام

فوسفور 139 ميلليجرام

حديد 3,3 ميلليجرام

### استخدام الزيبب في العلاج:

وفي الحالات التي لا تسمح بتناول العنب ولا عصيره... يمكن الاعتماد علي الزيبب فقط كبديل عن كليهما. و يؤخذ الزيبب في هذه الحالة كل ساعتين كما في حالة الغذاء بالعنب.

و للتغلب علي الحلاوة الزائدة للزيبب المنقوع في الماء، يمكن إضافة قليل من عصير الليمون إلي المنقوع.

### الزيبب في الطب القديم

السعال: لحم الزيبب إذا أكل وافق قصبه الرئة و نفع من السعال و نفع الكلي و المثانة.

قرحة الأمعاء: إذا أكل الزيبب وحده نفع من قرحة الأمعاء.

جلب البلغم من الفم: إذا أخذ لحم الزيبب و خلط بدقيق الجاورس و بيض و قلي بعسل و أكل هكذا أو خلط به أيضا فلفل جلب من الفم بلغما.

الأورام الحارة: إذا خلط بدقيق الباقلا و الكمون و تضمد به سكن الأورام الحارة العارضة

للأنثيين. و كذلك إذا خلط و هو مسحوق بالشراب و تضمده به سكن الأورام الحارة العارضة للأنثيين.

الجدري و القروح الشهدية: إذا خلط و هو مسحوق بالشراب و تضمده به سكن ما يظهر في الجلد و يسمى أسقطيداس و الجدري و القروح المسماة الشهدية و العفونات التي في المفاصل و القرحة الخبيثة المسماة غنغرانا، و السرطان.

النقرس: إذا تضمده به مع الجاوشير و افق النقرس.

الأظفير المتحركة: إذا ألصق علي الأظفير المتحركة أسرع قلعها.

ابن ماسه: خاصة الزبيب إذا أكل بعجمه نفع من أوجاع الأمعاء و الحلو منه و ما لا عجم له نافع لأصحاب الرطوبات جيد الكيموس.

قال الصادق عليه السلام: أكل البطيخ علي الريق يورث الفالج(1).

عن أبي عبد الله عليه السلام، قال: كلوا البطيخ، فإن فيه عشر خصال مجتمعة: هو شحمة الأرض(2)، لا داء فيه ولا غائلة، وهو طعام و شراب، وهو فاكهة، وهو ريحان، وهو أشنان(3)، وهو آدم، ويزيد في المياه، ويغسل المثانة، ويدر البول(4).

ص:37

- 
- 1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 196 ح 14.
  - 2- (2) شحمة الأرض: سمي شحمة الأرض لأنه شبيه بالشحم يخرج من الأرض.
  - 3- (3) أشنان: لأنه يفعل فعله في تنظيف الفم.
  - 4- (4) وسائل الشيعة ج 25 ص 177 ح 10، وبحار الأنوار ج 63 ص 196 ح 12.

## استخدامات و فوائد البطيخ الطبية:

- 1 - نظرا لأن لب البطيخ قلوي فإنه ينصح بتناوله للذين يشعرون بحموضة في المعدة أو عسر في الهضم حيث أن قلويته تستطيع معادلة الحموضة الزائدة في المعدة، و يعد البطيخ من أفضل الأغذية لمرضي قرحة المعدة.
- 2 - ملين خفيف: لذلك يمكن تناوله في حالات الإمساك.
- 3 - مدر للبول و يغسل المثانة، وقد ذكر أنه إذا أكل علي الريق يساعد علي إنزال الحصي الصغير من الكلي و الحالب.

## لعلاج ضغط الدم المرتفع:

منقوع بذور البطيخ:

يؤخذ ملعقتان من بذور البطيخ المجففة و تطحن جيدا ثم توضع في فنجان مملوء بالماء المغلي ثم تترك لمدة ساعة ثم يشرب المنقوع الناتج (دون تناول البذور المطحونة) و يكرر ذلك ثلاث مرات يوميا بعد الأكل.

جاء في تحليله أنه غني بفيتامين (ج - C) فقير بفيتامين (أ - A)، فيه 90-93% ماء، و سكر 6-8% و قليل من حمض النيكوتينك (فيتامين P.P.) كما فيه فوسفور، و كبريت، و بوتاس، و صودا، و كلور. و بذوره مغذية، و فيها من المواد الدهنية 43%، و من السكر 15,7%، و من البروتين 27,1%. و عموما، فإن البطيخ يعمل علي تجديد الطاقة اللازمة للجسم، لاحتوائه علي السكريات و الأملاح المعدنية الهامة... كما يستخدم كملين، و منشط، و ملطف، و مبرد، و مدر للبول.

و لا بد من التنويه بأن الإفراط في تناول البطيخ عقب الطعام يسبب تمدد عصارة المعدة، و لذا يجب عقب الطعام بزمن كاف للاستفادة من خواصه الأخرى.

و يزعم عالم التغذية الأميركي الدكتور «إينسلي» أن عصير البطيخ يقي من التيفونيد، كما يفيد المصابين بالروماتيزما.

### ابن سينا في القانون:

الجلد: ينقي الجلد وخاصة بزره و جوفه، و ينفع من الكلف و البهق و الحرارة، و خصوصا إذا عجن جوفه أيضا كما هو بدقيق الحنطة و جفف في الشمس.

النوازل: قشره يلصق بالجبهة فيمنع النوازل إلي العين، و هو غاية.

البول و الحصاة: يدر البول نضيجه و نيئه، و ينفع من الحصاة في الكلية و المثانة إذا كانت صغارا، لا سيما من حصاة الكلية.

يفسد المعدة: البطيخ إذا فسد في المعدة استحال إلي طبيعة سمية، فيجب إذا ثقل أن يخرج بسرعة، و الأولي أن يتقيا بما يمكن.

### الأنطاكي في التذكرة:

البلغم: مع العسل و الزنجبيل يقطع البلغم.

السوداء: مع اللبن يخرج السوداء، فينفع حينئذ من أمراضها كالفالج، و الخدر، و النقرس، و الجنون، و الوسواس، و الماينخوليا.

الصفراء و الحكة: بالتمر الهندي، يستشف الصفراء و الحكة و الجرب.

البرسام و ضعف المعدة: قشره إذا قطع صغارا و ربي بالسكر أو العسل، أذهب البرسام، و الوسواس، و السهر عن يس، و وجع الصدر الحار، و ضعف المعدة عن خلط كراثي، و جود الهضم الضعيف.



عن أبي عبد الله عليه السلام، قال: ذكر عنده الزيتون فقال رجل: يجلب الرياح، فقال: لا ولكن يطرد الرياح (1).

عن أبي عبد الله عليه السلام، قال: الزيتون يزيد في الماء (2).

ص:40

---

1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 181 ح 15.

2- (2) بحار الأنوار ج 63 ص 182 ح 15. أي ماء الظهر وهو المنى.

## التركيب التحليلي لثمرة الزيتون

تحتوي ثمرة الزيتون علي المعادن الآتية:

الفوسفور - الكبريت - البوتاسيوم (1 جم%) - الماغنسيوم - الكالسيوم - الكلور - الحديد - المنجنيز - النحاس.

وقد عرف الزيتون منذ سنين عديدة بخواصه العلاجية، و هو موجود بكثرة في حوض البحر الأبيض المتوسط، و تعد أسبانيا و تونس من الدول المشهورة بزراعة الزيتون و إنتاج الأنواع الجيدة منه. كما يوجد الزيتون أيضا في أمريكا الوسطي، و جنوب كاليفورنيا بالولايات المتحدة و جنوب أفريقيا و أستراليا. و الزيتون الأسود أكثر نضوجا من الأخضر. و الأشجار المزروعة تعطي ثمارا أكثر من الأشجار البرية.

و الجدول الآتي يوضح بعض التركيبات الأساسية لثمرة الزيتون:

العنصر الزيتون الطازج الزيتون الأخضر الماء 74,50 صفر

مواد أزوتية 0,763,10

مواد دهنية 14,4858,85

مواد مستخلصة 8,0432,67

سليولوز 0,903,68

مواد مختلفة 0,421,70

متوسط ما تحتويه ثمرة الزيتون من الماء 67% (بالوزن).

متوسط ما تحتويه ثمرة الزيتون من الدهون (زيت الزيتون) 23%.

متوسط ما تحتويه ثمرة الزيتون من أملاح معدنية 1%.

متوسط ما تحتويه ثمرة الزيتون من البروتين 5%.

كما تحتوي ثمرة الزيتون علي الفيتامينات الآتية:

فيتامينات تذوب في الدهون: فيتامين (أ)، فيتامين (د).

فيتامينات تذوب في الماء: فيتامين (هـ)، فيتامين ج، فيتامين ب المركب.

وذكر د/ج فالينيه في كتابه «علاج الأمراض بالفواكه و الحبوب» أن بذر ثمرة الزيتون يحتوي علي نسبة تتراوح من 10-35% من الزيت.

بينما يحتوي الجزء اللحمي من الثمرة علي مقدار يتراوح أيضا من 25-50% من الزيت.

وتختلف هذه النسب علي مدار السنة حسب نضج الثمرة و حسب المنطقة المزروعة فيها و كذلك تعتمد هذه النسب علي نوع العينة التي تم تحليلها.

وبناء علي ل. روتير (L.Reutter) فإنه يمكن القول بأن زيت ثمرة الزيتون تتركب من الآتي:

- أحماض دهنية غير مشبعة (85%):

1 - أحادية: حمض الأوليك (oleique) .

2 - عديدة: حمض لينوليك (linoleique) .

- أحماض دهنية مشبعة (10%): حمض البالميتك (palmitique) و حمض الاستياريك (Stearique) .

- جلسريدات ثلاثية Triglycende :

- فيتامينات: ه (3-30 ملجم/ 100 جرام من الزيت) و فيتامينات ج، ب، ا. و الزيوت المستخلصة من الثمار الناضجة تعتبر أغناها بالفيتامينات.

و نقلا عن «ل. راندون» (L.Randoin) فإن الجدول الآتي يوضح التركيبات الأساسية لكل من الزيتون الأخضر و الأسود:

مليجرام 100 جرام

النوع الكالوري كبير يتفوسفور صوديوم بوتاسيوم ماغنسيوم الزيتون الأخضر 20027151282621

الزيتون الأسود 150-18 - - -

النوع الكالسيوم محديد نحاس فيتامين 1 فيتامين ب 1 فيتامين ب 2 الزيتون الأخضر 1002,304,03,08

الزيتون الأسود 80,-60,-02,06

ص:42

و تحتوي ورقة نبات الزيتون علي 5% من المعادن الآتية (الكالسيوم - الفوسفور - الماغنسيوم - السليكون - الكبريت - البوتاسيوم - الصوديوم - الحديد - الكلور). كما تحتوي أيضا علي التانيك (Tannic) ، مانيتول، سكروز، أحماض عضوية: (ماليك، طرطريك، لاكتيك) (و أحماض دهنية) (أوليك، صايونيك).

## الفوائد و الاستخدامات الطبية لزيت الزيتون

### 1 - للوقاية من تصلب الشرايين و الذبحة الصدرية:

#### إشارة

يؤدي ترسب المواد الدهنية بين طبقات و أنسجة جدران الشرايين و الأوعية الدموية إلي جعل هذه الأوعية و الشرايين غير قادرة علي التمدد و الانبساط، و بالتالي تكون غير قادرة علي مواجهة أي زيادة في ضغط الدم، و هذا ما يسمى بمرض تصلب الشرايين، أي تصبح جدران هذه الشرايين و الأوعية الدموية صلبة و غير مرنة، كما ينتج عن ترسب هذه المواد الدهنية أيضا ضيق في تجويف الوعاء الدموي، و بذلك تقل كمية الدم التي تصل إلي أجهزة الجسم المختلفة و أعضائه.

#### مضاعفات مرض تصلب الشرايين:

و لمرض تصلب الشرايين مضاعفات كثيرة تختلف باختلاف تواجد هذه الشرايين، و منها:

- شرايين المخ: إن حدوث تصلب في شرايين المخ يؤدي إلي عدم وصول كمية الدم اللازمة لمراكز المخ المختلفة و كلها مراكز حيوية تتحكم في جميع أعضاء و أجهزة الجسم، كما يؤدي ذلك أيضا إلي ضعف في الذاكرة و تصبح شرايين المخ عرضة لإصابتها بالجلطة أو الانفجار.

- شرايين القلب: ضيق شرايين القلب يسبب نقصا في كمية الدم إلي عضلة القلب، حيث يقل نصيبها من الغذاء و الأكسجين، و يجعلها عرضة للإصابة بالذبحة الصدرية، و هبوط في عضلة القلب.

- شرايين الأطراف: و خاصة في الأطراف السفلية، و الرجال أكثر عرضة من النساء بما يقدر بحوالي خمس مرات في تعرضهم للإصابة بتصلب شرايين الأطراف، و من أهم أعراض ذلك المرض هو حدوث آلام متقطعة في سمانة القدم أثناء السير.

- شرايين الكلي: تصلب شرايين الكلية يؤدي إلي ارتفاع في ضغط الدم و بالتالي عدم وصول كمية كافية من الدم إلي الكليتين حيث يؤدي ذلك في النهاية إلي الفشل الكلوي.

أما الذبحة الصدرية: فهي تحدث نتيجة لعدم وصول كمية كافية من الدم المحمل بالأكسجين

لإمداد عضلة القلب بالطاقة اللازمة لانقباضها. ومن أسبابها: إصابة الشرايين المغذية للقلب بتصلب أو زيادة نسبة الدهون و الكوليسترول بالدم. ومن أعراضها: آلام في الصدر عادة في الثلث الأوسط منه، ويتفرع هذا الألم إلى الرقبة و منطقة فم المعدة. كما قد يصل إلى الذراعين معاً. ويزداد هذا الألم بشدة مع زيادة المجهود العضلي.

وقد وجد أن المداومة علي تناول زيت الزيتون يساعد علي منع تصلب الشرايين وبالتالي يقي الجسم من خطورة هذا المرض و مضاعفاته، وكذلك يحمي الجسم من أخطار حدوث الذبحة الصدرية.

## 2 - استخدام زيت الزيتون المنخفض لضغط الدم المرتفع و المساعد علي توسيع الأوعية الدموية الطرفية:

هناك نوعان من ارتفاع ضغط الدم:

النوع الأول: و يسمى ضغط الدم الأساسي (Essential) حيث لا يوجد سبب واضح للارتفاع في ضغط الدم، و هو يمثل نسبة كبيرة من الحالات التي يرتفع فيها ضغط الدم فوق سن الأربعين، و عادة لا يصل مستوي ضغط الدم في هذا النوع إلي درجة عالية جداً، كما يمكن السيطرة عليه بسهولة في العلاج.

النوع الثاني: و يسمى ضغط الدم الثانوي (Secondary)، و يمكن أن ينشأ بسبب أمراض مزمنة بالكلي أو بسبب وجود خلل في هرمونات الجسم. و في هذا النوع قد يرتفع ضغط الدم لدرجات عالية جداً كما قد يصعب السيطرة عليه بالعلاج.

و مع استمرار ارتفاع ضغط الدم لفترات طويلة و إهمال العلاج تتعرض أعضاء مختلفة من الجسم للأضرار. فقد تتعرض الشرايين التاجية للتصلب وبالتالي يتعرض المريض للأزمات القلبية.

كما قد يؤثر ذلك علي الأوعية الدموية للكلي مما يؤدي إلي حدوث الفشل الكلوي «البولينا» (ureania).

وقد تصاب الأوعية الدموية الدقيقة الموجودة في العينين بتغيرات مختلفة قد تؤدي لحدوث نزيف دموي في الشبكية مما يسبب اضطرابات في الرؤية أو فقد البصر.

وقد يؤدي ارتفاع ضغط الدم إلي حدوث نزيف داخل أنسجة المخ حيث يتعرض المريض للشلل النصفي، و ربما ينفجر أحد الشرايين، و يحدث نزيف بالمخ خاصة في كبار السن، و هي حالة خطيرة قد تنتهي بالوفاة.

وفائدة هذه العصارة أنها تقوم بهضم المواد الدهنية و تحويلها إلى مستحلب دهني، و بالتالي فإن عدم إفراز العصارة الكبدية يؤدي بالطبع إلى عدم القدرة علي هضم المواد الدهنية، كما أن تراكم هذه العصارة في الحويصلة المرارية يؤدي إلى زيادة تركيزها و تحويلها إلى حصوات تسمى بالحصوات المرارية (Bile Stons) حيث قد تسبب هذه الحصوات آلاما مبرحة تأتي علي شكل مغص (Biliary colic)، كما قد تسبب انسدادا في القنوات الصفراوية مسببة بذلك مرض الصفراء الانسدادي (Obstructive Jundice) الذي يتطلب تدخلا جراحيا في الحال.

و لتجنب هذه المشاكل في إفراز العصارة الصفراوية، فإنه يجب المحافظة باستمرار علي جعل العصارة الصفراوية في صورة سائلة بتناول السوائل و المواد المدرة لها.

و لزيت الزيتون القدرة علي تنبيه الكبد و تنشيطه في إفراز هذه العصارة، و جعلها في حركة دائمة باستمرار.

#### 4 - استخدام زيت الزيتون كملطف و ملين للأمعاء (Laxative) :

##### إشارة

لزيت الزيتون خاصية تليين الأمعاء، لذلك فهو يستعمل في حالات الإمساك و التشنج المعوي.

و للإمساك أسباب كثيرة من أهمها: عدم تناول مواد تساعد علي تنشيط حركة الأمعاء مثل الألياف الخضراء «المواد السليولوزية» التي تعمل علي تنشيط حركة الأمعاء. و من أسباب الإمساك أيضا عدم تناول سوائل بكمية كافية أو عدم التخلص من الفضلات بصورة منتظمة، كما تؤدي الحياة الخالية من ممارسة الرياضة إلي كسل الأمعاء و نقص في حركتها الدودية (Peristalsis) التي تدفع فضلات الطعام للخارج.

##### طريقة استخدام زيت الزيتون:

يمكن تناول ملعقتين كبيرتين من الزيت قبل الطعام بنصف ساعة، أو مرة في الصباح و مرة في المساء قبل النوم، و يمكن إضافة عصير الليمون له.

كما يمكن استخدامه أيضا في الحقنة الشرجية كمسهل للأمعاء.

#### 5 - استخدام زيت الزيتون كمادة مدرة للبول (Diuretic) :

المادة المدرة للبول هي التي تساعد الكلبي علي استخلاص البول من الدورة الدموية و إخراجه و ترشيحه خلال المسالك البولية.

و مما هو جدير بالذكر أن البول يحتوي علي المواد السامة التي تنتج من مخلفات عملية التمثيل الغذائي (metabolism) و من أهمها: مادة البولينا (urea) و التي يتخلص منها الجسم عن طريق البول.

و عدم إدرار البول يؤدي إلي تركيز تلك المواد الإخراجية السامة في الدم و بالتالي يؤثر علي بقية أجهزة الجسم المختلفة مما يسبب خللا و اضطرابا في تادية وظائفها، و عدم خروج البول يؤدي أيضا إلي تركيز البول في المسالك البولية مما يساعد علي تكوين حصوات في هذه الأماكن و ما ينتج عنها من مضاعفات خطيرة كالتهابات المجاري البولية أو انسدادها و احتباس البول.

و هناك كثير من الأمراض التي تحتاج فيها إلي زيادة إدرار البول مثل ارتفاع ضغط الدم أو هبوط القلب أو الارتشاح المائي (oedema) ، و قد وجد أن المداومة علي زيت الزيتون يساعد علي إدرار البول و يمنع تراكمه أو تركيز مواده و بالتالي يحمي الجسم من خطورة كثير من الأمراض.

و يكتفي بذلك باستخدام الزيت بوضعه علي الطعام أو يمكن تناول ملعقة منه صباحا أو مساء.

## 5 - استخدام زيت الزيتون لعلاج الكساح و فقر الدم في الأطفال الرضع:

ينصح علماء التغذية الأمهات بضرورة إعطاء الأطفال زيت الزيتون في فترة الفطام حتي يمكن تجنب حدوث أي أعراض نتيجة لنقص فيتامين (د) أو فيتامين (أ).

و نظرا لاحتواء زيت الزيتون علي كمية كبيرة من فيتامين (د) الذي يساعد علي تكوين أنسجة العظام و خاصة في الأطفال الرضع؛ فإنه يجب تناول كميات كبيرة من زيت الزيتون و خاصة بالنسبة للأطفال الذين لا يتعرضون لأشعة الشمس لفترات طويلة أو الذين يعيشون في غرف مظلمة أو أبنية مغلقة.

إن طول المدة التي تقضيها شجرة الزيتون في إعداد ثمارها، يجعل هذه الثمرة تأتي قوية، سوية التكوين، متجانسة المحتوي، غنية بمحتوياتها، و لقد ظلت شجرة الزيتون عامين كاملين تمتص أشعة الشمس و تعمل علي تهيئة ثمرها، لذلك جاءت غنية بفيتامين (د) تماما كما هو الحال في سلعة أعطي صانعها الوقت الكافي لإعدادها و إنقائها.

و هناك نوعان لمرض البول السكري:

## 1 - سكر الأطفال و صغار السن:

و يكون البنكرياس غير قادر علي إنتاج أنسولين بالمره، و يرجع السبب غالبا إلي وجود خلل بجهاز المناعة بالجسم أدي إلي تحطيم خلايا البنكرياس المنتجة للأنسولين. لذلك يمكن علاج هذا

النوع عن طريق الحقن بالأنسولين و يسمى ذلك بمرض السكر المعتمد علي الأنسولين (insuline)

. (dependant)

## 2 - سكر الكبار و البالغين:

حيث ينتج البنكرياس كمية ضئيلة من الأنسولين أو أحيانا كمية طبيعية لكنها ضعيفة المفعول بسبب نقص عدد أو عدم كفاءة مستقبلات الأنسولين (Receptors) الموجودة علي غشاء الخلايا، وقد يرجع السبب إلي حدوث زيادة طارئة في وزن الجسم، أو لوجود عامل وراثي أو لسبب غير واضح، لذلك يعالج هذا النوع عادة بالحبوب المخفضة للسكر، و لا يشترط إعطاء حقن الأنسولين. و من أعراض مرض السكر: كثر التبول و كثرة شرب الماء و كثرة الشعور بالجوع و تناول الأكل و فقدان الوزن.

وقد ذكرت المراجع الطبية أن الاستمرار في تناول زيت الزيتون يساعد علي حماية الجسم من حدوث مرض البول السكري، كما أنه الغذاء المفضل و المسموح بتناوله في حالة حدوث المرض.

## الاستخدامات الخارجية لزيت الزيتون

### 1 - لعلاج الآلام الروماتزمية و التهاب الأعصاب و التواء المفاصل:

تؤدي إصابة المفاصل بالتهاب الروماتزمي إلي تصلب حركة المفاصل و آلام شديدة عند بدء الحركة كما تقل حركة هذا المفصل تدريجيا و ربما يحدث ضمور في العضلات المتصلة بهذا المفصل.

وقد يحدث ارتشاح (زيادة كمية السوائل) داخل المفصل محدثا تورما و انتفاخا للمفصل. و من أكثر المفاصل تعرضا لهذا المرض، الركبة و الكتف و مفاصل فقرات العمود الفقري في منطقة الظهر.

و يمكن علاج هذه الحالات بتخفيف الوزن حيث إنها تخفف العبء عن المفاصل المصابة و استخدام وسائل العلاج الطبيعي كالحرارة و الحمامات الدافئة و تدرجات عضلية للمفاصل و العضلات المحيطة بها و كذلك باستخدام الأدوية المسكنة للآلام.

وقد وجد أن استخدام زيت الزيتون موضعيا يعطي نتائج ممتازة في تخفيف الآلام.

و من المستحضرات المفيدة في ذلك مرهم زيت الزيتون بالثوم: تقطع فصوص رأس الثوم،



و توضع في 200 جرام من زيت الزيتون، و يترك المخلوط لمدة يومين أو ثلاثة ثم يدلك به مكان الألم عدة مرات.

## 2 - زيت الزيتون في علاج مرض النقرس (Gout) :

يحدث هذا المرض نتيجة ترسب أملاح البولينا في المفاصل.

و يرجع السبب الرئيسي لزيادة حمض البوليك في الدم إلي عاملين رئيسيين:

1 - حدوث خلل في التمثيل الغذائي للعناصر البروتينية بالدم.

2 - عدم قدرة الكلي علي إخراج الكميات الزائدة المنتجة من هذا الحامض.

و أكثر المفاصل تعرضا للإصابة هو مفصل الأصبع الكبير بالقدم، و تبدأ الإصابة عادة ليلا حيث يشعر المريض بألم مفاجيء في المفصل المصاب ثم يتورم المفصل بعد ذلك، و عند ما تصبح الحالة مزمنة فإنه تحدث نوبات متعددة من الآلام في هذا المفصل و يصبح غير قادر علي الحركة.

و قد ترسب بلورات البولينا في أماكن أخرى: تحت سطح الجلد و أوتار عضلات الذراعين و في الأنسجة الرخوة حول المفاصل، كما قد ترسب في غضاريف الأذن و الأنف. و في جميع هذه الأماكن تظهر الإصابة علي شكل عقد لها لون الطباشير الأبيض.

و يتم استخدام زيت الزيتون في علاج مرض النقرس كآآتي:

يتم إضافة خمس زهور طازجة من نبات الكاموميل (camomille) إلي كمية مناسبة من زيت الزيتون و ينقع هذا المخلوط في الشمس لمدة أربعة أيام ثم تدلك به الأماكن المصابة من المفاصل، و يساعد ذلك علي تخفيف الآلام الموجودة.

## 3 - لعلاج التهابات اللثة:

و تحدث هذه الالتهابات نتيجة لعدم اتباع القواعد الصحية في المحافظة علي نظافة الفم، و تظهر اللثة بمنظر متورم مع وجود قرح أو أماكن بها صديد.

و تدليك اللثة الملتهبة بزيت الزيتون يساعد علي تخفيف حدة الالتهابات بها.

#### 4 - زيت الزيتون يعالج الأمراض الجلدية:

أ- علاج دمامل الجلد والالتهابات: حيث تدلك الدمامل الموجودة بالجلد بثمرة الزيتون، وذلك بعد نزع قشرتها، ويساعد ذلك علي نضوج هذه الدمامل و خروج الصديد و المواد المتقيحة منها.

ب - ملطف الجلد: يستخدم زيت الزيتون لدهان الجسم حفاظا عليه من أشعة الشمس، كما يستخدم أيضا لتلطيف الجلد في حالات الاحتكاك و خاصة عند الأطفال.

ج - لعلاج القوباء: القوباء هي وجود بقع بيضاء في الجلد خاصة الوجه نتيجة لنقص فيتامين (أ).

طريقة الاستخدام: يوضع 100 جرام من ورق الزيتون الأخضر في 200 جرام من زيت الزيتون لمدة أسبوع، ثم يدهن به الأماكن المصابة.

د - لمنع تساقط الشعر: حيث تدلك فروة الرأس مساء و لمدة عشرة أيام مع تغطيتها ليلا ثم تغسل صباحا بالشامبو.

هـ - في المحافظة علي جمال البشرة: يغطي الوجه و الرقبة بمزيج قوامه نصف ملعقة صغيرة من الزيت و صفار بيضة، و يوضع نقاط من عصير الليمون ثم يزال هذا القناع بعد 1/3 ساعة بماء فاتر.

و - في علاج تشققات الجلد: تنتج هذه التشققات نتيجة عوامل عديدة منها نقص فيتامين (أ) في الغذاء أو نتيجة لوجود الاحتكاك المستمر و المباشر في هذه المناطق.

و تدلك الأماكن المصابة بنسب متساوية من الجليسرين و زيت الزيتون.

ز - حمامات الزيت الساخن لعلاج الشعر الجاف: (Hot oil treatment for dry hair)

باستخدام قطعة من القطن المغموسة في زيت الزيتون، و وضعها علي شعر الرأس ثم تدلك فروة الرأس بالأصابع مع الأخذ في الاعتبار بأن تغطي جميع أطراف فروة الرأس، ثم توضع فوطة مبللة بماء دافئ (بعد عصرها) علي الرأس مع مراعاة استبدالها بأخري كلما بدأت تبرد، و يستمر وضع كمادات الفوط الساخنة علي فروة الرأس لمدة تتراوح من 20 دقيقة إلي ساعة.

ح - حمامات البخار الزيتية لعلاج الجلد الجاف: ينطف الجلد أولا ثم يعرض لبخار الماء لمدة

تتراوح من 5-10 دقائق لفتح ثغرات مسام الجلد، ثم يوضع زيت الزيتون الدافئ على الوجه و الرقبة و تغطي المنطقة بقطعة من القماش المبللة و الدافئة لمدة عشر دقائق، ثم يزال الزيت بعد ذلك بقطعة أخرى من القماش المبللة بماء دافئ.

يقوم الزيت بمد الجلد بالزيوت الطبيعية النباتية، كما أنه يساعد في نفس الوقت على تنشيط الجلد لكي يقوم هو نفسه بزيادة إنتاجه من الزيوت. وهذه الزيوت المعدنية النباتية لا تقوم باختراق الجلد ولكنها فقط تقوم بتزييت سطح الجلد، وهذه هي القاعدة الطبية التي علي أساسها يتم إدخال هذه الزيوت في صناعة المراهم و الكريمات الطبية.

## الزيتون في الطب القديم

النملة و القروح و البثر: ديسقوريدوس: الزيتون البري و ورقه قابض إذا دق و سحق و تضمد به منع الحمرة من أن تسعي في البدن و منع النملة و القروح و البثر التي تسمى «أبرنقش» و هي النار الفارسية، و القروح الخبيثة، و تنفع من الداحس.

الخشكريشة: إذا تضمد به مع العسل قلع الخشكريشة و قد ينقي القروح الخبيثة الوسخة.

الأورام الحارة: إذا خلط بالعسل و تضمد به حلل الورم الذي يقال له «فوخثلن» و الأورام الحارة. يلزق جلد الرأس إذا انتلع.

القروح في الفم و القلاع: إذا مضغ أبرأ القروح التي في الفم و القلاع.

الإسهال المزمن: إذا تضمد بالورق مع دقيق الشعير كان صالحاً للإسهال المزمن و عصارته و طبيخه يفعلان ضد ذلك.

سيلان الرطوبات السائلة: و عصارته إذا احتملت قطعت سيلان الرطوبات السائلة من الرحم المزمنة و نزل الرطوبات المزمنة إليها.

كيفية استخراج عصارة الورق: إذا أردت أن تخرج عصارة الورق فدقه و رش عليه في دقك إياه شراباً أو ماء ثم اعصره ثم جفف العصارة في شمس، ثم عملها أقراصاً.

قيح الأذن: يصلح للأذن التي يسيل منها القيح و الأذن المتقرحة.

تآكل الأسنان: ابن سينا: ورق الزيتون يقبض و ينفع من تآكل الأسنان إذا طبخ و أمسك العليل ماء في فمه. و إذا طبخ بماء الحصرم حتي يصير كالعسل و يطلي به علي الأسنان المتآكلة فيقلعها.

قروح المقعدة: الطبري: إذا احتقن به نفع من قروح المقعدة الباطنة والرحم.

عرق النسا: ورق الزيتون البري إذا أحرق وضمده به معجوناً بالماء الحار عرق النسا فوق عرق العرقوب بأربعة أصابع من الجانب الوحشي و يترك عليه حتى يتقشر الموضع كان ذلك من مرة واحدة أو من أكثر فإنه يسيل من الموضع مادة كثيرة و يتآكل اللحم الذي خلل الليف و تبرأ بذلك الشكاية جملة ثم يعاني الموضع بالأدوية الملحمة.

النخالة في الرأس: خشب الزيتون البستاني إذا ألهب فيه النار إذا تلطخ به أبرأت النخالة التي في الرأس والجرب والقوباء.

لدغة العقرب: الفلاحة: إن علق بعض عروق الزيتون علي من لدغته العقرب بريء.

برد الرأس: إن أخذ عروق شجر الزيتون و ورقها و طبخا بالماء و تمضمض به و هو حار من شكي رأسه من برد سكن الوجع.

الزكام: إذا صبّه المزكوم علي رأسه حلل رطوبة كثيرة من رأسه و أحدرها و خفف الزكام.

إن أكب علي بخار هذا الماء و صبر علي ذلك حتي يبرد و ينفذ بخاره أحدر رطوبة من المنخرين و الرأس و أجراها سفلا و هو دواء جليل المقدار لهذه العلة.

نخالة الرأس: ديسقوريدوس: ثمر الزيتون إذا تضمد به شفي من نخالة الرأس و من القروح الخبيثة.

الآثار البيض: و ما داخل نوي الثمر إذا خلط بشحم و دقيق قلع الآثار البيض العارضة للأطفال.

اللثة و الأسنان المتحركة: ديسقوريدوس: و ماء الملح الذي كبس فيه الزيتون إذا تمضمض به شد اللثة و الأسنان المتحركة.

يحبس البطن: الزيتون الحديث الذي لونه لون الياقوت ما هو يحبس البطن و هو جيد للمعدة.

القروح الخبيثة: إذا أحرق و تضمد به منع القروح الخبيثة من أن تسعي في البدن و قلع القروح المسماة «أبتراش».

الربو و أمراض الرئة: إسحاق بن عمران: الزيتون الأسود مع نواه من جملة البخورات للربو و أمراض الرئة.

## زيت الزيتون في الطب القديم

تقوية الأسنان: زيت النفاق: يشد اللثة ويقوي الأسنان إذا أمسك في الفم و يمنع من العرق.

يسهل البطن: إذا شرب منه 9 أواق بماء الشعير مثله أو بماء حار أسهل البطن.

المغص: إذا طبخ بالشراب و سقي منه و هو سخن 9 أواق نفع من به مغص، و أخرج الدود الذي في البطن.

القولنج: ينفع إذا احتقن به من به القولنج العارض من ورم المعوي و من شدة عارضة من رجيع يابس.

يحد البصر: العتيق منه أشد إسخانا و تحليلا و يكتحل به ليحد البصر.

نخالة الرأس: زيت الزيتون البري يمنع الشعر القريب من السقوط من أن يسقط و يجلو النخالة من الرأس و القروح الرطبة و الجرب المتقرح و يمنع الشيب أن يسرع إذا دهن به كل يوم.

الأسنان المتحركة: إذا تضمد به اللثة التي تدمي كثيرا نفعها و يشد الأسنان المتحركة.

اللثة التي يسيل إليها الفضول: قد يهيا منه إذا سحق كمد يصلح للثة التي يسيل إليها الفضول، و ينبغي عند ذلك أن يؤخذ صوف و يلف علي ميل و يغمس في زيت و يوضع علي اللثة إلي أن تبيض.

ريح السبل: الفلاحة: إن اكتحل منه من بعينه ريح السبل أو في أجفانه رطوبة غليظة باردة يابسة بيسير من زيت عتيق أزال ذلك عنه و قوي بصره و زاده نورا إلي نوره.

بياض العينين: إذا اكتحل بالزيت المبيض بالماء و النار اللينة من في عينيه بياض و أدمنه أذاب ذلك البياض و أزاله علي طول الأيام و شفاه من جميع العلل العارضة من زيادة الرطوبة و هو يقوم للعين النازل فيها الماء مقام القدح بالحديد إذا قطر فيها إذا حكيت رأس الميل حكا كثيرا.

يجب أن يكون هذا الزيت قد عتق سنة و ما زاد علي ذلك كان أفضل.

لسعة العقرب: من لسعته العقرب أخذ الزيت العتيق فسخنه و دهن به مخرجه سكن الوجع علي المكان.

عن طلحة بن زيد قال: سألت أبا عبد الله عليه السلام، عن الحجامة يوم السبت، قال: «تضعف» قلت: إنما علتني من ضعفي وقلة قوتي، قال: «فعليك بأكل السفرجل الحلو مع حبه فإنه يقوي الضعيف، ويصيب المعدة، ويزكي المعدة»(1).

عن الصادق عليه السلام، قال: من أكل السفرجل علي الريق، طاب مأؤه، وحسن وجهه(2).

عن محمد بن مسلم، قال: نظر أبو عبد الله عليه السلام إلي غلام جميل، فقال:

ينبغي أن يكون هذا الغلام أكل السفرجل، وقال: السفرجل يحسن الوجه، ويجم الفؤاد(3).

وعنه عليه السلام قال: أكل السفرجل قوة للقلب، وذكاء للفؤاد، ويشجع الجبان(4).

عن سفيان بن عيينة قال: سمعت جعفر بن محمد عليه السلام يقول: السفرجل يذهب بهم الحزين، كما تذهب اليد بعرق الجبين(5).

وعنه عليه السلام قال: السفرجل يفرج المعدة، ويشد الفؤاد(6).

ص: 53

1- (1) مستدرك الوسائل ج 16 ص 400-401 ح 7.

2- (2) مستدرك الوسائل ج 16 ص 402 ح 1 باب 70.

3- (3) وسائل ج 25 ص 167 ح 12.

4- (4) وسائل الشيعة ج 25 ص 167-168 ح 13.

5- (5) بحار الأنوار ج 63 ص 171 ح 18.

6- (6) بحار الأنوار ج 63 ص 171 ح 20.

## في الطب الشعبي الحديث:

السفرجل غني بفيتامينات (أ)، (ب)، كما أنه غني بعناصر: الكبريت، والفوسفور، والكالسيوم، والصوديوم، والبوتاسيوم... وهو يفيد كثيرا في: التسكين، والتغذية، وفتح الشهية، وعلاج المعدة والكبد، ويستعمل في حالات الإسهال المزمن، ويقوي القلب، ويفيد المصابين بسل الأمعاء والصدر، والنزيف المعوي والمعدى... ويقوي الهضم والأمعاء، ويمنع القيء، ويشفي من سيلان اللعاب، ومن حالات الزكام الشديد، ومن سيلان المهبل.

بذر السفرجل: يستخدم لطفاء، ويستعمل مغليه غسولا في حالات تشقق الجلد والبواسير، ويستعمل أيضا مضافا إلى غسولات العين في حال هيجانها والتهابها.

لعلاج الإسهال الحاد: يغلي مقدار 250 جراما من الماء مضافا إليه كمية من الأرز، ثم تضاف ملعقة من مسحوق السفرجل إلى هذا المغلي حتي ينضج، ويعطي للمصاب بالإسهال... كما يوصف أيضا لذوي الأجسام الضعيفة والمصابين باضطراب المعدة.

للربو والسعال الديكي: يحضّر مقدار ملعقة كبيرة من بذور السفرجل، و ملعقة كبيرة من سكر النبات، مع قليل من كنافة البحر، تسحق جميعها وتغلي في كوب ونصف من الماء، ثم تترك حتي تبرد... ويؤخذ منها ثلاث مرات في اليوم لمدة عشرة أيام... وللأطفال مقدار فنجان قهوة في الصباح وآخر في المساء. أو يغلي مقدار 50 جراما من الأزهار والأوراق في لتر ماء، ويشرب بعد أن يبرد... ويضاف إلى هذا المغلي زهور البرتقال لعلاج الأرق.

لعلاج عسر الهضم والتهاب الأمعاء: تقطّع سفرجلة غير مقشرة إلى شرائح رقيقة، وتغلي في لتر ماء حتي يبقى نصفه، ثم يضاف إلى المغلي مقدار 50 جراما من السكر، ويشرب.

لإزالة قشر الرأس: تنقع بذور السفرجل في الماء، ويمسّط بها الشعر لمدة اثني عشر يوما.

## السفرجل في الطب القديم

وتحدث الأطباء العرب عن السفرجل كثيرا، و خلاصة ما قالوه: إنه مقوّ، قابض، والحلو أقل قبضا، و حَبّه ملين، وهو يمنع سيلان الفضول إلى الأحشاء، ويحبس العرق، و يلين قسبة الرئة.

ودهنه ينفع من تشقق الأيدي وغيرها من البرد، ومن الأورام الجلدية والقروح. وعصارته نافعة من

ضيق النفس و الربو، و تمنع نفث الدم. و لُبّه يرطب. و هو ينفع من القيء، و يسكّن العطش، و يقوي المعدة.

و شرابه مقو جدا، و نيئه يقوي المعدة، و يمنع القيء البلغمي، و يدر البول. و المطبوخ بالعسل أشد إدرارا، و ينفع من الدوسنطاريا، و من حرقة البول. و يحبس نرف الطمث.

و دهنه ينفع الكلي و المثانة، و يحقن بطبيخه لنتوء المقعدة و الرحم. و المشوي منه أخف و أنفع. و يشوي بتقويره و إخراج حبه و جعل العسل فيه و يسد ثقبه و يشوي بالرماد. و إذا أكل السفرجل علي الطعام أطلق المعدة، و قلبه يقبض، و الإكثار منه مضر بالعصب، و يولد القولنج. و السفرجل مفرح للقلب، يذهب الوسواس و الكسل و الخفقان و ضعف الكبد و لو شَمًا.

ص: 55



عن أبي عبد الله عليه السلام، قال: خير تموركم البرني(1)، يذهب بالداء ولا داء فيه، ويذهب بالإعياء، ويشبع، ويذهب بالبلغم، مع كل ثمرة حسنة(2).

وعنه عليه السلام، قال: خير تموركم البرني، وهو دواء ليس فيه داء(3).

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: من أكل سبع تمرات عجوة عند منامه قتلن الديدان في بطنه(4).

عن صالح ابن عقبة، قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: أطعموا البرني نساءكم في نفاسهن(5) تحلم أولادكم(6).

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: ما استشفيت نفساء بمثل الرطب لأن الله أطعم مريم جنيا في نفاسها(7).

ص:56

---

1- (1) التمر البرني: بفتح الباء: لون من التمر أحمر مشرب بصفرة كثير اللحاء عذب الحلاوة.

2- (2) بحار ج 63 ص 133-134 ح 33.

3- (3) بحار ج 63 ص 134 ح 36.

4- (4) بحار ج 63 ص 133 ح 30.

5- (5) كأن المراد بنفاسهن قرب نفاسهن قبل الولادة، أو محمول علي ما إذا أرضعن أولادهن، والأخير أنسب بقصة مريم (ع).

6- (6) بحار ج 63 ص 134 ح 38.

7- (7) بحار ج 63 ص 135 ح 40.

وعنه عليه السّلام قال: أطمعوا نساءكم التمر البرني في نفاسهن تجملوا أولادكم(1).

وعنه عليه السّلام قال: العجوة من الجنة، وفيها شفاء من السم(2)(3).

الكمثري(4)

عن الصادق عليه السّلام قال: الكمثري يجلو القلب، ويسكن أوجاع الجوف(5).

قال عليه السّلام لرجل شكى إليه وجعا يجده في قلبه وغطاء عليه، فقال: كل الكمثري(6).

عن أبي عبد الله عليه السّلام، قال: الكمثري يدبغ المعدة ويقويها، وهو والسفرجل سواء، وهو علي الشبغ أنفع منه علي الريق، ومن أصابه طنخاء فليأكله، يعني: علي الطعام(7).

ص: 57

1- (1) بحار ج 63 ص 141.

2- (2) بحار ج 63 ص 133 ح 29.

3- (3) قال زيد بن علي بن الحسين (ع): وصف ذلك: ان يؤخذ تمر العجوة فينتزع نواه، ثم يدق دقا بليغا، ويعجن بسمن بقر عتيق، ثم يرفع، فإذا احتيج إليه أكل للسم.

4- (4) الكمثري: هي الإجاص عند عامة الشوام إجاص (سوريا اليمن).

5- (5) بحار ج 63 ص 168 ح 6.

6- (6) بحار الأنوار ج 63 ص 175 ضمن حديث 34.

7- (7) وسائل الشيعة ج 25 ص 170-171 ح 2 باب 96.

## العلاج بالتمر و الرطب

قال الله تعالى في كتابه الكريم:

وَهُزِّي إِلَيْكِ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسَاقِطُ عَلَيْكَ رَطْبًا حَنِئًا فَكُلِي وَاشْرَبِي وَقَرِّي عَيْنًا

[مريم/ 25-26].

كما ورد ذكر النخل و النخيل في القرآن الكريم كثيرا، و نذكر منها علي سبيل المثال الآيات الآتية:

وَزُرُوعٍ وَنَخْلٍ طَلَعُهَا هَٰضِمٌ [الشعراء/ 148].

وَ النَّخْلَ بِاسِقَاتٍ لَهَا طَلْعٌ نَضِيدٌ [ق/ 10].

فِيهِمَا فَاكِهَةٌ وَنَخْلٌ وَرُمَانٌ [الرحمن/ 68].

وَ جَعَلْنَا فِيهَا جَنَّاتٍ مِّنْ نَّخِيلٍ وَأَعْنَابٍ [يس/ 34].

## التركيب التحليلي للتمر و الرطب:

يحتوي البلح علي المركبات الآتية:

1 - السكريات: يحتوي البلح علي سكر الجلوكوز و الفركتوز و السكروز و تصل نسبة السكريات في البلح إلي 75%.

2 - الألياف الخام: تتراوح نسبة الألياف في البلح ما بين 2-4% علي أساس الوزن الجاف و تتكون هذه الألياف من البكتين و اللجنين و السليلوز و لهذه الألياف دور هام في تقليل كثير من الأمراض مثل سوء الهضم و الإمساك.

3 - البروتينات و الأحماض الأمينية: تتراوح نسبة البروتينات في البلح ما بين 1,5-2%. كما يحتوي البلح علي الأحماض الأمينية الأساسية (essential amino acids) و هي التي لا يستطيع الجسم تصنيعها مثل الليسين (lysine) و الليوسين (leucin) و الفالين (valine) و الأرجنين (arginine)

و الهستيدين (histidine). كما يحتوي أيضا علي الأحماض الأمينية غير الأساسية مثل الأسبارتيك (aspartic) و السيستين (cystine) و الجلوماتيك (glumatic) و جليسين (glycine) و البرولين (proline)

و السيرين (serine).

4 - الدهون: تتراوح نسبة الدهون في البلح من 2,22% إلى 7,42% ويحتوي البلح أساساً على الأحماض الدهنية ذات السلسلة الطويلة مثل أوليك (oleic) و البالميتيك (palmitic) .

5 - الأحماض العضوية: مثل حمض الفوسفوريك و الستريك.

6 - الفيتامينات: تنقسم الفيتامينات الموجودة في البلح إلى فيتامينات ذائبة في الماء مثل مجموعة فيتامين (ب) المركب و فيتامين (ج) و فيتامينات ذائبة في الدهن مثل فيتامين (أ)، و فيتامين (د) و تصل نسبة فيتامين (أ) بالبلح إلى 600 وحدة دولية/كيلو جرام من البلح.

7 - العناصر المعدنية: الكالسيوم و البوتاسيوم و الفوسفور و الكبريت و الماغنسيوم و الصوديوم و الكلور و الحديد. و يعتبر البوتاسيوم هو أكثرها و أوفرها. و قد وجد أن ارتفاع نسبة البوتاسيوم و انخفاض نسبة الصوديوم مناسب جداً للمرضى الذين يعانون من ارتفاع ضغط الدم.

8 - إنزيمات: يحتوي البلح على بعض الإنزيمات التي يحتاج إليها الجسم في إتمام كثير من العمليات الكيميائية. و من هذه الأنزيمات: إنزيم الانفرتاز و الإنزيمات البكتينية و الإنزيمات المحللة للسلولوز.

## الاستخدامات العلاجية للبلح و الرطب

### 1 - التمر يقوي الرحم:

يقوي التمر الرحم خاصة عند الولادة، حيث ثبت عن البحوث الحديثة أن له تأثيراً منبهاً (stimulant) لحركة الرحم و زيادة فترة انقباضه، و قد أشار الله سبحانه و تعالى إلي مريم بأن تأكل البلح فيغذيها من جهة، و يزيد من انقباض الرحم بانتظام من جهة أخرى فتضع وليدها بسهولة، فقال تعالى في سورة مريم: وَ هَزِّي إِلَيْكِ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسَاقِطُ عَلَيْكَ رَطْبًا حَنِينًا \* فَكُلِي وَ اشْرَبِي وَ قَرِّي عَيْنًا .

و قد جاءت الأبحاث الطبية الأخيرة لتكشف عن آثار الرطب التي تعادل آثار العقاقير الميسرة لعملية الولادة، و التي تكفل بسلامة الأم و الجنين معاً. و لانقباض الرحم بعد الولادة مباشرة أهمية كبيرة حيث يمنع ذلك النزيف الحادث بعد الولادة، و يعود بالرحم إلي حجمه و مكانه الطبيعي قبل الحمل. و في ذلك يقول عمرو بن ميمون: ما من شيء خير للنفساء من التمر و الرطب.

## 2 - التمر مهديء للأعصاب:

للتمر تأثير مهديء للأعصاب، و ذلك بتأثيره علي الغدة الدرقية، و لذلك ينصح الأطباء بإعطاء الأطفال و الكبار العصبيين ثمرات من التمر في الصباح من أجل حالة نفسية أفضل.

وقد أثبتت الدراسات الطبية مدي تأثير الغذاء علي سلوك الأطفال حيث أعطي عدد من الأطفال ذوي السلوك الشاذ أو العدواني، أطعمة صحية تحتوي علي التمر، فأحدث ذلك تحسنا كبيرا في سلوكهم حيث تحولوا تماما من سلوك المشاغبة و العدوان إلي أطفال هادئين يستجيبون للقواعد المنشودة و السلوك المهذب الذي يتفق مع مراحل حياتهم.

وقد يرجع التوتر العصبي للأطفال إلي نقص عنصر الحديد في الغذاء مما يسبب نقص بعض الإنزيمات بالمشخ، و توفر عنصر الحديد في البلح أو التمر يساعد علي عدم نقص هذه الأنزيمات التي لها علاقة وثيقة بوسائل الإرسال العصبي.

## 3 - البلح منبه للأمعاء:

البلح مفيد في تقوية العضلات المعوية، حيث يساعد في علاج حالات الإمساك، و يرجع السبب في ذلك إلي احتواء البلح علي الألياف النباتية التي تعمل علي تنبيه حركة الأمعاء.

## 4 - القيمة الغذائية للتمر:

يستطيع الإنسان أن يعيش علي التمر مدة طويلة من الزمن، حيث إنه غني بالمادة السكرية، و هي موجودة في البلح في صورة سهلة الهضم و الامتصاص و التمثيل بالجسم. و الاقتصار في الغذاء علي البلح يؤدي إلي النحافة، أما إذا تناوله المرء مع قده من اللبن فإنهما يكونان معا غذاء كاملا من جميع الوجوه، حيث يقوم اللبن بتعويض النقص الموجود في البلح من البروتين و الدهون. و كثير من البدو يعيشون علي التمر المجفف و لبن المعز، و صحتهم أجود ما يكون، و نادرا ما يصابون بالأمراض الخبيثة أو المزمنة، و قليلا ما تشاهد البدانة بينهم.

## 5 - التمر غذاء للنفساء:

و الرطب غني جدا بعنصري الحديد و الكالسيوم، لذلك فضله الله تعالى للنفساء و أمر السيدة

مريم العذراء أن تتناوله في فترة النفاس، و كمية عنصر ي الحديد و الكالسيوم الموجودين بالرطب كافية جدا و هامة لتكوين لبن الرضاعة، و تعويض الأم عما ينقص منها بسبب الولادة أو الرضاعة، و الحديد و الكالسيوم أيضا عنصران حيويان هاما في نمو الطفل الرضيع، حيث يعتبران من أهم العناصر الداخلة في تكوين الدم و نخاع العظام.

#### 6 - التمر يعالج فقر الدم (الانيميا):

نظرا لاحتواء التمر علي نسبة عالية من الحديد فإنه يمكن استخدامه في علاج حالات فقر الدم و خاصة عند الأطفال و التي يكون سببها نقص عنصر الحديد. و قد وجد أن منقوع التليو مع عسل البلح مفيد في علاج حالات الانيميا.

#### 7 - التمر يعالج السعال و نزلات البرد:

المستحضر السابق من منقوع التليو و عسل البلح يفيد أيضا في علاج السعال المصحوب بتقلصات، كما أن المشروب المحضر من غلي أزهار الزعتر و أوراقه مع البلح يفيد في السعال الديكي و نزلات البرد.

و قد وصف التمر كعلاج للسعال و البلغم و التهاب القصبة الهوائية و ذلك بعمل شراب مكون من 50 جراما من التمر، 50 جراما من الزبيب، 50 جراما من التين المجفف، 50 جراما من العناب ثم يغلي علي النار و يشرب.

كما أن عصير الليمون بعسل البلح (الدبس)، مشروب ناجح له أثر فعال في حالات نزلة البرد.

#### 8 - منقوع البلح مدر للبول و ملين للأمعاء:

و ترجع هذه الخاصية إلي قدرة البلح علي تنبيه عضلات المسالك البولية و الأمعاء. و قد أشاد قدماء المصريين باستخدام البلح في أمراض المثانة و المعدة و الأمعاء.

#### 9 - استخدام البلح كمضاد للحموضة:

نظرا لأن التمر غني بالأملاح المعدنية القلوية كالكالسيوم و البوتاسيوم، فهو خير ما يؤكل لمعادلة الحموضة الموجودة بالمعدة، و كذلك لأنه يخلف رمادا قلويا بعد هضمه و تمثيله، و علي

ذلك فإن التمر خير ما يؤكل لمعادلة الحموضة التي تتولد من أكل البروتينات المركزة كما هو الحال في السمك و البيض.

## 10 - التمر يزيد من القدرة الجنسية:

كثيرا ما يوصف التمر لزيادة القدرة الجنسية، ويمكن تفسير ذلك بناء علي العوامل الآتية:

- يحتوي التمر علي الحامض الأميني الأرجينين (Argenine) و هو من الأحماض الأمينية التي يؤدي نقصها في طعام الذكور إلي حدوث نقص في تكوين الحيوانات المنوية.

- يحتوي التمر علي فيتامينات (أ)، (ب) المركب و هي من الفيتامينات الضرورية لتقوية الأعصاب.

- يحتوي التمر علي العديد من المعادن مثل الماغنسيوم الذي يعمل علي تهدئة الأعصاب، و البوتاسيوم الذي يعمل علي تنظيم الإرسال العصبي و انقباض العضلات.

## 11 - التمر إفطار لطيف للصائم:

كان رسول الله (ص) يفطر علي رطبات قبل أن يصلي، و في إفطار الرسول (ص) علي الرطب أو التمر تدير لطيف جدا، ذلك لأن الصوم يخلي المعدة تماما من الغذاء، فلا يجد الكبد فيها ما يجذبه و يرسله للأعضاء. و لما كانت المواد السكرية أسرع شيء وصولا إلي الكبد و أحبه إليها، و لا سيما إذا كان رطبا فيشتد قبولها لها؛ فتنتفع به و تسارع بحرقه و إرسال الطاقة الناتجة عنه إلي الأعضاء و المخ، فالثابت طبيا أن السكر و الماء أول ما يحتاج إليهما الصائم بعد فترة الصوم، لأن نقص السكر في الجسم يسبب ضيق الخلق و اضطراب الأعصاب، و نقص الماء في الجسم يسبب قلة مقاومته و ضعفه، و ذلك بعكس الصائم الذي يملأ معدته مباشرة بالطعام و الشراب عند الإفطار فإنه يحتاج إلي ثلاث ساعات أو أكثر حتي تمتص أمعاؤه السكر، و علي هذا تبقي عنده أعراض ذلك النقص و يكون كمن واصل صومه.

1 - تبين في الأبحاث المجراة علي الرطب أي ثمرة النخيل الناضجة، أنها تحوي مادة مقبضة للرحم، تقوي عمل عضلات الرحم في الأشهر الأخيرة للحمل فتساعد علي الولادة من جهة كما تقلل كمية النزف الحاصل بعد الولادة من جهة أخرى.

2 - الرطب يحوي نسبة عالية من السكاكر البسيطة السهلة الهضم و الامتصاص، مثل سكر الغلوكوز، و من المعروف أن هذه السكاكر هي مصدر الطاقة الأساسي، و هي الغذاء المفضل للعضلات، و عضلة الرحم من أضخم عضلات الجسم، و تقوم بعمل جبار أثناء الولادة التي تتطلب سكاكر بسيطة بكميات جيدة و نوعية خاصة سهلة الهضم سريعة الامتصاص، كتلك التي في الرطب.

و نذكر هنا بأن علماء التوليد يقدمون للحامل و هي بحالة المخاض الماء و السكر بشكل سوائل سكرية، و لقد نصت الآية الكريمة علي إعطاء السوائل أيضا مع السكاكر بقوله تعالي: فَكُلِّي وَ اشْرَبِي وَ هَذَا إِعْجَازٌ آخَرٌ.

3 - إن من آثار الرطب أيضا أنه يخفض ضغط الدم عند الحوامل فترة ليست طويلة ثم يعود لطبيعته، و هذه الخاصة مفيدة لأنه بانخفاض ضغط الدم تقل كمية الدم النازفة.

4 - الرطب من المواد المليئة التي تنظف القولون، و من المعلوم طبيا أن المليينات النباتية تفيد في تسهيل و تأمين عملية الولادة بتنظيفها للأمعاء الغليظة خاصة، و لتتذكر بأن الولادة المثالية يجب أن يسبقها (حقنة) شرجية لتنظيف القولون.



## خواص الكمثري

تحتوي الكمثري علي مواد سكرية سهلة الهضم و التمثيل، كما تحتوي علي نسبة عالية من الأملاح المعدنية و الفيتامينات و خاصة فيتامين (ج).

### الاستخدامات الطبية للكمثري:

1 - تستعمل الكمثري في علاج ضغط الدم المرتفع و تصلب الشرايين.

2 - تستعمل الكمثري في علاج أمراض القلب و الكلي و الكبد.

3 - تستعمل الكمثري كمدررة للبول و العصارة الصفراوية.

4 - للكمثري خواص ملينة و مسهلة لذلك فهي تكافح الإمساك.

5 - أزهار الكمثري معروفة بقدرتها علي إدرار البول و علاج التهابات المثانة البولية و اضطرابات المسالك البولية.

فالكمثري مثلا، من أطيب الفواكه و أذها بشرط أن تؤكل في حينها. و حينها هو المشكلة، إذ إن الكمثري فاكهة تنطوي علي شيء من الخداع و الغموض، و من المستحيل أن تستطيع الحكم عليها من مظهرها الخارجي ما إذا كانت ناضجة أم لا. حتي إذا كانت ناضجة اليوم، تكون في اليوم التالي أكثر نضوجا، و إذا تركتها إلي اليوم الثالث تركتك هي، و فقدت لذتها، و أصبحت تالفة عديمة القيمة رديئة الطعم.

و إذا عدنا إلي الكمثري وجدنا لها أعداء ينددون بها من أمثال «سكولا ساليرني»، الذي ندد بأكلها و بأكل الخوخ و التفاح أيضا و ادعي أنها تسبب جنونا يسمي «جنون الصمت». لكن «كوجان» خالفه الرأي، و قال إن الكمثري مطبوخة، أو مخبوزة، أو نيئة، غير مضره بالصحة. لكن «كوجان» له رأي في الفراولة. فهو يقول عنها: إنها سائغة للذوق، مفيدة للهضم إلا أنها مضره إذا أخذت بكميات كبيرة مع القشطة. و لم يحل كلامه هذا دون قيام طلاب اكسفورد بزيارة «بوتلي»، و لا اللندنيين بارتباد «سلنجتون»، حيث يتناولون الفراولة مع القشطة في هذين المكانين...

### الفوائد الغذائية:

تحتوي الكمثري علي حوالي 85% من وزنها ماء، 3,2% بروتين، 4% دهن، 5,5% ألياف،

من 13,5% سكريات، 1% نشأ، وكميات مناسبة من فيتامينات أ، ب 1، ب 2 و مقادير كبيرة من فيتامين ج تبلغ حوالي 16 ملجم في كل مائة جرام من الأنسجة الداخلية للثمار، و 77 ملجم من القشرة الخارجية مع كميات متنوعة من الأملاح المعدنية مثل الفوسفور (16 ملجم)، نحاس (13 ملجم)، والحديد (0,3 ملجم)، والصوديوم، والكالسيوم، والمغنسيوم، والكبريت، البوتاسيوم، والمنجنيز، والزنك واليود، والزرنيخ.

## الكمثري في الطب القديم

تقوية المعدة و تسكين العطش: متي أكل الكمثري قوي المعدة و سكن العطش.

دمل الجراحات: قال جالينوس: قد أدملت به الجراحات عند ما لم أكن أقدر علي دواء آخر.

دمل الجراحات العظيمة: يدمل الجراحات العظيمة و يمنع المواد من التحلب.

عقل البطن: إذا أكل و شرب طبيخه بعد أن يجفف عقل البطن.

لذع العقارب و الأفاعي: ورق الكمثري إذا شرب نفع من لذع العقارب و الأفاعي.

إذا تضمد به نفع من ذلك أيضا.

الخنق من أكل الفطر: رماد خشبه قوي المنفعة للذين يعرض لهم خنق من أكل الفطر.

إذا طبخ الكمثري البري مع الفطر لم يضر آكله.

تقوية القلب: قال ابن سينا في الأدوية القلبية: الكمثري فيه عطرية و قبض و متانة جوهر و هو أميل إلي البرودة و فيه خاصية تقوية القلب.

إدرار البول: إسحاق بن عمران: الحامض منه دابغ للمعدة مدر للبول منبه للأكل.

عقل الطبيعة: ابن ماسويه: رب الكمثري عاقل للطبيعة دابغ للمعدة قاطع للإسهال العارض من المرة الصفراء.

انحلال الطبيعة: ابن سرائون: شراب الكمثري نافع من انحلال الطبيعة و يشد المعدة و خاصة إذا عمل من الكمثري الذي فيه بعض الفجاجة.

عن ابن بكير قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول في الغبراء: إنَّ لحمه ينبت اللحم، وعظمه ينبت العظم، وجلده ينبت الجلد، ومع ذلك فإنه يسخن الكلبيتين، ويدبغ المعدة، وهو أمان من البواسير والتقطير، ويقوي الساقين ويقمع عرق الجذام يا ذن الله (1).

ص:66

---

1- (1) بحار ج 63 ص 188 ح 2، ووسائل الشيعة ج 25 ص 174 ح 1.

### الفصيلة الوردية الوصف النباتي:

شجيرة صغيرة دائمة الخضرة، ارتفاعها 2-3,5 م. ساقها قائمة ذات لون بني محمر، الأوراق بيضوية عريضة حوافها مسننة بشكل غير منتظم و سطحها العلوي أخضر زاهي، أما سطحها السفلي فلونه أبيض متلبد، و النورة كبيرة قطرها 5-9 سم. و الأزهار صغيرة لونها قريب من الأبيض، و الثمرة بيضوية حمراء قطرها 1,5 سم، و لها طعم حامض. و يستعمل للأغراض الطبية الثمار الطازجة أو المجففة و التي تجمع في شهري تشرين ثان و كانون أول و تجفف في المحمات بدرجة حرارة لا تزيد عن 60 م.

### التركيب الكيميائي:

تحتوي الثمار علي عفضية و سكر سكاروز و زيت طيار و حموض عضوية منها حمض الليمون و حمض السوربيك. بالإضافة إلي احتوائها علي المركبات التالية: سوربين Sorbine و سوربيتول Sorbitol و فيتامين (P,C) و كاروتين.

### الاستعمال الطبي:

تستعمل الثمار الطازجة أو المجففة كمادة مدرة للبول ملطفة في حالات الطفح الجلدي، أما.

في الطب الشعبي فتستعمل الثمار في حالات أمراض الكلي و الحصاة الكلوية و حصاة المجاري البولية. محسنة لعملية الهضم و رافعة للشهية. و للثمار تأثير قابض ضد الإسهالات كما أنها تقلل من كمية الدسم في الكبد و تزيد مرونة الأوعية الدموية.

و تستعمل الثمار أيضا في حالات نقص الفيتامينات و فقر الدم و مضادة لداء الحفر و الانفلونزا و الالتهابات الرئوية المزمنة حيث يؤخذ المغلي بمعدل نصف كأس صغيرة مرة أو مرتين في اليوم، و يحضر المغلي من ملعقتين من الثمار الجافة لكل كأس من الماء الغالب و يترك مدة ساعة يصفى و يشرب.

تسكين القيء: ابن ماسويه: الغبيراء: مسكنة للقيء.

قمع حدة الصفراء: المنصوري: خاصتها النفع وقمع حدة الصفراء المنصبة إلي البطن و الأمعاء.

الصداع: الرازي في الحاوي: نافعة جدًا من الصداع و سمعت ناسا يقولون إنهم إذا تقللوا بها أبطأ بالسكر جدا.

تهييج النساء إلي الباه: التميمي في المرشد قال:

إن أنوار شجرة الغبيراء لها قوّة عظيمة في تهييج النساء إلي الباه، و حكي أن الخبير بذلك أخبره أن ببلد من بلاد المشرق من شجر الغبيراء شيء كثير، فإذا كان أبان نوار تلك الشجر عرض للنساء في ذلك الصقع عند شمهن روائح زهرها ما يعرض للسنانير حتي يكدن يفتضحن و رجالهن في تلك الأيام يشدونهن و يحفظونهن و يصونونهن و يمنعونهن عن الدخول و الخروج و يحجزونهن إلي أن تنقضي مدّة نوارها و يرجعن إلي حال الهدء.

عن أبي عبد الله عليه السلام، قال: ثلاث لا يؤكلن ويسمن، وثلاث يؤكلن ويهزلن، فأما اللواتي يؤكلن ويهزلن: فالطلع، والكسب، والجوز، وأما اللواتي لا يؤكلن ويسمن فالنورة، والطيب، ولبس الكتان(1).

قال أبو عبد الله عليه السلام: الجبن والجوز في كل واحد منهما الشفاء، فإن افترقا كان في كل واحد منهما الداء(2).

عن الصادق عليه السلام قال: أربعة أشياء تجلو البصر وينفعن ولا يضررن فسئل عنهن فقال: السعتر والملح إذا اجتماعا، والنانخواه(3) والجوز إذا اجتماعا، قيل له: ولما يصلح هذه الأربعة إذا اجتمعن؟ قال: النانخواه والجوز يحرقان البواسير، ويطردان الريح، ويحسنان اللون ويخسنان المعدة، ويسخنان الكلبي، والسعتر والملح يطردان الرياح من الفؤاد، ويفتحان السدد، ويحرقان البلغم، ويدران الماء، ويطيبان النكهة، ويليان المعدة، ويذهبان الريح الخبيثة من الفم، ويصلبان الذكر(4).

ص: 69

1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 198 ح 1.

2- (2) بحار الأنوار ج 63 ص 198 ح 3. قد يخص هذا بالجبن الطري غير المملوح، فإنه الشايح في تلك البلاد، وهو بارد يعدله الجوز بحرارته.

3- (3) النانخواه: مرشحها.

4- (4) بحار الأنوار ج 63 ص 198 ح 4.

## في الطب الشعبي الحديث:

ولثمرة الجوز - الجوزة - أهمية كبرى في الغذاء و الدواء.

أما أهميتها الغذائية فلك أن تتخيل أن 500 جرام من الجوز الجاف المقشور تحتوي علي 3500 وحدة حرارية، أي أن هذه الكمية تكفي لأن تمد الإنسان بقوة غذائية لمدة 48 ساعة ونظرا لأن الجوز صعب الهضم، فإن الجهاز الهضمي لا يتحمل هذه الكمية من الجوز دفعة واحدة.

ويحتوي الجوز علي كميات دسمة (زيت الجوز) بكميات هائلة، و مواد بروتينية، تشبه إلي حد كبير البروتين الحيواني... يضاف إلي ذلك أن الجوز غني بفيتامينات (ب)، (ج)، و به نسبة عالية من أملاح الفوسفور.

يعطي الجوز للأطفال لأنه يفيد في مقاومة الكساح، وفقر الدم، علي أن لا يفرط في تناوله، فهو كما سبق أن ذكرنا سيء الهضم... و يسمح لمرضي السكر بتناوله دون تقييد في ذلك.

و يمنع من تناوله الأشخاص ذوي الأمعاء الضعيفة و الذين يشكون من سوء الهضم، و كذا المصابون بالكبد و الكلي و قرحة المعدة، و المصابون بالتهاب الحلق و اللثة، و أصحاب الأجسام البدنية. و طبيا يستعمل الجوز في علاج حالات منها كثيرة كما يلي:

\* تعالج القروح و الأمراض الجلدية - كالجرب و الحكة - بتضميدها بمغلي الأوراق... كما يفيد هذا المغلي في التهاب الأجنان و البثور.

\* لإيقاف إفراز الحليب لدي المرضعات عند الفطام توضع عدة أوراق من الجوز فوق ثدي المرضع.

\* تعالج السيلانات المهبلية لدي النساء بعمل دش مهبلي من مغلي الأوراق.

\* لفتح الشهية للطعام، و تقوية الجنس يغلي 25 جراما من قشور الجوز الخضراء في لتر من الماء علي نار هادئة لمدة نصف ساعة، ثم يضاف إلي المغلي قليل من السكر... يؤخذ منه قبل الأكل مقدار فنجان قهوة.

\* لطرده الديدان المعوية: يهرس بعض من ثمار الجوز نصف الناضجة، ثم تعصر بقطعة من الشاش، يمزج العصير بمسحوق سكر نبات، و يعطي منه نصف ملعقة صغيرة للأطفال مرة واحدة في الصباح قبل الطعام، و تزداد الجرعة بالنسبة للسن... و يستمر الاستعمال إلي أن يتم طرد الدود كله.

\* للحد من النزيف في العمليات الجراحية، يعطي المريض قبل إجراء العملية بثلاثة أيام 500 جرام يوميا من عصير قشور الجوز الخضراء.

الفم و الحنجرة: تطبخ عصارته مع العسل، فيتخذ منه دواء نافع جدا من الأمراض الحادثة في الفم وفي الحنجرة.

الأدوية القتالة: إذا أخذ مع التين اليابس و السذاب، قبل أن تأخذ الأدوية القتالة، كان بادزهر لها، وإن أخذ أيضا بعد أن تؤخذ فعل ذلك.

حب القرع: إن أكثر من أكله أخرج حب القرع.

ورم الثدي: يخلط به عسل و سذاب، و يضمده به الثدي الوارمة، و يحلل التواء العصب.

للعضة: إذا خلط به عسل و ملح و بصل، كان صالحا لعضة الكلب، و عضه الإنسان.

المغص: إذا سحق كما هو بقشره، و وضع علي السرة سكن المغص.

داء الثعلب: قشره إذا أحرق و سحق بشراب و زيت و لطح به رؤوس الصبيان حسن شعور رؤوسهم و أنبت الشعر في داء الثعلب.

الطمث: داخله إذا أحرق، و خلط به شراب، و احتملته المرأة منع الطمث.

الغنغران و الحمرة: داخل الجوز العتيق إذا مضغ، و وضع علي الورم الخبيث الذي يقال له غنغران، و علي القروح المسماة الحمرة، و نواصير العين التي يقال لها أخيلوس و هو الغرب، و داء الثعلب أبرأه.

آثار الضرب: الجوز الرطب إذا تضمد به قلع آثار الضرب.

غشاوة البصر: إسحاق بن سليمان: ثمر الجوز الأخضر، إذا أخذ في وقت نبات الورق، فدق و خلط بالعسل، و اكتحل به نفع من غشاوة البصر.

تقطير البول: قشر شجر الجوز و ورقها، فإن فيهما قبضا، و لذلك: إذا شرب منه وزن مثقالين، نفع من تقطير البول.

تسويد الشعر: الشريف: إذا دق قشره الأخضر، و ألقى معه خبث الحديد مكسورا و ترك أسبوعا معه يحرك في كل يوم، و خضب به بعد ذلك الشيب سوده، و كان منه صبغ عجيب.

الحزازة: إذا دلكت به الخراز و القوابي نفعها نفعنا بينا.

اللثة المسترخية: إذا طبخ و تمضمض بمائه، شد اللثة المسترخية.

خضاب الشعر: إذا ملئ من إناء مزجج بزيت عفص، و قصد به أصل شجرة الجوز، و دفن بقرب من أصلها، و أخذ عرق من عروق الشجرة، و قطع طرفه و دس في الإناء حتي يصل إلي القعر



و يستوثق منه، و يغطي الإناء بالتراب، يفعل ذلك في أول سقوط الورق، و ترك إلي أن يكمل ورقه، و يعقد ثمره، ثم يكشف عن الإناء، و يستخرج العزق منه، فإن ذلك الزيت يوجد إذ ذاك أسود، أجود حبر يخضب به الشعر الأبيض، فإنه يصبغه صبغا عجيبا، و هو من أخضبة الملوك يخضب به.

الكلف و تشنج الوجه: الجوز ينفع الكلف و يزيل تشنج الوجه.

المدة في الأذن: ابن سينا: عصير ورقه، إذا قطر في الأذن فاترا، نفع من المدة فيها.

البطن و الكلي: المرابي منه بالعسل، يسخن الكلي جدا، و يطلق البطن، جيد للمعدة الباردة، منافر للحارة، و الإكثار منه يسهل الديدان و حب القرع، و هو مما ينفع الأعور.

نزف الطمث: رماد قشره، ينفع نزف الطمث شربا بشراب، و حمولا بالشراب.

القروح الحارة: صمغه، نافع للقروح الحارة، منثورا عليها.

برد الكبد: البصري: مرباه جيد لبرد الكبد، نشاف لרטوبة المعدة.

أوتار الساق: إذا أخذ القديم منه، و مضغه الصائم، و عرك به أوتار الساق المنقبضة، من يبس مددها.

أورام النغانغ: قشره الأخضر الخارج، إذا عقد ماؤه برب العنب، و تعرغر به نفع من أورام النغانغ، و الحلق، في جميع أوقاتها، و يشد اللثة، و يحلل أورامها.

قروح الرأس: إذا أحرق لب العتيق منه، نفعت حرقته من قروح الرأس، و لا سيما إذا خلطت بالزفت.

قوباء الأطفال: إذا مضغ باللب علي الريق، و حمل علي قوباء الأطفال نفع منها.

الجراحات: قشره الصلب إذا أحرق جفف الجراحات.

تقطير البول: إذا سحق كما هو بقشره، و استنف منه علي تمام كل يوم، من ثلاثة دراهم إلي نحوها، نفع من تقطير البول الكائن من استرخاء.

أوجاع الأسافل: قشر أصله، إذا طبخ منه نصف أوقية إلي عشرة دراهم، و شرب ماؤها بعد التملّي، مما يقطع الأخلاط اللزجة قيأه بلغما لزجا، و نفع من أوجاع الأسافل كلها، و وجع البطن.

تنقية الرأس: عبد الملك بن زهر: زعموا: أن قشر أصل الجوز إذا استيك به كل خامس من الأيام، نقي الرأس وصفي الحواس و أحد الدهن.

عن الأزرق بن سليمان قال: سألت أبا عبد الله عليه السلام، عن الإجاص قال: نافع للمرار، ويلين المفاصل، فلا تكثر منه فيعقبك رياحاً في مفاصلك(2).

و عنه عليه السلام، أنه قال: الإجاص علي الريق يسكن المرار، إلا أنه يهيج الرياح(3).

ص: 73

- 
- 1- (1) الإجاص: برقوق (مصر) وعين البقر (و خاصة الأسود) - إجاص - إنجاص - أنجاس (سوريا).
  - 2- (2) مستدرك الوسائل ج 16 ص 405 ح 2.
  - 3- (3) مستدرك الوسائل ج 16 ص 405-406 ح 3.

## الفوائد الغذائية:

الثمار منها الأحمر والأبيض والأصفر اللون وهي لحمية لذيدة الطعم حامضه قليلا تحتوي علي نواة كبيرة نسبيا. يصل وزنها إلي حوالي 18% من وزنها، بداخلها لوزة غنية بالزيت و حامض السياندرينك، و تحتوي الثمرة المتوسطة الحجم علي حوالي 82% من وزنها ماء، 0,5% بروتين، 0,1 دهون، 18% سكريات، 0,8% نشويات، 6% ألياف، و فيتامينات أ (880 وحدة دولية) فيتامين ب (ثيامين) 0,02 ملجم، فيتامين ب (ريبوفلافين) 0,05 ملجم، فيتامين ب (نياسين) 0,9 ملجم، و نسبة عالية من فيتامين ج تتراوح ما بين 10-50 ملجم حسب نوع الثمار، بالإضافة إلي كميات هائلة من الأملاح المعدنية و العضوية في مقدمتها 25 ملجم بوتاسيوم، 22 ملجم فوسفور، 14 ملجم كالسيوم، 9 ملجم نحاس، 6 ملجم كبريت، 2 ملجم صوديوم، 0,4 ملجم حديد مع كميات مناسبة من الماغنسيوم و المنجنيز، و بذلك يعتبر الخوخ غذاء جيدا للجسم و منقيا للدم و مضادا لحالات الإرهاق البدني.

## الخصائص العلاجية:

نظرا لاحتواء الخوخ علي كميات عالية متنوعة من الأملاح المعدنية و الأحماض فإنه يعتبر مدرا للبول، و مضادا لحالات التسمم الغذائي و تصلب الشرايين، و احتقانات الكبد، بالإضافة إلي أنه ملين معتدل للمعدة و الأمعاء، كما أثبتت التجارب أن عصير أزهار الخوخ ملين خفيف للمعدة عند الأطفال، بينما مغلي الأوراق يعتبر مقاوما جيدا لحالات الإسهال و القيء و مضادا لديدان الأمعاء.

## يوصف لعلاج حالات:

الأنيميا، الإرهاق، الروماتيزم، عسر البول، تصلب الشرايين، الالتهاب الكبدي، النقرس، الإمساك.

## الاستعمالات الداخلية:

بالنسبة لجميع الحالات السابقة يمكن تناول ثمار الخوخ طازجة أو علي شكل «كومبوت»، بينما يستعمل مغلي الأوراق كمشروب علي الريق بمعدل كوب يوميا لمدة ثلاثة أيام بغرض مقاومة حالات الإسهال و طرد ديدان الأمعاء.

## الاستعمالات الخارجية:

لإزالة شوائب البشرة... يستعمل مهروس شرائح الثمار الطازجة علي شكل قناع فوق جميع أجزاء الوجه و الرقبة ليزال القناع بالماء الفاتر بعد مرور حوالي 25 دقيقة.

\* للمحافظة علي نضارة و حيوية البشرة... تستعمل كميات متساوية من مسحوق بذور الخوخ و المشمش مع عسل النحل لعمل عجينة متجانسة تفرد فوق البشرة علي شكل قناع ليزال بعد مرور نصف ساعة بالماء الفاتر.

## الإجاص في الطب القديم

الإمساك: إذا جف كان جيدا للمعدة ممسكا للبطن.

ورم اللهاة: قضبانها ظاهرا فهي إذا طبخت صارت نافعة لمن يتغرغر بها من ورم اللهاة و النغانغ.

اللوزتين و اللثة: ديسقوريدس: ورق الإجاص إذا طبخ بشراب ورد، و تغرغر بطبيخه، قطع سيلان المواد إلي اللهاة، و عضلتي اللوزتين و اللثة. و ثمرة الإجاص البري إذا نضج و جفف فعل مثل ذلك.

إطلاق البطن و تسكين العطش: الإجاص يبرد، و يطلق البطن و يسكن العطش و أقواه بردا، و أقله إسهالا، أحمضه و أغلظه جرما و أشده قبضا و حموضة.

مذهب للشهوة: الإجاص اليابس مذهب لشهوة الطعام، يصلح للمحرورين دون المشايخ، فإن أكلوا منه في حال، فليأخذوا بعده شيئا من المصطكا أو اللبان ليذهب عن المعدة لطخه.

الإسهال: إذا طبخ الإجاص و صفي ماؤه و شرب بالسكر أو بالعسل، كانت أقوى لإسهال البطن، و لا سيما إذا لبث الإنسان بعد شربه وقتا طويلا لم يتناول غذاء.

الصفراوية: إذا شرب طبيخ مجففه مفردا بيسير سكر، نفع الصفراوية.

عن أبي بصير - في حديث -، أنه قال لأبي عبد الله عليه السلام: إني أكلت أترجا بعسل، وإني أجد ثقله، لأنني أكثرته منه، فقال: يا غلام! إنطلق إلي فلانة فقل لها:

إبعثي لنا بحرف رغيف يابس من الذي تجففه في التنور، فأتي به، فقال: كل من هذا، فإن الخبز اليابس يهضم الأترج، فأكلته، ثم قمت، فكأنني لم أكل شيئاً(1).

عن إبراهيم بن عمر اليماني، قال: قلت لأبي عبد الله عليه السلام: إنهم يزعمون أن الأترج علي الرقيق أجود ما يكون، فقال أبو عبد الله عليه السلام: إن كان قبل الطعام خيراً، فهو بعد الطعام خيراً وخيراً وأجوداً(2).

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: بأي شيء يأمركم به أطباؤكم في الأترج؟ قلت:

يأمروننا به قبل الطعام، قال: لكنني آمركم به بعد الطعام(3).

عن أبي عبد الله عليه السلام، أنه قال لأصحابه: «أخبروني بأي شيء يأمركم به أطباؤكم في الأترج؟» قالوا: يا بن رسول الله، يأمروننا به قبل الطعام، قال: «ما من شيء أردأ منه قبل الطعام، وما من شيء أنفع منه بعد الطعام، فعليكم بالمربي منه، فإن له رائحة في الجوف كرائحة المسك»(4).

ص: 76

- 
- 1- (1) وسائل الشيعة ج 25 ص 171 ح 1، باب 98.
  - 2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 172 ح 1، باب 99.
  - 3- (3) وسائل الشيعة ج 25 ص 172 ح 2، باب 99.
  - 4- (4) مستدرک الوسائل ج 16 ص 407 ح 1، باب 75.

## شرح الماهية:

هو نبات تبقي ثمرته عليه جميع السنة... و الثمر بنفسه طويل لونه شبيه بلون الذهب، طيب الرائحة مع شيء من كراهة، وله بزر شبيه ببزر الكمثري.

أبو حنيفة: هو كثير بأرض العرب، وهو مما يغرس غرسا ولا- يكون برياً، ورقه مثل ورق الجوز، وهو طيب الرائحة، وققاحه شبيه بنور النرجس إلا أنه ألطف منه، ذكي، ولشجره شوك حديد. وقال لي بعض الأعراب: إن شجرته تحمل عشرين سنة، و حملها مرة واحدة في السنة.

## الأترج في الطب القديم

الكبد و الإسهال و القيء: له قوة تल्प و تقطع، و تبرد و تطفيء حرارة الكبد، و تقوي المعدة و تزيد في شهوة الطعام، و تقمع حدة المرة الصفراء، و تزيل الغم العارض منها، و تسكن العطش، و تقطع الإسهال و القيء المرين.

القوباء و الكلف: تنفع من القوباء و الكلف إذا طلي عليهما، و إن كان بالنفع من القوباء أخص. و يستدل علي ذلك من فعله في الحبر إذا وقع علي الثياب، فإنه إذا طلي عليه قلعه و ذهب به.

ابن سينا في الأدوية القلبية: حماض الأترج من المقويات القلبية الحارة المزاج النافعة من الخفقان الحار، و فيه ترياقية تنفع لذلك من لسعة الجراحة، و قملة النسر و الحية أيضا.

يرقان العين: و قال في الثاني من القانون: هو نافع من اليرقان يكتحل به فيزيل يرقان العين، و هو رديء للعصب و الصدر.

قتل العلق و تسكين غلمة النساء: إذا طبخ بالخل و سقي منه نصف سكرجة قتل العلق المبلوعة و أخرجها، و عصارتها تسكن غلمة النساء.

المعدة و ما يتولد فيها: ابن رضوان: قال و جدت في كتاب الأطعمة أن من خواص حماضه مقاومة لحرارة المعدة و ما يتولد فيها من المرة.

الإسهال: الأطبحة التي تتخذ منه تشهي الطعام، و تنفع الخفقان الحار، و الخمار، و الإسهال العارض من قبل الكبد، و في المرة الصفراء، و تحبس ما يتحلب من الكبد إلي المعدة و الأمعاء.

الحمي: إسحاق بن عمران: طبيخه نافع من الحمي مطفيء لحرارة الكبد.

الماليخوليا: حماضه يشهي الطعام للمحرورين، و ينفع من الماليخوليا المتولدة من احتراق الصفراء.

الإستمرء و تقوية المعدة: قشر الأترج عسر الإنهضام، عطر الرائحة، ينفع في الاستمرء ما تنفع أشياء أخر مما لها كيفية حارة حريفة، و لذلك صار اليسير منه يقوي المعدة، و صار ماؤه يخلط مع ما يشرب من الأدوية المسهلة. و قشر الأترج مشه للأكل معطش.

البرص: حراقة قشره طلاء جيد للبرص.

تطيب النكهة: قشره يطيب النكهة إمساكا في الفم، و إذا جعل في الأطعمة مثل الأباير، أعان علي الهضم.

القيء: طبيخه يسكن القيء، و عصارة قشرة تنفع من نهش الأفاعي و قشره ضمادا.

إصلاح الهواء و الوباء: رائحة الأترج تصلح فساد الهواء و الوباء.

الأدوية المسمومة: الإسرائيلي: ينفع من الأدوية المسمومة شربا.

العطش: سفيان الأندلسي: يقطع العطش البلغمي.

تطيب النكهة: يتمضمض بطبيخه، و عصاراته لتطيب النكهة.

شهوة الحبل: قد يشتهي النساء الحوامل الشهوة الخارجة عن الطبيعة لهن في الحبل.

الحفظ من التآكل: قد قيل إنه إذا جعل مع الثياب حفظها من التآكل فيها.

لدغ العقارب: الطبري: خاصة حب الأترج: النفع من لدغ العقارب إذا شرب منه وزن مثقالين مقشرا بماء فاتر، و طلي به مطبوخا، و إن دق و وضع علي موضع اللدغة كان نافعا لها.

الأورام و تقوية اللثة: إسحاق بن سليمان: بزر الأترج يحلل الأورام، و يقوي اللثة بفضل مرارته.

مفتح للسدد: إسحاق بن عمران: ورق الأترج هاضم للطعام، مسخن للمعدة، موسع للنفس إذا ضاق من البلغم، لأن من شأنه فتح السدد البلغمية.

النفخة: ابن سينا: ورقه مسكن للنفخ، مقو للمعدة و الأحشاء، وبعده فقاحه.

### الأترج في الطب الحديث

ووصف في الطب الحديث بأنه طارد الأرياح، هاضم، لأن قشره يحتوي علي زيت طيار.

لا تصنع من الأترج مأكولات، وإنما يستفاد من قشره في صنع مربى لذيذ، وطريقة صنعه كصنع مربى النارنج «أبو صغير».

ص:79



عن أبي بصير قال: سئل أبو عبد الله عليه السلام عن أكل الثوم و البصل قال: لا بأس بأكله نيا و في القدر(1).

البصل

قال أبو عبد الله عليه السلام: البصل يذهب بالنصب، و يشد العصب، و يزيد في الخطأ، و يزيد في الماء، و يذهب بالحمي(2).

عن ميسر بياح الزطي، و كان خاله قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: كلوا البصل، فإن فيه ثلاث خصال: يطيب النكهة، و يشد اللثة، و يزيد في الماء و الجماع(3).

و عنه عليه السلام قال: البصل يطيب الفم (النكهة)، و يشد الظهر، و يرق البشرة(4)(5).

ص:80

1- (1) بحار ج 63 ص 249 ح 10.

2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 211 ح 1، باب 126.

3- (3) وسائل الشيعة ج 25 ص 212 ح 2.

4- (4) كأن المراد برقة البشرة صفاء اللون، و عدم كمدته. قال في القانون: البصل يحمر الوجه.

5- (5) بحار الأنوار ج 63 ص 248 ح 6.

## خصائص الثوم في الطب الحديث

إذا أردت غذاء «ينظف» جسمك، ويقيك من العدوي، ويحافظ علي سلامة قلبك، فعليك بتناول الثوم. فهو كنز غني بالفوائد الصحية!

الأنفلونزا: قد ثبت أن الثوم دواء ساحر لكثير من الأمراض... كان عام 1918 هو عام الرعب في إنجلترا، حيث مات آلاف من البشر بعد أن انتشر بها مرض الانفلونزا... وكانت تعيش هناك امرأة عجوز تجاوزت المائة عام من عمرها، اهتمت إلي فكرة عظيمة، وهي إدخال الثوم في طعامها هي وأسرتها، بل جعلت تمضغ الثوم هي وجميع أفراد أسرتها، وانتهى الوباء، ولم يصب أحد من تلك الأسرة بالأنفلونزا. وفي عام 1965 داهمت الأنفلونزا الاتحاد السوفيتي، ولجأت الحكومة هناك إلي استيراد 500 طن من الثوم، ونصح الأطباء هناك جميع المواطنين بأكل الثوم للحماية من المرض... وفي عام 1973 عم وباء الأنفلونزا إنجلترا، وانتقل منها إلي معظم بلاد أوروبا، وكانت إيطاليا هي أقل تلك البلاد إصابة بالمرض، نظرا لما هو معروف عن الإيطاليين من كثرة استخدام الثوم.

وقد أثبت العلم الحديث أن العامل الفعال في الثوم هو مادة تسمى (اليسن) التي تنظف الجسم من الجراثيم الضارة، وذلك بخنق الجراثيم بعد تلف الأكسجين.

## الثوم... كمضاد حيوي:

وجد أن الثوم له مفعول يقضي علي أنواع كثيرة من البكتريا والفطريات وكذلك الديدان الطفيلية. ويعزي هذا المفعول إلي مادة الألين (alliin) وهذه هي المادة التي تكسب الثوم رائحته النفاذة المميزة.

وللانتفاع بمفعول هذه المادة لا بد من تناول الثوم نيئا، لأن مفعولها المضاد للجراثيم يفقد من خلال عملية الطبخ... كما يشترط مضغ الثوم، أو مجرد خدشه بالأسنان، حتي تتحول مادة الألين إلي مادة الأليسين (allicin) وهي المادة التي تقوم بوظيفة المضاد الحيوي. أما باقي خصائص الثوم، فلا يشترط للانتفاع بها أكله نيئا أو مضغه... أي يمكن طبخه، والأفضل لا شك هو الجمع بين تناول الثوم النيء و المطبوخ.

## هل تعاني من ارتفاع ضغط الدم؟

و وجد كذلك أن للثوم مفعولا مخفّضا لضغط الدم المرتفع، و يعتقد أن هذا يرجع إلي أن له تأثيرا مزيلا لتقلص الشرايين (من المعروف أن انقباض الشرايين أي تقلصها هو السبب وراء ارتفاع ضغط الدم في أغلب الحالات)... و بناء علي ذلك، يفيد تناول الثوم في علاج حالات ارتفاع ضغط الدم الخفيف و المتوسط... و ذلك بجرعة تعادل حوالي 2-3 فصوص من الثوم يوميا.

## للوقاية من ارتفاع الكوليسترول و الجلطات الدموية:

صار من المؤكد أن الثوم له مفعول خافض للكوليسترول، و مقاوم لحدوث تجلط الدم الداخلي (embolism) ... أي يقاوم التصاق خلايا الدم ببعضها.

و يقول دكتور «أرون بروديا» الباحث بمستشفى «بومباي» بالهند، و بناء علي مجموعة من الدراسات: إن تناول جرام واحد من الثوم النيء لكل كيلو جرام من وزن الجسم يوميا يوفر الحماية اللازمة من خطر حدوث جلطات دموية عند مريض الذبحة الصدرية. و يؤكد باحثون آخرون أن قدرة الجسم علي إذابة الجلطات الدموية (fibrinolytic activity) تزيد عند الأشخاص الأصحاء بحوالي 130%، و عند مرضي القلب بحوالي 83% خلال شهر أو ثلاثة شهور من تناول الثوم النيء.

## و صفات فعالة من الثوم:

### الثلاثي الرهيب لمقاومة نزلات البرد:

إن خير ما يوصي به من غذاء لزيادة مقاومة الجسم للعدوي: البصل و الليمون و الثوم...

فمتي شعرت بقدوم نزلة البرد تسلّح بهذه الأنواع الثلاثة لإجهاض العدوي... و ليكن ذلك من خلال تناولها بشكل مركز مع طبق السلطة الخضراء.

### شورية الثوم للوقاية من العدوي:

يضاف لحوالي لتر و ربع من شوربة الدجاج 30 فصا من الثوم المقشّر المهروس... و يغلي مع الشوربة لمدة 10 دقائق... ثم تصفي الشوربة من الثوم، و يضاف لها صفار بيضتين، ثم يعاد التسخين و التسبيك لحوالي 10 دقائق أخرى. و يعتبر هذا الحساء غذاء صحيا مقويا و واقيا من العدوي.

## لبخة الثوم لعلاج الخراج:

الخراج... هي عبارة عن عدوي موضعية... تصيب منطقة محددة من الجلد... وقد وجد أن استعمال عجينة أو لبخة الثوم كعلاج موضعي لهذه العدوي يساعد إلي حد كبير علي زوال الالتهاب أو تصريف الخراج ولهذا الغرض، تهرس مجموعة من فصوص الثوم و توضع فوق المكان الملتهب و تضمد في مكانها برباط شاش... و تستبدل بأخري بعد انقضاء يومين.

## خليط الثوم و العسل لعلاج التهاب اللوزتين:

لعلاج التهاب الحلق أو اللوزتين، تقشر بضعة فصوص من الثوم، ثم تهرس جيدا، و تخلط بكمية مناسبة من عسل النحل، و يترك هذا الخليط لمدة ساعتين. و يؤخذ منه ملعقة صغيرة عدة مرات طوال اليوم مع مراعاة بلعه مباشرة دون مضغ الثوم.

## حقنة شرجية من الثوم لتطهير الأمعاء:

هذه الوصفة عبارة عن إضافة بضعة فصوص نيئة و مهروسة من الثوم إلي حوالي لتر و نصف ماء و استخدام هذا الخليط في عمل حقنة شرجية... أي غسل للأمعاء. و هي من الوصفات الفعالة للغاية لتطهير الأمعاء و القضاء علي ما بها من عفونة و جراثيم. و هي تعتبر من الوصفات الشعبية الشائعة في المكسيك، و التي كثيرا ما يعتمد عليها لعلاج الدوسنتاريا الأميبيية، و التي تنتشر هناك في بعض المجتمعات.

## لعلاج المغص... عند الكبار:

- 3 فصوص ثوم. - 5 ملاعق كبيرة من بذور الكراوية. - كمية مناسبة من اللبن.

يطبخ الثوم و الكراوية في اللبن علي نار هادئة لمدة 15 دقيقة، ثم يصفى سائل الطبخ، و يضاف إليه كمية من الماء المغلي... ثم يشرب.

و من علماء الغرب، ذكر دكتور ج. فالينييه هذه الخصائص الطبية عن الثوم في كتابه (العلاج بالزيوت الطيارة):

1 - مطهر للأمعاء و الرئتين. 2 - مضاد للبكتريا. 3 - مقو عام. 4 - منبه عام للدورة الدموية

- و القلب. 5 - مخفض لضغط الدم العالي و موسع للشرايين و الشعيرات الدموية. 6 - ضد المغص.
- 7 - ضد تصلب الشرايين و مذيّب لحامض البوليك. 8 - مدر للبول. 9 - مزيل لالتهابات المفاصل.
- 10 - فاتح للشهية و منبه للجهاز الهضمي و مزيل لغازات القولون. 11 - للوقاية من حدوث السرطانات.

و بذلك فإنه يمكن استخدامه في علاج الأمراض الآتية:

للوقاية و كذلك للعلاج في كثير من الأمراض المعدية مثل: التيفود و الدفتيريا و الأنفلونزا.

في علاج الإسهال و الدوسنتاريا.

في علاج التهابات الرئة المعدية مثل: السل و التهاب الشعب الهوائية.

في علاج الأزمات الربوية حيث إنه طارد للبلغم.

في حالات الضعف العام.

في علاج الضعف العضلي للجهاز الهضمي.

في علاج ضغط الدم الشرياني المرتفع.

مقو لعضلة القلب، و في بعض حالات زيادة سرعة دقات القلب.

في علاج البواسير و الدوالي.

في علاج الاستسقاء المائي.

في علاج الانتفاخ.

في علاج ديدان الأمعاء مثل: الاسكارس و الديدان الدبوسية و التينيا.

في علاج حالات فقدان الشهية.

في علاج حصوات القناة البولية.

في علاج الآلام الروماتيزمية و مرض النقرس و التهابات المفاصل.

يستخدم في علاج و تسكين آلام الأذن.

يستخدم في علاج لدغات الحشرات.



## مرض السكر:

### هل ينجح الثوم في علاج مرض السكر؟

يتعرض مريض السكر (المهمل لمرضه) حوالي ضعف ما يتعرض له غيره لتصلب الشرايين والأزمات القلبية. ومن أسباب ذلك ارتفاع مستوى الدهون الذي قد يصاحب مرض السكر. كما وجد أن ضعف تمثيل الجسم للجلوكوز بصفة عامة - دون الإصابة الفعلية بمرض السكر - تساعد علي تصلب الشرايين و حدوث الأزمات القلبية.

في سنة 1958 أشار باحث هندي إلي أن الثوم يعالج مرض السكر (يخفّض مستوى الجلوكوز بالدم). بعد ذلك أجريت تجارب متعددة علي المرضي بالسكر و الحيوانات أشارت لنفس المعني.

### التحقق بالتجربة:

ففي إحدى التجارب علي الأرانب، قام الباحثون بحقن الأرانب بمادة تحدث ارتفاع بمستوي الجلوكوز (مادة alloxan). وعند ما قاموا بتغذية الأرانب بالثوم، حدث انخفاض بمستوي الجلوكوز يعادل تقريبا الانخفاض الذي حدث عند حقن الأرانب بدواء تولبيوتاميد (tolbutamide) الذي يستخدم في علاج مرض السكر.

### كيف يخفض الثوم مستوى السكر بالدم؟

و يعتقد الباحثون أن الثوم يخفّض مستوى الجلوكوز بالدم عن طريق تحفيز البنكرياس علي إنتاج كمية أكبر من الأنسولين، أو عن طريق تذييل المقاومة التي تعترض مفعول الأنسولين.

### الثوم يحمي الجسم من الكيماويات و المعادن الضارة:

لا شك أننا نعيش في عصر ممتليء بالسموم و النفايات الخطرة علي صحة الإنسان. و المدهش حقا أن هذا التلوث الخطير الذي نتعرض له يوميا يتصدي له هذا النبات البسيط... (الثوم)!!

فقد وجد أن الثوم مضاد قوي للسموم التي نتعرض لها كالكيماويات و ما يسمى المعادن الثقيلة مثل: الرصاص - الزئبق - النحاس - الألمونيوم.

مثل هذه المواد تزرع بها البيئة من حولنا، فالرصاص هو أحد مكونات عادم السيارات و مواد

الطلاء و البطاريات. وكذلك الزئبق يوجد في مواد الطلاء و البطاريات بالإضافة إلي تعرض الأسماك البحرية للتلوث به، كما يستخدمه طبيب الأسنان في حشو الضروس.

### التحقق بالتجربة:

أثبتت بعض التجارب أن مفعول الثوم يعادل التأثيرات السامة للمعادن الثقيلة و يبطلها.

ففي التجربة التالية: استخدمت 10 أنابيب مملوءة بمعلق من كرات الدم الحمراء للإنسان، و أضيف للأنايب أنواع مختلفة من المعادن: الرصاص (Pb) و الزئبق (Hg) و النحاس (Cu)

و الألومنيوم (AL). و أضيف لبعض الأنابيب خلاصة الثوم بينما خلا البعض الآخر من مادة الثوم.

و كانت نتيجة التجربة أن الأنابيب المحتوية علي الثوم لم يظهر بها آثار ضارة للمعادن علي كرات الدم الحمراء، بينما حدث تحلل لكرات الدم الحمراء بفعل التأثيرات السامة للمعادن في الأنابيب التي خلت من خلاصة الثوم.

### كيف يحمي الجسم نفسه من هذه السموم؟

ليس معني ذلك أننا معرضون مباشرة لهذه السموم دون أي حماية من أجسامنا. فالجسم له أسلحته التي يتصدي بها لهذه السموم عن طريق ما يسمى الجهاز المناعي الذي يمكننا من التعايش وسط أخطار هذا التلوث لذلك إذا حدث عطل بهذا الجهاز يظهر المرض.

كما أنه من ضمن وظائف الكبد الرئيسية محاربة مفعول السموم قبل أن يمتصها تيار الدم؛ فالعقاقير الطبية المختلفة و المشروبات الكحولية و دخان السجائر و ما إلي ذلك من المواد التي تحتوي علي كيماويات ضارة تمر أولاً بالكبد فيبطل ما بها من سموم، و لولا هذه الوظيفة الهامة التي يقوم بها الكبد لوقعنا فريسة لمثل هذه المواد الضارة بالجسم.

### الثوم يحافظ علي خلايا الكبد!!

وقد وجد كذلك أن تناول الثوم يحمي خلايا هذا العضو الغالي - الكبد - من الضمور و يحافظ علي سلامتها.

و تقول إحدى الصحف الطبية اليابانية في هذا المجال (Hiroshima journal of medical



sciences): «تقوم أربعة مركبات من مركبات السلفا الستة الموجودة بالثوم بحماية خلايا الكبد من التلف إذا ما تعرض لمادة الكربون تتراكلورايد».

و من المعروف أن هذه المادة الكيماوية تتسبب في تجمع الدهون داخل الكبد فتؤدي لحالة مرضية يطلق عليها (Fatty Liver) و التي قد يتعرض لها مرضي السكر و كذلك مدمنو الخمرور.

### **الثوم يحمي الجسم من أخطار الإشعاع:**

كما أثبتت التجارب أن تناول الثوم يحمي الجسم من الأضرار التي تصيب الجسم إذا ما تعرض للإشعاع. ففي إحدى التجارب تم تعريض نوع من خلايا الدم يسمى الخلايا الليمفاوية إلي الإشعاع و تم تعريض نفس الخلايا للإشعاع بعد إضافة خلاصة الثوم لها. في الحالة الأولى وجد أن الخلايا فقدت حيويتها بسرعة بسبب تأثيرات الإشعاع الضارة بينما احتفظت بحيويتها في الحالة الثانية.

### **الثوم يحمي من الإصابة بسرطان المعدة:**

في إحدى الإحصائيات التي رصدت حالات الإصابة بالسرطان في الصين، لاحظ الباحثون شيئا غريبا، و هو ارتفاع نسبة الإصابة بسرطان المعدة في مدينة أوكسيا بينما انخفضت النسبة إلي أقل حد في مدينة كانجشان، فما سر ذلك؟

اتضح أن سبب ذلك يكمن في نوعية الطعام حيث اعتاد سكان المدينة التي انخفضت بها نسبة الإصابة بالسرطان علي تناول حوالي 20 جراما من الثوم ضمن الطعام يوميا و بصفة منتظمة. بينما خلا طعام سكان المدينة الأخرى من الثوم مما يدل علي أن للثوم مفعولا واقيا ضد الإصابة بسرطان المعدة.

و عند ما قام الباحثون بأخذ عينة من العصارة المعدية و دراستها لمجموعة من سكان المدينتين، اتضح لهم أن تركيز مادة النيتريت (nitrites) بالعصارة المعدية لسكان المدينة التي زادت بها نسبة الإصابة بالسرطان كان أعلي بكثير عن سكان المدينة الأخرى. مما يشير إلي أن الثوم يحمي من الإصابة بسرطان المعدة عن طريق تخفيف تركيز هذه المادة.

### **الثوم علاج للحمي الشوكية!!**

ففي إحدى الجامعات الطبية بالصين، قام الباحثون بتجربة جريئة لأول مرة، حيث استخدموا

الثوم في علاج نوع من حالات التهاب الأغشية السحائية للمخ أو الحمى الشوكية (meningitis) التي يتسبب في الإصابة بها ميكروب يسمى: *Cryptococcus neoformans*. وذلك عن طريق تناول الثوم بالفم أو حقن خلاصة الثوم بالعضل أو الوريد... واستمر العلاج بضعة أسابيع زال بعدها الالتهاب!!

وقد تسبب العلاج بالحقن في ظهور بعض الأعراض الجانبية البسيطة مثل: ارتفاع طفيف بدرجة حرارة الجسم - رعشة خفيفة مؤقتة - صداع - قيء و غثيان - ألم في مكان الحقن.

وفي سنغافورة لجأ بعض الأطباء مرة أخرى لنفس العلاج السابق لعلاج نفس النوع من الالتهاب لكنهم استعانوا في هذه المرة بأدوية مضادة للفطريات إلي جانب الثوم.

### الثوم منشط و مزيل للتوتر:

لعل القدماء المصريين هم أول من عرف فائدة الثوم كمادة منشطة، فيذكر أن العمال الذين قاموا ببناء الأهرامات كانوا يتناولون يوميا وجبة من الثوم لتبعث فيهم النشاط والحيوية حتي يتمكنوا من مواصلة العمل في هذا الإنجاز الضخم الرائع. كما اتضح أن تناول الثوم يزيل التوتر النفسي والأعراض الجسمانية المرتبطة بالحالة النفسية (psychosomatic complains) مثل: الإجهاد و الصداع النفسي.

ففي إحدى التجارب اختار بعض الباحثين اليابانيين مجموعة من المرضى ممن يعانون من مثل هذه الأعراض. وبدأ علاجهم بالثوم، حيث كان كل مريض يتناول 2 سم 3 من خلاصة الثوم يوميا و لمدة 4 أسابيع، وفي نهاية المدة وجد أن حوالي 50 إلي 80% من المرضى اختفت شكاوهم إلي حد كبير من الصداع و الإجهاد و التوتر و الاكتئاب.

### الثوم و الدوسنتاريا الأميبية:

الدوسنتاريا الأميبية نوع شائع من أنواع الدوسنتاريا يسببه ميكروب يسمى *Entamoeba*

*histolytica* و تظهر أعراض المرض في صورة إسهال مع خروج براز عفن الرائحة محاط بمخاط و أحيانا دم مع تعنيه و مغص بالبطن يسبق عادة التبرز. و يعتمد العلاج علي دواء يسمى فلاجيل.

أما ما توصل إليه الباحثون بأحد المراكز الطبية في إحدى الدول المتقدمة فهو أن الثوم له قدرة علي وقف نمو الميكروب المسبب للدوسنتاريا الأميبية بذلك يمكن أن يكون إضافة جديدة لعلاج هذا المرض. فيمكن تناوله عن طريق الفم أو بعمل حقنة شرجية يضاف لها عصير الثوم.

## الثوم و مرض الجذام:

و من الهند جاء تقرير من أحد المراكز الطبية يشير إلي نجاح الثوم في علاج مرض الجذام (leprosy) و هو مرض جلدي يوجد منه أكثر من نوع و يميّزه سقوط شعر الحاجبين من الثلث الخارجي، و ظهور قرح بأصابع اليدين و القدمين، و حدوث نزيف متكرر من الأنف و ظهور حبوب بالوجه تتميز بفقدان الإحساس بها، مع زيادة سمك أعصاب معينة بالجسم.

## الثوم علاج لعدوي المهبل بالفطريات «المونيليا»:

و في الولايات المتحدة توصل بعض الأطباء إلي نجاح الثوم في القضاء علي ميكروب Candida

albicans و هو نوع من الفطريات يحظي بشهرة كبيرة في مجال أمراض النساء، حيث تتعرض كثير من السيدات لإصابة المهبل به، و يؤدي لخروج إفراز مهبلي أبيض يشبه اللبن الزبادي مع حرقان و رغبة في حك المنطقة المصابة.

و يقول الأطباء أن الثوم يعمل أساسا علي جدار هذا الميكروب - الذي يحيطه من الخارج - فيمنع عملية تكوين الدهون و يفقد الميكروب قدرته في الحصول علي الأكسجين. أي أنه ببساطة يجعل الميكروب يفقد جداره الخارجي و لا يستطيع التنفس.

و لعلاج الالتهابات الفطرية يمكن استخدام الثوم كغسول - و ستوضح طريقة تحضيره فيما بعد.

## الثوم و مرض السل:

و من جامعة واشنطن بالولايات المتحدة جاء تقرير يشير إلي أن الثوم يوقف نمو سلالات معينة من البكتيريا (acid-fast bacteria) و التي منها النوع المسبب للدرن الرئوي.

و إن كان الطب الشعبي عندنا قد أدرك هذه الفائدة قبل الباحثين بجامعة واشنطن حيث استخدم عصير الثوم المخفف كمادة مطهّرة من السل عن طريق الاستنشاق!!

## الثوم علاج لمرض التيفود:

و قد ثبت كذلك أن مفعول الثوم يقاوم البكتيريا المسببة لمرض التيفود، مما دعا حديثا إلي استحضر دواء من الثوم داخل كبسولات لعلاج التيفود، يسمي: انيودول Anyodole .

## الثوم يطهر الأمعاء من الديدان:

و من المعروف عن الثوم قدرته علي قتل الديدان التي تصيب الأمعاء، خاصة نوع يسمى الديدان الدبوسية التي تصيب الأطفال و تتميز الإصابة بها بوجود رغبة في حك فتحة الشرج خاصة أثناء الليل، وقد تظهر الديدان الصغيرة من فتحة الشرج.

و هناك «وصفة» للعلاج بالثوم تقول: يشرب الطفل في الصباح فنجانا من الحليب غلي فيه بضعة فصوص من الثوم، ثم يلي ذلك حقنة شرجية دافئة بمغلي الثوم. فهذا يميث الديدان و يخرجها مع البراز.

## الثوم كمادة مطهرة للجروح:

يمكن استخدام الثوم كمادة مطهرة للجروح نظرا لمفعوله المضاد لأنواع مختلفة من الميكروبات التي قد يتلوث بها الجرح. و يمكن استعمال الثوم لهذا الغرض بعمل ضمادة حول الجرح بمزيج مكون من 10 جرامات من عصير الثوم و 90 جراما من الماء و 2 (جرام) كحول (تقريبا).

و من الطريف أن العالم الفرنسي «لويس باستير» كان أول من أدرك فائدة الثوم كمادة مطهرة للجروح و قاتلة للميكروبات.

## استخدام الثوم كعلاج للدغة الحشرات:

ذكر عن الثوم أنه يفيد في تطهير المكان المصاب بلدغة الحشرات و مقاومة سمومها. لهذا الغرض ينظف المكان بعد لدغة الحشرة، ثم يدلك جيدا بأجزاء من فصوص الثوم المفروم.

## الثوم يحمي من مرض الإيدز:

تذكر دراسة أمريكية حديثة أن الفيروس المسبب لمرض الإيدز يفقد قدرته علي النمو و الانتشار في وجود الثوم، ذلك من خلال دراسة للفيروس في مزرعة من الأنسجة.

من ناحية أخرى أصبح من المعروف أن الثوم يزيد من نشاط الجهاز المناعي (immune)

(stimulant) علما بأن نقص المناعة هو مشكلة مريض الإيدز... فعل ينجح هذا النبات البسيط - الثوم - في وقف انتشار هذا المرض الخطير و علاج الضحايا من المصابين به.

## سؤال صعب جدا!!

يري دكتور بنجامين لو أستاذ المناعة بجامعة لوما ليندا بكاليفورنيا - أن الثوم يمكن أن يستخدم في الوقاية من مرض الإيدز، لكن من الصعب استعادة الجسم لمناعته الطبيعية مرة أخرى بعد أن انتشر به فيروس المرض سواء بالثوم أو بأي دواء بمفرده.

## وصفة من الثوم لاستعادة الشبوية!!

يبدو أن القدماء قد عرفوا عن أسرار الثوم ما لم تتوصل إليه حتي الآن.

ففي منطقة جبال «التبت» بالصين، اكتشف بعض العاملين بمنظمة اليونسكو أثناء تجوالهم بالمنطقة ألواحاً من الفخار في أحد الأديرة القديمة، كتب عليها وصفة لاستعادة الشبوية، يدخل فيها نبات الثوم، وهي وصفة بسيطة و تعطي نتائج فعالة.

وقد ذكرت مجلة «العلوم» في عددها 178 - يوليو 1991، هذه الوصفة علي النحو التالي:

اغسل 350 جراماً من الثوم، قطعه قطعاً صغيرة و اسحقه جيداً بقطعة من الخشب أو القيشاني.

ثم ضع 200 جم منه (خذ هذا القسم من أسفل الثوم المسحوق حيث تتوافر كمية أكبر من العصير) في كوب و إناء فخاري، صب عليه 200 جم من الكحول النقي و اقلق الإناء بإحكام وضعه في مكان مظلم و رطب لمدة 10 أيام. ثم رشح المستحضر من خلال قطعة من القماش السميك، بعد ذلك رجه و اتركه 2 أو 3 أيام أخرى.

و يجري تعاطي المستحضر علي شكل نقط مع اللبن البارد (50 جم من اللبن للجرعة الواحدة) 3 مرات في اليوم، قبل الأكل بعشرين دقيقة.

## قيمة البصل الغذائية:

يحتوي البصل علي عناصر غذائية هامة مثل: البروتينات، و الكربوهيدرات، بالإضافة إلي كميات من الأملاح المعدنية أهمها أملاح: الحديد، و الفسفور، و الكالسيوم... و يحتوي البصل علي فيتامينات أ، ب، ج. و يحتوي أيضا علي زيوت طيارة حريقة، و ألياف سليولوزية منشطة للأمعاء... كما أنه يحتوي علي مادة (الجلوكونين) التي تعادل الأنسولين بمفعولها في تحديد نسبة السكر في الدم.

السرطان: قد حقن الطبيب الفرنسي (جورج لاكوفسكي) بمصل البصل كثيرا من المرضى، و لا سيما مرضي السرطان، فحصل علي نتائج طيبة، و قال: إن مصل البصل المستخدم في الحقن الجلدي صعب الاستحضر، و لذا أنصح باستبدال الحقن تحت الجلد بحقن شرعية تعمل من عصير البصل المستخرج بالضغط أو بالسحق أو بوسيلة أخرى.

و الذين يستطيعون هضم البصل النييء دون عسر فليأكلوه مع الخبز و الزبد، أو مع السلطة، أو مع الفجل و الزيتون و غيرهما.

يقال: إن كثرة المعمرين في بلغاريا ترجع إلي أكل الخضراوات و الفواكه النيئة و لا سيما البصل و اللبن الرائب و الخبز الكامل... و يذكر أن الفلاحين في بلغاريا سلموا من السرطان بسبب أكلهم البصل.

في الحرب العالمية الأولى قام عدد من الأطباء بأبحاث مطولة عن البصل و أصدروا تقارير عن أنه ذو أثر فعال في تسكين بعض الآلام. كذلك قام بعض الكيميائيين الإيطاليين بحقن فئران مصابة بالسل، حقنوها بعصير البصل. فوجدوا أنه قضى علي المرض. و قام غيرهم بتجارب أخرى فاكتشفوا أن عصير البصل ذو فائدة عظيمة لمن يعانون من مرض الاستسقاء.

علاج مرض القلب: تأثر بروفوسور «فيكتور جورفيتش» أستاذ طب القلب و الأوعية الدموية بجامعة تافنس الأميركية، بمضمون ورقة برديّ فرعونية، فأجري تجارب تحليلية لدماء مرضاه الذين عانوا من أزمات قلبية. اتضح له أن مستوي الكولسترول في دم معظمهم انخفض بعد أن تناولوا البصل. و ثبت له أن البصل يزيح الكولسترول إلي الكبد حيث يتم تدميره، و من ثم يبتعد المريض تدريجيا عن دائرة خطر أزمات القلب. لذا ينصح دكتور «جورفيتش» مرضي القلب بتناول بصلة متوسطة الحجم يوميا. و مما يذكر أن العلماء توصلوا إلي أن البصل و الثوم يمنعان تجلط الدم مما

يساعد علي تجنب الأزمات القلبية.

علاج أمراض التنفس: عرفت أكثر شعوب الأرض كيف تستعمل البصل مع ثريد الحليب لعلاج المصابين بالقشعريرة و الزكام. و الواقع أن أثره العلاجي في هاتين الحالتين شديد و فعال.

قال «جورج واشنطن» الزعيم الأمريكي الراحل: إن دوائي المفضل لمقاومة نزلات البرد هو أكل بصلة مشوية ساخنة قبل الذهاب إلي الفراش مباشرة.

### فوائد البصل الصحية المتعددة في سطور:

- غذاء لحماية القلب بشكل مؤكد و من أكثر من ناحية.

- يرفع من مستوى الكوليسترول النافع (HDL).

- يحفظ سيولة الدم.

- يقاوم حدوث التجلطات الدموية.

- يقلل من مستوى الكوليسترول بوجه عام.

- ينظم مستوى السكر (الجلوكوز) بالدم.

- يقتل البكتيريا.

- يخفف احتقان الشعب الهوائية.

- يقاوم الإصابة بالسرطان (في حيوانات التجارب).

### البصل و مرض السكر:

استخدم البصل منذ زمن بعيد كعلاج لمرض السكر لكن التأكد من فاعلية هذا العلاج لم يتحقق إلا في سنة 1923، حيث استطاع الباحثون أن يتأكدوا من وجود مواد كيميائية بالبصل تعمل علي خفض مستوى السكر (الجلوكوز) بالدم. و في خلال فترة الستينات، استطاع الباحثون أن يحددوا هذه المواد و أهمها مادة: أورائيز، و التي تتميز بمفعول مشابه للدواء المنخفض لمستوي السكر بالدم و المعروف باسم: توليبوتاميد (tolbutamide).

البصل كمضاد حيوي: لعل أول من وصف البصل كمضاد للبكتيريا هو العالم الشهير «لويس باستير» و كان ذلك في منتصف القرن الثامن عشر. و منذ ذلك الوقت، شاع استخدام البصل لمحاربة العدوي. و أثبت الباحثون فيما بعد أن له مفعولا قاتلا لأنواع كثيرة من البكتيريا المسببة للأمراض.





البروستات: قد أوصي «ف. رامون» (F.Ramond) باستعمال البصل لعلاج الاضطرابات الناجمة عن تضخم غدة البروستات، فهو يحسن حالة المرضى تحسينا ملحوظا، أو يتيح تحضيرهم، بشكل ملائم، لعملية جراحية، علي الأقل. و للبصل أثر مضاد للحفر (الاسقربوط). و هو مشير لشهية الطعام، منشط للهضم. و هو دافع للريح من المعدة و الأمعاء، فهو يكافح الإمساك و تولد الغازات في البطن، مطهرا الأمعاء، في الوقت نفسه. و إذا كان نيئا و جب تجنبه علي من يعانون إفراط الحمض، لأنه يزيد في حمضية العصارة المعدية.

و قد أثبتت دراسة طريفة قام بها مجموعة من أطباء القلب البريطانيين أن النظام الغني بالبصل المقلي، أو المسلوق، يزيد في سيولة الدم، و يخفف أخطار الخثر (تجمد الدم) و السداد، و لو كان الغذاء شديد الغني.

تساقط الشعر: قد امتدحت مدرسة «سالرن» (salerne) غسل الرأس بعصير البصل لعلاج تساقط الشعر.

الدمل و الداحس: إذا شوي البصل جعل لزقات تنضج الدم و الداحس.

البصل المطبوخ: هو علاج للسعال المستعصي و الامساك.

الحروق: عصير البصل المشوي تحت الرماد إذا مزج هذا العصير بقليل من زيت الزيتون، كان ممتازا لعلاج الحروق و تشقق الجلد.

وجع الأذن: البصلة الصغيرة المشوية الحارة إذا أدخلت في قناة السمع كانت علاجا ناجحا جدا لآلام الأذن.

قلاع الفم: أما الشفاء من القلاع (بثور في جلدة الفم أو اللسان)، و تقرحات الفم، فيتم بلمسها عدة مرات بعود مغموس في عصير البصل النيّ.

النمش و الكلف: أما إزالة النمش و الكلف فتتم بطحن بصل نيء في الخل، ودعك البقع، بهذا المستحضر، مرتين، يوميا (وهي و صفة ما زالت مستعملة لدي العرب).

الماء الأبيض في العين: يدخل عصير البصل مع العسل بنسب متساوية في عمل قطرة لعلاج الماء الأبيض الذي يصيب العين.

تشقق الثدي و البواسير: يستعمل البصل إذا دق و غلي في زيت الزيتون في علاج تشقق الثدي و الخراجات و البواسير.

طرد الديدان عند الأطفال: يستعمل منقوع شرائح البصل لطرد الديدان عند الأطفال... حيث تنقع الشرائح في قليل من الماء طوال الليل، ثم يصفى في الصباح ويشربه الطفل بعد تحليته بالعسل، و يكرر ذلك كل صباح حتي التأكد من طرد الديدان كلها.

نوبات الربو: تعالج نوبات الربو بتناول ملعقة صغيرة كل ثلاث ساعات من عصير البصل الممزوج بالعسل بأجزاء متساوية. كما يوصف البصل بأنه مقو للجهاز الهضمي، و منظف للأمعاء، و مهديء للمزاج العصبي، و يفيد لتشنج الشرايين، و للضغط، و ضد السرطان.

لا يجوز الاحتفاظ بالبصلة المقشرة أو المفرومة لأنها تتأكسد بالهواء و تصبح سامة.

الدوخة: فرغ بصلة واحدة و املاها بالكزبرة وضعها داخل الفرن حتي تشوي ثم كلها مع الجبنة أو الزيتون فتزول الدوخة، استعمل هذه الوصفة كلما شعرت بدوخة.

الزكام: قطع عدة بصلات و الأفضل أن تكون من البصل الأحمر وضعها في وعاء ممتليء إلي نصف الماء. ضع الوعاء فوق النار حتي يغلي و استنشق بخار ماء البصل المغلي. ضع لبخة من البصل الساخن فوق العنق قبل النوم، و احرص علي أن يكون فراشك دافئا، فإنه نافع لذلك.

### المكونات الفعالة في البصل:

جاء في كتاب «النباتات الطبية» للدكتور محمد العودات و الدكتور جورج لحام:

تحتوي بصلة البصل علي 8-14 ملغ % كربوهيدرات - منها السكروز و الفركتوز و المالتوز و الأنولين - و 1,5-2% بروتينات، و 2-14 ملغ % فيتامين سي، إضافة إلي الفيتامين ب 1 و ب 2 و فلافونويد كويرسيتين و الكالسيوم و أملاح معدنية أخرى.

و تحتوي الأوراق علي 1,5-4% سكاكر و نحو 1% بروتينات، و 25-48 ملغ % فيتامين سي، بالإضافة إلي حمض الليمون و التفاح.

### الأبحاث العلمية الحديثة

كان الدكتور (غوبتا) - كما تقول مجلة «Critical reviews in food science» أول من أثبت أن للبصل فعلا واقيا من التأثيرات الضارة للدهون فالبصل يمنع ارتفاع الكوليسترول بعد تناول وجبة دسمة.

ثم أظهرت التجارب التالية أن كلا من البصل المسلوق أو الطازج أو المشوي أو المجفف، يملك نفس النشاط ضد الكولسترول والدهون الأخرى.

وقد وصف كل من (Jain) و (Andleigh) التأثيرات المفيدة للبصل، والتي تعمل دورا في الوقاية من حدوث ارتفاع في كولسترول الدم بعد تناول الأطعمة الغنية بالدهون. وقد وجد هؤلاء أن البصل يحافظ علي تأثيره الخافض للكولسترول بعد شيء، مثلما الثوم يحافظ علي ذلك التأثير بعد طهيه، و درس الدكتور (Jain) تأثير الثوم والبصل علي تصلب الشرايين في الأرانب فوجد أن كلا من خلاصة البصل أو الثوم استطاع خفض مستوى الكولسترول الكلي، رغم أن تأثير الثوم كان أقوى من تأثير البصل.

وقارن البروفسور (Bordia) بين تأثير زيت البصل أو زيت الثوم من جهة، وبين تأثير الدواء المعروف والخافض للكولسترول (Atromid-s) عند الأرانب. فوجد هذا البروفسور وزملاؤه أن البصل والثوم كانا فعالين في خفض مستوى الكولسترول في الدم، و مما أثار دهشتهم أن تأثير البصل والثوم لم يقل كثيرا عن تأثير هذا الدواء.

وإذا سلمنا بأن البصل قادر علي إيقاف ارتفاع الكولسترول بعد تناول وجبة غنية بالدهون، فليس معني هذا أن يتشجع المرء و يكثر من تناول الدهون... ثم يضيف إليها البصل، ويقول:

يذهب هذا شرّ ذاك!!

و نشرت مجلة «Preventive Medicine» في عدد لها صدر عام 1987 م، مقالا مطولا حول فوائد البصل والثوم في أمراض القلب جاء فيه:

«إن كثيرا من الأطباء ينصح المرضى المصابين بأمراض شرايين القلب (ذبحة صدرية أو جلطة القلب) بتناول البصل يوميا. و من هؤلاء الأطباء البروفسور (غرويتش) من جامعة (Tufts) في الولايات المتحدة الأمريكية، فهو يقول لمرضاه المصابين بتضيق في شرايين القلب: «عليكم بالبصل فإن فيه فوائد كثيرة للقلب». و يصف هذا البروفسور لمرضاه نصف بصلة صغيرة أو ما يعادلها من عصير البصل يوميا».

ولا يخفض البصل الكولسترول فحسب، بل إنه يرفع من مستوى الكولسترول المفيد (H.D.L)، و كلما ارتفع مستوى هذا النوع في دمنا، قلّ احتمال الإصابة بجلطة القلب.

و يعتقد البروفسور غرويتش أنه للحصول علي فائدة كبيرة من البصل، ينبغي تناوله طازجا، فإن

طهي البصل قد يقلل من فعاليته في رفع مستوى الكوليسترول المفيد في الدم، رغم أنه يحافظ علي الكثير من المزايا الأخرى.

وقد أجريت تجربة علي 45 شخصا، أعطوا غذاء غنيا جدا بالدهون لمدة خمسة عشر يوما، فكان أن ارتفع الكوليسترول عندهم من 219 ملغ% إلي 263% ولكنه انخفض مجددا بعد إضافة 10 غ من البصل يوميا (أي ما يعادل ملعقة كبيرة من البصل) إلي ما يقرب من 237 ملغ% (9)، (19).

واستعرض الدكتور (Kleijner) في مقال حديث نشر في مجلة «British journal of clinical

pharmacology» عام 1989 م، تأثيرات البصل المفيدة في وقاية القلب من تأثير الكوليسترول والعوامل الأخرى المسببة لحدوث جلطة في القلب.

## علاج البصل في الطب القديم

### القانون في الطب:

البهق: بزره يذهب البهق ويدلك به حصول موضع داء الثعلب، فينتفع جدا.

الثآليل: بزره مع الملح يقلع الثآليل. وماؤه ينفع القروح الوسخة.

سحج الخف: ينفع مع شحم الدجاج لسحج الخف.

الرأس: إذا سعط بمائه نقي الرأس والدماع.

الأذن: يقطر في الأذن لثقل الرأس والطين والقيح في الأذنين والماء. وعصارته تنقي الأذن والسمع.

الماء النازل في العين: عصارة المأكول تنفع من الماء النازل في العين، ويجلو البصر، ويكتحل بعصارته بالعسل لبياض العين.

الخناق: ماء البصل في العسل ينفع من الخناق.

عضة الكلب الكلب: ينفع من عضة الكلب الكلب إذا نطل عليها ماءه بملح وسذاب، والبصل المأكول يدفع ضرر ريح السموم.

السدود والشهوة: يفتح السدد، ويقوي الشهوتين خصوصا المطبوخ مع اللحم.

الدمعة و الحكة و الجرب في العين: يقطع الدمعة و الحكة و الجرب كحلا خصوصا مع التوتياء إلا مع العسل.

السموم: ينفع من السموم مع التين.

الوباء و الطاعون: أكله لتغليظ الخلط و الوباء، و الطاعون، و فساد الهواء و الماء.

إعادة الشهوة: يعيد الشهوة إذا انقطعت مع الخل.

تحسين اللون: إذا ذلك به البدن حسن اللون جدا و حمره، و أذهب أوساخه.

تصليح الأظفار و السحج: يصلح الأظفار لطوخا و السحج.

الرحم: أكله مشويا يرطب الأرحام، و يزلق المعوي مجرب.

تقوية الجماع: تواتر أن الأبيض منه إذا علق علي الفخذ قوي الجماع، و حد ما يؤخذ منه خمسة عشر درهما.

داء الثعلب: كلما عتق كان أجود خصوصا لداء الثعلب، فإن ذلك به مع النظرون يذهبه، و ينبت الشعر محله.

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: الدباء يزيد في الدماغ(1).

و عن ذريح قال: قلت لأبي عبد الله عليه السلام الحديث المروي عن أمير المؤمنين في الدباء أنه قال: كلوا الدباء فإنه يزيد في الدماغ، فقال الصادق عليه السلام: نعم و أنا أقول: إنه جيد لوجع القولنج(2).

ص:99

---

1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 227 ح 9. كأن زيادة العقل لأنه مولد للخلط الصحيح و به تقوي القوي الدماغية التي هي آلات النفس في الإدراكات، و المراد بزيادة الدماغ إما زيادة قوته لأنه يرطب الأدمغة اليابسة و يبرد الأدمغة الحارة أو زيادة جرمه لأنه غذاء موافق لجوهره و الأول أظهر.

2- (2) بحار الأنوار ج 63 ص 228 ضمن حديث 5.

## القرع في الطب الحديث

القرع الكوسي - القرع العسلي - القرع الأبيض.

ذكر الله تعالى في قصة يونس عليه السلام: وَأَنْبَتْنَا عَلَيْهِ شَجَرَةً مِنْ يَقْطِينٍ .

### التركيب التحليلي لثمار القرعيات:

ثمار القرعيات لها قيمة غذائية عالية حيث تحتوي علي إنزيمات الببتيد (Peptides) التي تحلل البروتين و تهضمه. و تحتوي ثمار القرعيات علي الكاروتين و هي المادة الخام لمصدر فيتامين (أ)، و ذلك بمعدل 16-17%.

### الاستخدامات الطبية لثمار القرعيات:

1 - نظرا لاحتواء ثمار القرعيات علي أنزيمات الببتيد و هي التي تقوم بتحليل البروتين الغير ذائب في محلول البيثون فإن لهذه الثمار أهمية كبرى في تغذية مرضي الكلية، كما أن ذلك يجعل هذه الثمار سهلة الهضم مما يجعلها مناسبة للمرضي الذين يعانون من الانتفاخ و عسر الهضم.

2 - تحتوي الكوسة علي البوتاسيوم بنسبة عالية و بذلك فهي تفيد في حالات الحموضة الزائدة بالمعدة.

3 - احتواء الكوسة علي سعرات حرارية منخفضة يجعلها مناسبة للأشخاص الذين يرغبون في إنقاص أوزانهم و يبحثون عن الرشاقة.

4 - حالات نقص فيتامين (أ): و يمكن الاطلاع عليها تحت بند الاستخدامات الطبية للجزر حيث إنه من أشهر الخضراوات الغنية بفيتامين «أ».

5 - القرعيات مليئة للأمعاء. مدرة للبول.

6 - القرع العسلي منشط للأداء الجنسي: تشير الدراسات الحديثة إلي أن تناول هذه البذور يزيد من نشاط الرجل الجنسي، و يعزي السبب في ذلك إلي أن تناول بذور القرع العسلي يزيد من مستوي الهرمونات الجنسية «التستوستيرون» (Testosterone)، و تؤخذ هذه البذور علي صورتها

الطبيعية دون تجهيز بعد إزالة القشور عنها، وذلك بكمية في حدود 3 ملاعق كبيرة يوميا.

7 - القرع العسلي يفيد في الوقاية من متاعب البروستاتا: تحتوي بذور القرع العسلي علي عناصر الزنك و الفوسفور و الحديد و الكالسيوم و البروتين و بعض الأحماض الأمينية، و ذلك بالإضافة إلي فيتامين أ، فيتامين ب 1، و كل هذه العناصر مطلوبة للحفاظ علي سلامة و صحة غدة البروستاتا.

و لهذا الغرض يؤخذ من بذور القرع العسلي يوميا كمية في حدود ثلاث ملاعق.

8 - الحكّة حول فتحة الشرج: مشكلة الشعور و الرغبة في الحكّة حول منطقة الشرج لها أسباب كثيرة من أهمها الإصابة بالديدان الدبوسية و خاصة عند الأطفال، لذلك ينصح دائما بتحليل البراز لاكتشاف وجود هذه الديدان الدبوسية (Oxyurus) و معالجتها. كما ينصح أيضا بقص الأظافر حتي لا تؤدي إلي حدوث ما يعرف باسم العدوي الذاتية (Auto-Infection) حيث تنتقل بويضات هذه الديدان من فتحة الشرج إلي الفم عن طريق الأظافر. و يمكن تخفيف حدة الهرش أو الاحتكاك حول منطقة الشرج بالدهان ببعض المواد الملطفة و المراهم. كما يمكن أيضا استخدام كمية من بذور القرع العسلي يوميا و ذلك بتدفئة البذور علي نار هادئة لمدة دقيقتين حيث يسهل إزالة القشور عنها قبل تناولها.

### القرع في الطب القديم

وجع الأذن: عصير جرادته نافع من وجع الآذان الحادث عن ورم حار متي استعمله الإنسان مع دهن ورد.

تبريد الأورام الحارة: جرم القرع إذا عمل منه ضماد برد الأورام الحارة بطفية و يبرد الاعتدال و ينفع في النقرس.

قطع العطش: إذا أكل القرع و لّد بلة المعدة و قطع العطش.

تسكين وجع الأورام البلغمية: إذا تضمد به نينا سكن وجع الأورام البلغمية و وجع الأورام الحارة.

الأورام الحارة: إذا ضمدت به يافوخات الأطفال نفعهم من الأورام الحارة و العارضة في أدمغتهم.

وجع الأسنان: ماء قشر الأصل إذا استعط به وحده أو مع دهن ورد نفع من وجع الأسنان.

إسهال البطن: إذا طبخ كما هو و عصر و شرب ماؤه بعسل و شيء يسير من نظرون أسهل البطن



إسهالا خفيفا. وكذلك إن جوفت قرعة نيئة وصب في تجويفها شراب و نجمت و شرب ذلك الشراب.

وجع الحلق: قالت الخوز: إنه نافع من وجع الحلق.

تسكين حرارة الحمي الملهبة: إذا لطح بعجين و شوي في الفرن أو التنور و استخراج ماؤه و شرب ببعض الأشربة اللطيفة سكن حرارة الحمي الملهبة و قطع العطش و غذي غذاء حسنا.

إحذار صفراء محضة: إذا شرب بعد أن تمرس فيه فلوس خيار شنبر و ترنجبين و بنفسج مربي أحذر صفراء محضة.

جيش بن الحسن: يشرب من مائه المستخرج بالشّي مع وزن عشرين درهما من الجلاب أو عشرة دراهم من السكر الأبيض و مقدار ما يشرب من ماء القرع أربع أواقٍ إلي نصف رطل.

إسقاط الشهوة: الرازي: يسقط الشهوة و يطفىء لهيب المعدة و الكبد الحاريتين.

الصداع: إسحاق بن عمران: ماؤه يذهب الصداع إذا شرب أو غسل به الرأس.

يبس الدماغ: قد ينوم به من يبس دماغه في مرض الموم و المبرسمون إذا قطر منه في الأنف.

تلين البطن: هو يلين البطن كيف استعمل و لم يداو المبرسمون و المحرورون بمثله و لا أعجل نفعا منه مجرب.

صفرة العين: الشريف: صغيره أول عقده إذا لف بعجين و شوي و إذا اكتحل بمائها مجرب أذهب صفرة العين الكائنة من اليرقان.

قطع الدم المنبعث: قشر القرع اليابس إذا أحرق و ذر علي الدم المنبعث قطعه.

البرص: إذا أحرق و سحق و عجن بنخل و طلي به علي البرص نفعه.

وجع الأذن و الأمعاء الحارة: إذا قشر حبه و دق و استخراج دهنه انتفع به من وجع الأذن و وجع الأمعاء الحارة.

تسويد الشيب: إذا فصد القرع عند انتهائه و فتح في جوفه فتحا و حشي خبث الحديد حتي يمتليء و ورد طابقه عليه ثم يترك بعد ذلك أربعين يوما ثم يقطف و يستخرج ما في جوفها من الحشو و يعصر فإنه يخرج منه ماء أسود يؤخذ فيملا منه زجاجة و ترفع، فإذا عجن بهذا الماء الحناء و خضب به الرأس سود شبيه و حسنه و هو خضاب عجيب مجرب.

الرمد الحار: جرادة القرع إذا ضمدت بها العين من الرمد الحار في ابتدائه نفعت منه و سكنت اوجاعه و لا سيما إذا عجنت بدقيق الشعير.  
كذلك إذا اكتحل بماء زهره أذهبه و شفاه.

تسكين الصداع الحار: يسكن الصداع الحار إذا لطح علي مقدم الدماغ و مكان الوجع منه سواء كان من الحميات أو غيرها من سائر أسبابه.  
الحمرة: إذا ضمدت به الحمرة ردع مادتها و سكن وجعها.

قروح الدبر: حرافة قشر القرع اليابس صالحة من قروح الدبر و تجففها و كذلك تنفع من قروح الأعضاء اليابسة المزاج و هي جيدة لتطهير  
الأطفال و لحرق النار معجونة بسمن.

السعال الحار السبب: لب بزره ينفع من السعال الحار السبب و يرطب الصدر و يقطع العطش ممروسا في الماء من حرقة المثانة المتولدة  
عن خلط حاد.

تنويم المحمومين و المسلولين: دهنه من أجود الأدوية لتنويم المحمومين و المسلولين كيف استعملوه.

إنعاش المغشي عليه: مرقة الفروخ المطبوخة بالقرع منعشة للمغشي عليه من حدة الأخلاط الصفراوية و من الحميات.

عن داود بن فرقد قال: دخلت علي أبي عبد الله عليه السلام وبين يديه جزرة، فناولني جزرة فقال: «كل» فقلت: إنه ليس لي طواحن، فقال: «أما لك جارية؟» قلت: بلي، قال: «مرها فلتسلقه لك و كله، فإنه يسخن الكليتين، و يقيم الذكر، و قال: الجزر أمان من القولنج و البواسير، و يعين علي الجماع»(1).

الخس

عن الصادق عليه السلام، أنه قال: عليك بالخس فإنه يقطع الدم(2).

في حديث آخر: يصفى الدم(3).

ص: 104

---

1- (1) مستدرک الوسائل ج 16 ص 428 ح 1، باب 94.

2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 195 ح 1، باب 115.

3- (3) بحار الأنوار ج 63 ص 239 ح 1. لا يبعد أن يكون «يقطع الدم» تصحيف يطفئ أو يصفى، أو المراد به ما يرجع إليهما أي يقطع سورة الدم أو الأمراض الدموية.

## الجزر في الطب الحديث

و اسمه بالانجليزية (Carrot) .

### التركيب التحليلي لنبات الجزر:

يتركب الجزر أساسا من الكاروتين (Carotin) و هي المادة الأصلية (precursor) لفيتامين (أ) بمعنى أنها تتحول في الجسم إلي هذا الفيتامين. كما يتركب الجزر من مواد سكرية و ألياف نباتية.

### الفوائد الطبية للجزر:

نظرا لأن الجزر يعتبر من أغني الخضراوات بفيتامين (أ) فإن الحديث عن الاستخدامات الطبية للجزر هو في الواقع حديث عن فوائد فيتامين (أ) الطبية و العلاجية، و الأضرار الناجمة من نقص هذا الفيتامين، و عموما فإن الأغذية النباتية ذات اللون الأصفر و الأخضر تعتبر مصدرا أساسيا لمكونات و أصول هذا الفيتامين.

1 - في مجال الإبصار و الرؤية: يدخل فيتامين (أ) في تركيب المادة الصفراء الذهبية و التي تسمى بالرتينين (Retinin) و هي أحد مكونات الشبكية (الطبقة الحساسة بالعين) المسؤولة عن الإبصار، و تتوقف القدرة علي الرؤية في الظلام أو الضوء الخافت علي مدى توفر فيتامين (أ)، و لذلك فإن نقص هذا الفيتامين يسمى بالعشي الليلي (night blindness) و معناه عدم القدرة علي الإبصار في مثل هذه الظروف، و من هذا جاء المثل الشعبي المعروف «أكل الجزر يحسن النظر».

2 - فيتامين (أ) من العوامل الهامة و المساعدة علي النمو خاصة للأطفال، لذلك ينصح بتناول الأطفال ثمار الجزر، حيث يحتوي 100 جرام من الجزر الأصفر علي 3341 وحدة دولية من فيتامين (أ).

3 - فيتامين (أ) من العوامل الهامة لسلامة الجلد و الأغشية المخاطية. و بالتالي فإن نقص هذا الفيتامين يسبب جفاف خلايا البشرة و تشقق الجلد، و معلوم أن الجلد هو خط دفاع الجسم الأول ضد غزو الميكروبات و الجراثيم، لذلك فإن إصابة خلايا البشرة يسهل غزو هذه الميكروبات للجلد، و عند ذلك تحدث القروح و الثآليل.

أما الأغشية المخاطية المبطنة لجميع أجهزة الجسم فإنها أيضا تصاب بالتلف، و خاصة الغشاء

المخاطي المبطن للقناة التنفسية حيث تجف خلاياه، و يصبح سطحها خشنا و تتوقف إفرازاتها الطبيعية من المادة المخاطية التي تحميها، كما تفقد خلايا هذا الغشاء المخاطي أهدابها التي تساعد بحركتها علي حفظ سطح الأنسجة نظيفا و تطرد الأجسام الغريبة كالغبار و التراب و تمنعها من الدخول إلي الحويصلات الهوائية بالرئة.

كما يصاب الغشاء المخاطي المبطن لملتحمة العين (Con Junctiva) بنقص فيتامين (أ) حيث يؤدي ذلك إلي جفاف ملتحمة العين و إصابتها بالتقرحات و تبدأ البكتريا في مهاجمة كيس الملتحمة و إصابتها بأضرار. و قد تمتد الإصابة إلي قرنية العين.

و من ذلك يتضح أهمية تناول الجزر في الغذاء لإمداد الجسم باحتياجاته من فيتامين (أ)، و قد وجد أن أقل ما يحتاج إليه الجسم من فيتامين (أ) هو 20 وحدة دولية لكل كيلو جرام من وزن الجسم، و مما هو جدير بالذكر أن فيتامين (أ) لا يتلف في غياب الهواء. أما عملية الطبخ التي تستغرق وقتا طويلا فتؤدي إلي إتلاف هذا الفيتامين.

4 - فيتامين (أ) يساعد علي نمو الأسنان و يحافظ عليها في صورة سليمة و صحيحة.

5 - فيتامين (أ) مضاد للسرطان.

أثبتت التجارب التي أجريت علي حيوانات التجارب أن إعطاء فيتامين (أ) في جرعات تصل إلي 5 آلاف وحدة دولية و ذلك مرتين أسبوعيا عن طريق الفم يقي الجسم من التأثير السرطاني لمادة البنزوبيرين (Benzopyrine) الناتجة من الاحتراق و تتصاعد مع الأدخنة و العوادم و تصل إلي الجهاز التنفسي فتحدث سرطان الرئة.

6 - الجزر يقلل من ظهور حب الشباب، لما يحتاج من نسبة عالية من الكاروتين.

7 - الجزر يفيد في علاج حالات الأنيميا.

8 - الجزر يمنع تكوين الحصوي في الكلي.

9 - الجزر يفيد في علاج أمراض الغدة الدرقية.

## الجزر... و الكاروتين

هناك قول شائع بأن «الجزر يقوي النظر» الواقع أنه لم يقم دليل علمي علي ذلك، و إن كانت التجارب قد توصلت إلي ما هو أهم من ذلك، و هو أنه يعوق الإصابة بالسرطان، خاصة من له علاقة بالتدخين. فقد اتضح أن أكل جزرة واحدة، أو شرب نصف فنجان من عصير الجزر يوميا يخفض

نسبة احتمال إصابة المدخن بسرطان الرئة إلي النصف. كما أن أكل جزرتين و نصف متوسطتي الحجم يوميا، يقلل الكولسترول في الدم بنسبة 11%.

في الطب الشعبي استخدم «هنود أمريكا» الجزر و الكاروتين علاجا للربو، و الهياج العصبي، و الاستسقاء، و متاعب الجلد. لكن أكثر ما يدهشنا من الجزر أنه أعطي أملا كبيرا في إمكانية اختصار علاج بعض السرطانات المستعصية، و أخصها بالذكر سرطان الرئة و البنكرياس. فقد أشارت التجارب التي أجريت إلي أن جرعات الجزر، و ما فيها من «كاروتين بيتا»، يمكن أن تعطل السرطان.

أثبتت عشر دراسات - من بين إحدي عشرة دراسة علمية دولية - أن الذين يأكلون أقل من غيرهم أغذية تحتوي علي «كاروتين بيتا» بما في ذلك الجزر بالطبع، يتعرضون أكثر للإصابة بسرطان الرئة. و ثبت في إحدي الدراسات أن الذين يأكلون الأغذية التي تحتوي علي الكاروتين بما فيها الجزر يتعرضون أقل من غيرهم بنسبة 50% إلي سرطان الرئة. كما أثبتت دراسة إحصائية أيضا أنه لو تناول كل مواطن أمريكي جزرة واحدة يوميا زيادة علي ما اعتاد أكله من الجزر، لقل عدد ضحايا سرطان الرئة من الأميركيين ما بين 15000 إلي 20000 مدخن. و ذلك لأن الجزر يعطل الإصابة بالسرطان.

و يقول خبراء التغذية و الطب النباتي: لكي تحصل علي أقصى قدر من الوقاية ضد السرطان عليك أن تتناول بعض الجزر المطبوخ، و اجعله صنفا مستديما بين أطعمتك. الطبخ يطلق الكاروتين من الجزر... و الكاروتين هو العنصر الفعال الذي يعمل علي حماية الأنسجة من الإصابة بالسرطان بعكس الأنواع الأخرى من الخضراوات التي تفقد قدرا كبيرا من عناصرها الفعالة كالفيتامينات.

بإمكانك أن تحصل بطبخ الجزر علي ما يتراوح بين مقدارين إلي خمسة مقادير من الكاروتين أكثر مما لو كان نيئا، لكن لا تبالغ في غليه، و إلا فقد كثيرا من مادة «بيتاكاروتين» الثمينة.

تحتوي جذور الجزر علي 7-14 /ملغ/كاروتينويدات منها الكاروتين و الفيتوتين و الفيتوفلوتين و الليكوبين كما أنها تحوي علي 0,1 ملغ/من ف B2 و 0,04 ملغ من ف C

و 0,14 ملغ/حمض البانتوثيني و يحوي حوالي 10-15 /سكاكر و حتي 0,7 /زيت دسم و يحوي أيضا علي مادة الأنيليفيرين و Nbelliferone و يحوي أيضا 3 - ميتل - 6 ميتوكسي - 8 أوكسي 4,3 دي هيدرو إيزوكومارين بالإضافة إلي وجود الفلافونويدات و الأنتوسيانيدات، لذلك تستعمل جذور الجزر في حالات نقص ف A الضروري للأمراض الجلدية التي تحدث نتيجة نقص هذا الفيتامين و هذه الجذور تعتبر مليئة و مدرة و مذيبة للحصاة البولية و تستعمل الجذور للحصول علي مستحضرات الكاروتين، تحوي البذور علي 1,5% من العطور الحاوية علي الفاوويتاينين و الليمونين الميسر

و السينيول و خلات الجيرانيل و البرغاموتين و تحوي البذور علي مركبات فلافونية، و قد تم الحصول من البذور علي مستحضرات داوكاورين Daucarine (و هو عبارة عن فلافونيدات البذور) و لذلك فإن مستحضرات الداوكودين الناتجة من البذور كمادة مضادة للتشنج و موسعة للأوعية الإكليلية و يستعمل في حالات الخناق القلبي و تصلب الشرايين، كما تحوي الأزهار علي مركبات فلافونويدية (كويرسيتين و كيمفيرول) و علي مركبات أنتوسيانيدية.

كما تحوي عشبة الجزر علي البيروليدين و علي الداوسين Daucine و يحوي العشب الأخضر علي كاروتينات و فيتامين B2 و فيتامين B12 و يحوي رماد الجزر علي حديد و فوسفور و كالسيوم.

و قد سمحت التجارب التي أجراها الدكتور «م. فرانك» (M.Franke) و فريقه، باستخراج مستحضر من الجزر يؤثر، كما يؤثر الأنسولين، و يتيح إنقاص نسبة السكر في الدم لدي حيوان التجربة، و لدي الإنسان.

إن قدرة الجزر علي تحسين حال الأنسجة الكاسية للسطوح أو المبطنة للتجاويف قد استغلها الطب الشعبي، لعلاج الإصابات الجلدية، و حصف الأطفال، و الحروق، الخ. و قد أثبت بعض الأطباء أن لبّ الجزر الطازج إذا طبّق علي الجلد كان موقفا للتزف، و مسكنا للألم، و لائما للقروح.

توضع لبخات لبّ الجزر المبشور، لتوه، بشرا دقيقا، علي الحروق، فيسكن الألم. أما الغسل بعصير الجزر فهو علاج ناجع جدا للقوباء (Dartre).

## الجزر في الطب القديم

القروح: البري يعمد بعض الناس إلي ورقه و هو طري، و يتخذ منه ضمادا، و يضعه علي القروح التي صارت فيها الأكلة لينقيها. و كذلك إذا دق و خلط بالعسل، و وضع علي القروح المتأكلة نقاها.

الطمث: ديسقوريدوس: بزر البري إذا شربته المرأة أو حملته، أدر الطمّث.

عسر البول و الشوصة: إذا شرب وافق عسر البول، و الحبن و الشوصة، و يحرك شهوة الجماع.

الحبل: زعم قوم: أن من تقدم بشر به لم يعمل فيه ضرر الهوام، و قد يعين علي الحبل.

الجنين: إذا احتملته المرأة أخرج الجنين.

وجع الساقين: بولس: خاصة بزر الجزر: النفع من وجع الساقين: إذا شرب منه وزن درهم مع مثله سكر.

طرد الهوام: الجزر البري: إذا علق في المنازل طرد الهوام.

جمود الدم: إذا طبخ جرم الجزر وورقه، وغسل بمائها أطراف الصبيان، نفعهم من جمود الدم المتولد عليهم من شدة البرد.

تقوية المعدة: البصري: الجزر يقوي المعدة التي فيها لزوجة وبلغم غليظ، ويفتح سدد الكبد بحرافة ويهضم الطعام. والمربي من الجزر البري نافع للمعدة، محفف لما فيها من البلة، ولا سيما إذا كانت فيه أفاويه، وينفع من برد الكبد.

الكبد و الطحال: الجزر المنخلل إذا صير بالملح و الخل، نفع المعدة و الكبد و الطحال.

شهوة الجماع: إسحاق بن عمران: مربي الجزر يحرك شهوة الجماع، و يغزر الماء و يزيد في الباه، و يدفيء المعدة و يخرج الرياح و يشهي الطعام، و يؤخذ قبله و بعده فينهضم، و يصلح للمرطوبين و المحرومين من أهل الحداثة و الاكتهال، و يستعمل في الربيع و الخريف.



## الخس في الطب الحديث

و اسمه بالانجليزية (lettus) .

و من فوائد الخس الطبية:

1 - مرطب للمعدة.

2 - مدر للبول.

3 - ملين للأمعاء.

4 - مهدئ للأعصاب، وخاصة بذوره التي تستخدم مسكنة و منومة و مهدئة للسعال.

5 - يحوي زيت الخس علي فيتامين (هـ) الذي يمنع حدوث العقم (Sterility) .

و هناك نوع آخر من الخس يسمى الخس البري - اللبين (Lactuca Virosa) و اسمه بالانجليزية wild lettuce و هو مسكن خفيف، و مهدئ للأعصاب منوم، و يسكن السعال العصبي و خلاصته طازجة أو مجففة لها نفس التأثير.

أسماء الطيب «غالان» عشبة الحكماء، و عشبة الفلاسفة. و الخس منعش و مهدئ. و هو لا يكتفي بإمداد الجسم بفيتامينات ثمينة، بل هو يتمتع بمزايا طبيّة. و قد أشير، منذ القديم، إلي قدرته علي التخدير. و يستخرج من أوراقه و ساقه نسغ حليبي، إذا جفف في أشعة الشمس، أنتج كتلة صلبة تسمى «لاكتيكاريوم» (Lactucarium) . و قد استعمل هذا النسغ، قديما، باعتباره مسكنا و مضادا للتشنج.

و يوصي باستعمال الخس لعلاج الخفقان، و نوبات السعال، و تنظيم مجموع الوظائف الهضمية. إنّه منوم خفيف، و مسكن للجهاز التناسلي. و قد أطلق عليه «بيتاغور» (Pythagore) إسم «نبته الخصيان».

و قد أكثر الدكتور «ليكليرك» (Leclerc) ، من التوصية باستعمال الخس لعلاج الأطفال، باعتباره مسكنا للتهيج العصبي و السعال، و مجنبا للكوايس، و خلال الإصابة بالسعال الديكي.

و الخس فاتح لشهية الطعام، و هو يسهل عملية الهضم. و يولد تأثيرات ملائمة في حال احتباس البول، و الاحتقانات الحشوية، و يهدئ الالتهابات المؤلمة في الكبد، و الحويصلة و الأمعاء.

ملين للبطن: جيد للمعدة مبرد ملين للبطن منوم مدر للبول.

المعدة: إذا أكل كما يقلع غير مغسول وافق الذين يشكون معدتهم.

الاحتلام الدائم: إذا شرب بزره نفع من الاحتلام الدائم و تقطير البول و المنى، و قطع شهوة الجماع.

إسهال كيموس: إذا شرب من لبن الخس البري وزن نصف درهم بماء ممزوج بخل أسهل كيموسا مائيا.

وجع الرأس: ينفع مع دهن ورد من وجع الرأس.

القرحة في العين: ينقي القرحة العارضة في طبقة العين القرنية أيضا التي تسمى أحليوس و القرحة العارضة للقرنية التي يقال لها أرعامن. و إذا اكتحل به بلبن جارية كان صالحا للقرحة العارضة للقرنية التي يقال لها أسقوما.

الهديان: إن دق و ضمده به اليافوخ أنام و سكن الحرارة في الرأس و الهديان و هو سريع الهضم.

شهوة الأكل: قسطس في الفلاحة: إن الخس يهيج شهوة الأكل و إن أكل بالخل سكن المرة.

اليرقان: و إن طبخ بدهن و خل أذهب اليرقان و هو دواء لاختلاف المياه و تغييرها و تغيير الأرضين و يسكن وجع الثدي.

وجع لدغة العقرب: و بزره يسكن وجع لدغة العقرب و وجع الصدر.

ورم العين الحار: إذا عجن بمائه دقيق الشعير سكن ورم العين الحار و حط انتفاخها.

الصداع: إذا أخذ نينا بالخل سكن الصداع المتولد عن أبخرة صفراوية.

عن حنان، قال: كنت مع أبي عبد الله عليه السلام علي المائدة، فناولني فجلة، فقال: يا حنان! كل الفجل، فإن فيه ثلاث خصال: ورقه يطرد الريح، ولبه يسهل البول وأصوله تقطع البلغم (1).

وعنه عليه السلام قال: الفجل أصوله تقطع البلغم، ولبه يهضم (2)، وورقه يحدر البول حدرا (3).

ص: 112

---

1- (1) وسائل الشيعة ج 25 ص 205 ح 1، باب 121.

2- (2) كأن المراد بلبه بذره.

3- (3) وسائل ج 25 ص 205-206 ح 3.

### الفجل الحار

(كلوا من الفجل الجذور... و كلوا من الحلبة البذور...).

جذور الفجل الحار... (البري أو البلدي) هي إحدى الصيحات الغذائية... فتري جذور هذا النبات الشعبي الرخيص تباع في أفخم المحلات التجارية (Supermarkets) بأمريكا وأوروبا. وذلك لما يتميز به من فوائد كثيرة ومتعددة.

تتميز هذه الجذور بمفعول منشط قوي للجسم، وتعمل علي تنظيفه و تطهيره من الجراثيم و السموم، كما أنها تخلص الجسم كذلك من السوائل الزائدة المحتجزة به... و تفيد للغاية في إذابة المخاط الزائد (البلغم) و طرده من الممرات التنفسية... ولذا ينصح بتناولها في حالات السعال، أو التهاب الشعب الهوائية، وزيادة مخاط الأنف، و التهاب الجيوب الأنفية، و نزلات البرد و الأنفلونزا.

### للذين يشكون من التهاب الجيوب الأنفية:

نظرا لفائدة هذه الجذور في طرد المخاط، فإنها تفيد كعلاج لالتهاب الجيوب الأنفية علي وجه الخصوص... و هذه و صفة فعالة يمكن الاعتماد عليها للذين يعانون من متاعب الجيوب الأنفية...

### المكونات:

- كمية من عصير الجذور (يقشّر جذر واحد طازج و يعصر).

- عصير ليمون (عدد 2-3 ليمونات).

### الاستعمال:

يخلط العصيران معا، و يعبأ الخليط في زجاجة، تحفظ بالثلاجة يؤخذ من هذا الخليط 1/2 ملعقة صغيرة بين الوجبات... و يستمر العلاج لبضعة أسابيع حتي يتم طرد كل المخاط المتراكم

بالجيوب الأنفية [يراعي عدم تحضير كمية أكبر من ذلك حيث إن عصير الليمون قابل للعفن إذا خزن لفترة طويلة]. ويتميز هذا الخليط بمذاق لاسع حار... وقد يدمع العينين... والحقيقة أن هذا التأثير دليل علي فاعليته في طرد المخاط و مدي تأثيره.

### للذين يعانون من تورم القدمين (Oedema) :

و تقيد كذلك جذور الفجل في زيادة إدرار البول وبالتالي طرد كميات الماء و الملح الزائدة بالجسم و التي ينتج عنها تورم القدمين و ارتفاع ضغط الدم. و إليك هذه الوصفة:

### المكونات:

- 4 ملاعق كبيرة من جذور الفجل الطازجة المخرطة.

- 2 فنجان خل (يفضل خل التفاح).

- 4 ملاعق كبيرة جلسرين (كمادة حافظة).

- زجاجة محكمة الغلق.

### التحضير و الاستعمال:

تعبأ الجذور مع الخل في الزجاجه، و تحفظ في مكان دافئ لمدة نصف يوم... و أثناء الحفظ، يراعي إزالة غطاء الزجاجه قليلا و رجّ الزجاجه من وقت لآخر... و مع بداية النصف الثاني من اليوم تحفظ الزجاجه في مكان بارد... مع مراعاة رجّ الزجاجه من وقت لآخر... و بعد انتهاء النصف الثاني من اليوم، يصفى الخليط، و يضاف إليه الجلسرين، و يحفظ في زجاجة بمكان بارد... و ذلك حتي لا يفقد الخليط مميزاته المؤثرة.

يستخدم هذا الخليط عن طريق الفم بتناول ملعقة كبيرة عدة مرات في اليوم... و عن طريقة عمل كمادات للأنسجة المتورمة بقطعة شاش مبللة بالخليط.

للذين يعانون من آلام الروماتيزم، أو ضعف المقاومة للعدوي، و لمساعدة حركة الأطراف المصابة بالشلل:

هذا المستحضر التالي يفيد كدهان ملطف للآلام الروماتيزمية، و كشراب مقو لمقاومة العدوي.

## المكونات:

1 - لتر من الخل (يفضل خل التفاح).

100 - جرام من عصير الثوم.

15 - جراما من جذور الفجل الطازج المخروط.

## التحضير و الاستعمال:

يضاف عصير الثوم و جذور الفجل للخل... و يحفظ في زجاجة بمكان دافئ لمدة 12 ساعة.. مع مراعاة رج الزجاجة من حين لآخر... ثم تحفظ الزجاجة بعد ذلك بمكان بارد لمدة 12 ساعة أخرى، ثم يصفي الخليط و يعبأ في زجاجة و يحفظ في مكان بارد (أو بالثلاجة).

و لمحاربة العدوي، يؤخذ ملعقة صغيرة ثلاث مرات يوميا ما بين الوجبات فإنه يقضي علي العدوي. و لتلطيف آلام المفاصل (أو الجروح كذلك)، يستعمل الخليط في عمل كمادات للجزء المصاب. كما تساعد عملية الغسيل بهذا الخليط علي تخفيف آلام عرق النسا... و مساعدة الجزء المصاب بالشلل علي الحركة. و بالنسبة لذوي الجلد الحساس، يفضل دهان الجلد أولا بطبقة من زيت نباتي مثل زيت الخروع.

## معجون للأسنان و غسول مطهر للفم من جذور الفجل:

لعلك قد تتساءل: كيف كان الأولون يعتنون بأسنانهم قبل ابتكار معاجين الأسنان الحديثة؟ (ذلك بصرف النظر عن الاستخدام القديم للسواك كوسيلة فعّالة للعناية بصحة الفم و الأسنان).

لقد كانوا يعتمدون في ذلك علي استخدام جذور بعض النباتات مثل الفجل و عرق السوس و البرسيم و كذلك أعواد بعض النباتات مثل نبات القرانيا Dogwood .

و الحقيقة أن الدراسات الحديثة قد أثبتت مدي فاعلية بعض هذه الوصفات القديمة خاصة فيما يتعلق باستخدام جذور الفجل كمادة منظفة للأسنان، و مطهرة للفم.

## و صفة أخرى للروماتيزم من جذور الفجل:

هذه و صفة طبية قديمة لعلاج الروماتيزم... يذكر أن لها مفعولا شافيا للروماتيزم المفصلي

المزمن... ونظرا لأنه لا ضرر منها... فلا مانع من تجربتها... فلعل وعسى يكون فيها الشفاء أو بعضه. تقول الوصفة: تبلع - دون مضغ - قطع صغيرة جدا من جذور الفجل وسليمة من الخدش... ويستمر هذا النظام الغذائي يوميا لمدة شهر كامل.

للذين يتألمون من حب الشباب: تحضر خلاصة من جذور الفجل... وذلك بنقع كمية من شرائح الجذور بالخل (أو الكحول)... ثم يضاف كمية قليلة من جوزة الطيب وقشرة ثمرة برنقال صغيرة. ويستخدم هذا الخليط في عمل مس للحبوب أو البثور باستخدام قطعة قطن.

[إذا كنا ننصح بأكل جذور الفجل فإن هذا لا ينفي فوائد الأوراق فهي غذاء مفيد غني بالألياف الغذائية].

## الفجل في الطب القديم

تليين البطن: إذا أكل بعد الطعام لين البطن ويعين في نفوذ الغذاء.

إسهال القيء: إذا أكل قبل الطعام سهل القيء، وقد يلطف الحواس. وقشر الفجل وحده إذا استعمل بالسكنجيين كان أشد تسهيلا للقيء من الفجل وحده، ويوافق المحبوسين.

السعال المزمن: إذا أكل مطبوخا كان صالحا للسعال المزمن والكيموس الغليظ المتولد في الصدر.

المطحولين: إذا تضمد به وافق المطحولين.

قلع القروح الخبيثة: إذا استعمل بعسل وتضمد به قلع القروح الخبيثة والعارض تحت العين مع كمودة لون الموضع ونفع من لسعة الأفعى.

داء الثعلب: إذا خلط بديق الشيلم أنبت الشعر في داء الثعلب ونفع في جلاء البثور اللبنية.

الاختناق: إذا أكل نفع من الاختناق العارض من أكل الفطر القتال.

إدرار البول: بزر الفجل إذا شرب بالخل قياً وأدر البول وحلل ورم الطحال وأدر الطمث.

الخناق: إذا طبخ بالسكنجيين وتغرغر بطبيخه وهو حار نفع من الخناق.

نهشة الحية: إذا شرب بالشراب نفع من نهشة الحية التي يقال لها فرسطس.

قلع قرحة الغنغران: إذا تضمد به بالخل قلع قرحة الغنغران قلعا قويا.

أرساسين: إن في الفجل قوة محللة، و من أجل ذلك يستعمل في الآثار في البدن و سائر المواضع الكمدا اللون فيعظم نفعه.

تحليل المدة: بولس: بزر الفجل يحلل المدة الكائنة تحت الصفاق القرني.

ضربان المفاصل: الفارس: بزر الفجل يدفع شربان المفاصل و النفخة التي في البطن و يسهل خروج الطعام و يشهيه جيد لوجع المفاصل جدا.

وجع الكلي و المثانة: قسطس في كتاب الفلاحة: قال: الفجل نافع من وجع الكلي و المثانة و السعال و يهيج الباه و يزيد في اللبن و يمنع لذع الهوام.

السموم و الهوام: بزره ينفع السموم و الهوام بمنزلة الترياق و إذا طلي به البدن نفع من نهشها.

إماتة العقرب: إن شذخت قطعة فجل و طرحتها علي عقرب ماتت.

إماتة العقرب: الرازي: أخبرني صديق لي مجرب أنه جرب هذا صح أنه قطر ماء ورق الفجل عليها فرآها همدت و انتفخت و انشقت في نصف ساعة.

حمي الربع و النافض: ينفع من حمي الربع و النافض و وجع الجوف بزره مع العسل.

وجع لسعة العقرب: إن لسعت العقرب من أكل فجالا لم توجهه كثير وجع.

آثار الضرب و الوثي و الرض: يقلع آثار الضرب و الوثي و الرض.

تمرط الشعر: قال: إن أدام أكله من تمرط شعره أنبت شعره.

وجع الكبد: و بزره إذا استفّ يبرئ وجع الكبد.

إن شرب من عصير الفجل نقص الماء من المستسقي.

تفتيت الحصي الكبار و الصغار: من اختيار الكندي: يعصر الفجل بعد دقه بلا ورق و يسقي منه علي الريق أوقية فإنه يفتت الحصي الكبار و الصغار التي في المثانة و يفعل ذلك بخاصية عجيبة.

إجلاء الكلي و المثانة: حامد: يجلو الكلي و المثانة و يقلب الطعام و يعين الكبد علي الطبخ.

السعال: و ينفع مطبوخا من السعال المتولد من الرطوبة.

فتح الخوانيق: الفجل إذا طبخ بالخل حتي ينضج و تغرغر به فتح الخوانيق.

القوباء: ينفع بزره من القوباء. و ماء ورقه ينفذ اليرقان و يفتت الحصاة.



الخوز: إنه يزيد في الإنعاط و المنى و بزره يقىء.

ص:117

السدّد في الكبد: ماء ورقه نافع من السدّد العارضة في الكبد، و خاصة إذا شرب معه السكّنجنين السكّري إن كانت هناك رطوبة، و بزره يفعل ذلك أيضا.

البهق الأسود: إن دق بزره مع الكندس و عجنا بخل و طلي به البهق الأسود في الحمام ذهب به.

الأذن الوجعة: الشريف: إذا قوّر رأس فجلة و فتر فيها دهن ورد و قطر في الأذن الوجعة أبرأها و حيا مجرب.

الحصي: إذا أخذت قطعة من فجل و قور فيها حفرة و وضع فيها وزن أربعة دراهم بزر لفت ورد عليها غطاؤها و ستر الكل بالعجين ثم دس في غصني نار إلي أن ينضج العجين ثم تستخرج الفجلة و قد نضجت و تبرد قليلا ثم تطعم صاحب الحصي فإنها تفعل فعلا عجيبا تفعل ذلك ثلاثة أيام متوالية.

ص: 118

عن الحسن بن علي، عن أبي عثمان، رفعه إلي أبي عبد الله عليه السلام، قال: إن الله عز وجل، رفع عن اليهود الجذام بأكلهم السلق، وقلعهم العروق(1).

و عن بعضهم رفعه إلي أبي عبد الله عليه السلام، قال: إن قوما من بني إسرائيل أصابهم البياض، فأوحى الله إلي موسى: أن مرهم فليأكلوا لحم البقر بالسلق(2).

و عنه عليه السلام قال: مرق السلق بلحم البقر يذهب بالبياض(3).

و عنه عليه السلام، أنه قال: أكل السلق يؤمن من الجذام(4).

ص: 119

---

1- (1) وسائل الشيعة ج 25 ص 199 ح 4.

2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 200 ح 6.

3- (3) وسائل الشيعة ج 25 ص 200 ح 7.

4- (4) مستدرک الوسائل ج 16 ص 423 ح 1، باب 90.

## السلق في الطب الحديث

السلق من النباتات الشعبية المعروفة والتي تستخدم للطبخ مع القلقاس و هو مثل السبانخ.

و يوصف السلق بأنه مرطب و ملين و مدر للبول و هو غني بالحديد و الكالسيوم.

و يحتوي السلق علي نسبة عالية من فيتامينات أ، ج، و هو غني بالحديد و الكالسيوم لذلك يوصف لمرضي فقر الدم.

و يستعمل مغلي 50 جراما من السلق في لتر ماء كشراب لعلاج التهاب المسالك البولية و الإمساك و البواسير و الأمراض الجلدية كما يستخدم هذا المغلي لعمل كمادات لتخفيف آلام البواسير و علاج القروح و الجروح.

يستعمل مغلي 30 جراما منه في لتر من الماء كشراب لعلاج كسل الكبد.

إذا أردنا الإشارة إلي بداية استعمال السلق في ميدان الطب، عدنا إلي العرب الذين كانوا يحقنون عصارة السلق في المنخرين لعلاج الصرع.

و في القرن السابع عشر، أوصي «ليميري» (Lemery) في «مبحث العقاقير» باستعمال هذه الطريقة نفسها «لحمل الأنف علي العطس، و تفرغ الدماغ».

و أوصي «روك» (Roques) و «كازين» (Cazin) (و هما من كبار علماء الطب النباتي في القرن التاسع عشر)، باستعمال السلق لعلاج الحصاة و الإمساك المستعصي.

و الواقع أن للسلق خصائص مبردة، مسكنة، مسهلة، و هو فعال، كذلك، في حالات التهابات المجاري البولية. و هو يؤلف، في مجال الاستعمال الخارجي، لزقات مهدئة للقوباء و المواضع التي أصيبت بالالتهاب، نتيجة استعمال بعض الأدوية.

## السلق في الطب القديم

تعقيل البطن: إذا أكل مطبوخا بالعدس و خاصة أصله كان أشد عقلا للبطن.

تنقية الرأس: عصارتة إذا سعط بها بماء العسل تنقي الرأس و تنفع من وجع الأذن.

الصبيان: طيخ ورق السلق، و أصله إذا غسل به الرأس قلع الصبيان و نقي النخالة.

الشقاق: إذا صب علي الشقاق العارض من البرد نفع منه.

داء الثعلب: قد يضمد البهق بورقه نيئا بعد أن يتقدم في غسل البهق بنطرون و يضمد به داء الثعلب بعد أن يتقدم في غسل جلده و كذلك إن طلي داء الثعلب به أنبت فيه الشعر.

البثور: إذا طبخ ورقه أبراً البثور و حرق النار و الحمرة.

القمل: قسطس في الفلاحة الرومية: إن عصيره إذا ذلك به الرأس يقتل القمل و يذهب بالحزاز.

تسكين الورم: و إن جعل عصيره فيروطيا و سقي و وضع علي الورم سكنه.

الكلف: إن طلي علي الكلف أذهبه و يذهب بالقروح في الأنف.

القولنج: الطب القديم: إنه جيد للقولنج.

الثآليل: ورقه يقطع الثآليل ضمادا و يشفي القروح الخبيثة.

القوابي: ينفع من القوابي طلاء بالعسل.

اللقوة: يسعط بمائه مع مرارة الكركي فيذهب باللقوة.

وجع الأذن: ماءؤه فاترا يقطر في الأذن فيسكن الوجع و يذهبه.

الثقل: يحقن بمائه لإخراج الثقل.

البلغم: المنصوري: هو مقطع للبلغم.

الرعدة: الغافقي: غذاؤه قليل رديء و ينفع من الرعدة و يسهل النفس و ربما حرّك شهوة الجماع.

القروح الشهدية: إذا جعل ورقه كما هو غير مدقوق علي القروح الشهدية التي في رؤوس الأطفال مرارا نقاها من الصديد.

وجع الأسنان: إن أخذ أصل السلق طريا و مسح بخرقه من التراب و دق و اعتصر ماءؤه و استعط منه بنصف مسعط نفع من وجع الأسنان و منع من معاودة الوجع و نفع من وجع الأذن و الشقيقة.

سدد الخياشيم: التجربتين: ماء أصله أقوى فعلا في النفع من سدد الخياشيم، و إذا تمودي علي تقطيره في أنف المصروعين المتولد صرعهم من اجتماع أخلاط لزجة في الدماغ، نفعهم جدا و قد أبراً بعضهم.

النزلات: ينفع من النزلات المنصبة إلي سبل الخياشيم.

قطع الأخلاط: المسلوق منه بالخردل المصنوع إذا أكل قبل استعمال الأدوية المقيمة قطع الأخلاط و أعدّها للقيء.

أخراج الأخلاط اللزجة: إذا حل في مقدار نصف أوقية من مائة درهم و نصف غاريقون و شرب أخرج أخلاطا لزجة أغلظ.

قال أبو عبد الله عليه السلام: كلوا الباذنجان، فإنه شفاء من كل داء(1).

وعنه عليه السلام قال: الباذنجان جيد للمرة السوداء، ولا يضر بالصفراء(2).

وعنه عليه السلام قال: عليكم بالباذنجان البوراني(3) المقلبي بالزيت فإنه شفاء يؤمن من البرص(4).

وعنه عليه السلام قال: أكثروا من الباذنجان عند جداد النخل، فإنه شفاء من كل داء، يزيد في بهاء الوجه، و يلين العروق، و يزيد في ماء الصلب(5).

قال أبو عبد الله عليه السلام: إذا أدرك الرطب ونضج العنب، ذهب ضرر الباذنجان(6)(7).

ص: 122

1- (1) مستدرك الوسائل ج 16 ص 429 ح 1، باب 97.

2- (2) مستدرك الوسائل ج 16 ص 429 ح 2، باب 97.

3- (3) قال في القاموس: البورانية طعام ينسب إلي بوران بنت الحسن بن سهل زوج المأمون.

4- (4) مستدرك الوسائل ج 16 ص 430، ح 5.

5- (5) مستدرك الوسائل ج 16 ص 430، ح 8.

6- (6) دفع ضرر الباذنجان في هذا الوقت إما بسبب أن الثمار المصلحة له كثيرة، و أكلها يذهب ضرره، أو باعتبار أن الهواء في هذا الوقت يميل إلي الاعتدال و البرد، فلا يضر أو بسبب اعتدال الهواء ما يتولد فيه يكون أقل ضرراً.

7- (7) بحار الأنوار ج 63 ص 221 ح 1.

## رأي الطب الحديث:

أما رأي الطب الحديث في الباذنجان فهو: أنه ضعيف القيمة الغذائية، والمئة غرام منه لا تحوي أكثر من 29 حروريا، لذا كان غير مرغوب فيه في أنظمة السمنة، وبما أنه مدر للبول فينصح بأكله مسلوقا رغم أن السلق يعطيه طعما مرا ورائحة غير مقبولة. وقد اعتاد الناس علي تناوله مشويا، وفي حالة قليه يمتص كثيرا من الزيت لكثرة المسام فيه فيصبح ثقيلًا علي المعدة، و مسمنا.

الباذنجان صالح لذوي المعدة القوية، و الهضم الجيد، و ينصح بالامتناع عنه للمصابين بالسمنة، و التهاب الكلي، و المغص المعوي، و عسر الهضم، و داء الصرع، و الروماتيزما، و الأطفال، و النساء الحاملات.

يختار من الباذنجان الثقيل الوزن، و ذو الجلد السويّ اللّماع و الجسم الصلب في اللمس، أما ذو الجلد الكامد و الجسم الرخوف فإنه سيء، يحدث اضطرابا و نفخة في الأمعاء.

في قشرة الباذنجان كمية قليلة من فيتامين (أ) و فيتامين (ج)، و مقادير ضئيلة من الكبريت و الفوسفور و الحديد و الكلس و البوتاس و البروتين و الدسم و النشويات. و الأسود منه يحوي كمية أكبر من هذه المواد، بينما الأبيض يحوي كمية أكبر من المواد النشوية، و الأفضل أن يؤكل بقشره، لأن الفيتامينات موجودة في القشرة أكثر من اللب. و يجب أن يؤكل ناضجا جدا، لأن الفج منه يحوي سما. و أوراقه يمكن الاستفادة منها كمادات ملطفة لآلام الحروق، و الخراجات، و البواسير و القوباء.

## علاجات الباذنجان في الطب القديم

### ابن سينا في القانون:

البواسير: سحق أقماعه المجففة في الظل طلاء نافع للبواسير. و مثله في الجامع لابن البيطار.

ابن البيطار في الجامع قال: إذا أكل بعد إصلاحه و نفعه في الماء و الملح حتي تذهب حرارته لم يتبين له ضرر البتة.

الصفراء: إذا أكل علي هذه الصفة بالخل، أطفأ الصفراء، و نفع من الغثيان، و لم يضر بالعين و لا بالرأس البتة.

إدرار البول: إذا أخذ من جوف الباذنجان المسلوق أوقية و مرس بالشراب مرسا بليغا و سقي، أدر البول.

الثآليل: إذا أحرق و عجن رماده بخل، قلع الثآليل. و إذا طبخ صغيره في ماء و قليل ملح علي نار متوسطة حتي ينضج ثم يصفى عنه الماء و يجعل علي الماء مثله زيتا و يطبخ حتي ينضب الماء و يبقي الدهن وحده و يدهن به من النهار، و يدق الباذنجان المطبوخ و يصنع منه طلاء للثآليل البارزة بالليل، و يزال من الدهن، و يعاد الدهن، و يواظب علي ذلك، فإنها تبرأ بحول الله تعالى.

شقاق الكعبين: إذا طلي منه علي الشقاق العارض في الكعبين و بين الأصابع، نفع منه نفعاً عجبياً.

البواسير: أقماص الباذنجان إذا خلطت مع مثلها من لب اللوز المرودقا و عجنا بدهن بنفسج، و طليت بها البواسير، أبرأت منها مجرب. و كذلك أقماعه المجففة في الظل إذا سحقت و طلي بها علي البواسير بعد أن يدهن بدهن مسخن، نفع منها نفعاً بيناً.

### الإنطaki في التذكرة:

شد المعدة و الصداع: يشد المعدة و يدر البول، و يقطع الصداع الحار بالخاصية، و يجفف الرطوبات الغريبة.

وجع الأذن: إذا ملئت الباذنجانة الصفراء البالغة دهن قرع، و شويت زمنا و قطر في الأذن، سكنت أوجاعها كل ذلك مجرب.

الشعر: البري منه، يصلح الشعر و يطوله و يسوده.

البياض و الدمعة في العين: ثمرته تقلع البياض، و تزيل الدمعة كحلا.



قال الصادق عليه السّلام: عليك بالهندباء، فإنه يزيد في الماء، ويحسن الولد، وهو حار يزيد في الولد الذكور(1).

عن محمد بن أبي نصر (بصير)، عن أبيه، عن أبي عبد الله عليه السّلام، قال:

شكوت إليه هيجانا في رأسي وأضراسي، وضربانا في عيني حتى تورم وجهي منه، فقال: «عليك بهذا الهندباء، فاعصره وخذ ماءه، وصب عليه من هذا السكر الطبرزد وأكثر منه، فإنه يسكنه ويدفع ضرره» قال: فانصرفت إلي منزلي، فعالجته من ليلتي قبل أن أنام وشربته ونمت عليه، فأصبحت وقد عوفيت بحمد الله ومنه(2).

قال أبو عبد الله عليه السّلام: من سره أن يكثر ماله وولده الذكور، فليكثر من أكل الهندباء(3).

وعنه عليه السّلام قال: عليك بالهندباء فإنه يزيد في الماء ويحسن الوجه(4).

عن أبي عبد الله عليه السّلام قال: من بات وفي جوفه سبع طاقات من الهندباء أمن من القولنج ليلته تلك إن شاء الله(5).

ص: 125

1- (1) مستدرک الوسائل ج 16 ص 416، ح 4.

2- (2) مستدرک ج 16 ص 416-417، ح 2، باب 81.

3- (3) بحار الأنوار ج 63 ص 208، ح 13.

4- (4) بحار الأنوار ج 63 ص 208، ح 14.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 215، ح 1.

يوجد في جذور الهندباء المرة 48/ انيولين Inuline و السكراروز و البننتوزان كما و يوجد غليكوزيد الأنثيين Intybine و هي المادة التي تعطي الجذور الطعم المر المفيد كمادة فاتحة للشهية، كما و يحوي فيتامين B ، و يوجد في النورة غليكوزيد السيكورين Cichorine و تحوي أجزاء النبات علي عصارة لبنية يدخل في تركيبها 3/كاوتشوك و وجد أيضا في النبات و الأوراق مادة مرة و فيتامين C . يفيد العشب الكامل في حالات فقر الدم و تشمع و تضخم الكبد خارجيا تستخدم لعلاج الأكرما كما أن مغلي العشب يمكن استخدامه لعلاج المسامير كما تفيد جذور الهندباء في علاج مرض السكر.

### الاستعمال الطبي:

أ - خارجيا: تعالج الأطراف الضامرة بتدليكها - صباحا و مساء - بصبغة الأوراق و الأزهار.

و تساعد علي شفاء الالتهابات الجلدية و الأكرما بشكل كمادات حيث تبلل قطعة من القماش بمغلي النبات و توضع فوق مكان الألم و يحضر المغلي بغلي ملعقة صغيرة من مسحوق الجذور في كأس من الماء و تؤخذ علي ثلاث دفعات في اليوم.

ب - داخليا: تستعمل الهندباء كمادة منشطة للجهاز الهضمي و مفرزة للصفراء، ملينة و مدرة للبول. تفيد في حالات فقر الدم لغناها بالفيتامينات و تساعد علي الهضم، كما أن خلاصة النبات المرة تبدي خواصا مضادة للجراثيم.

و تستعمل الهندباء في الولايات المتحدة و أوروبا كنبات تابل و مطيب، يحضر مع السلطات بسبب احتوائه علي مواد مرة. و من الاستعمالات الشائعة للنبات هو مزجه مع القهوة نظرا لطعمه المر و لعدم احتوائه علي مشتقات الأكرانتين.

وقد أكد علماء الطب النباتي، في عصرنا، خصائص الهندباء البرية العلاجية. و نصح «ليكليرك» (Leclerc) باستعمالها مدرة للبول لدي الأشخاص الذين يعانون اضطرابات إفراز بولي مرتبطة بأعراض كبدية - كلوية مزمنة. و أشار أطباء آخرون إلي أنها منشطة عام و مجددة للأعصاب (و تحتوي ما يعادل 1% من وزنها من الفوسفور)، و علاج للروماتيزم و الأمراض الجلدية. أما أثرها المسهل فهو ذو فاعلية مزدوجة، بفضل الخمائر المتنوعة التي تحتويها. أما قدرتها علي طرد الحمي، و هي القدرة التي ذكرها «كازن» (Cazin)، في القرن التاسع عشر، فقد أكدها «ديكو» (Decaux) .

وقد أكد «بالدن» (Baelden) أنها مضادة لمرض السكر لا يمكن تناسيها: فمركباتها تسهل وظائف الكبد الخاصة بالجليكوجين و تخفض معدل البييلة السكرية. و من جهة أخرى فإن مستخرج نقع الهندباء في ماء مغلي لتوه، يهديء العطش الثقيل علي مرضي السكر، و ينظم لديهم، إفراز البول غير المنتظم.

### في الطب الشعبي الحديث:

وصفت الهندباء البرية بأنها صديقة المعدة و الكبد، مقوية، مدرة للبول، منظفة للقناة الهضمية، مفيدة للمسالك البولية... تفيد في حالات الإمساك و انحباس البول، و كثير من الأمراض الجلدية... خافضة للحرارة، قاتلة للطفيليات، مفيدة في حالات كسل المرارة.

و توصف في حالات كثيرة كآآتي:

\* مغلي الجذور يفيد في عمل لبخة لعلاج رمد العين، و ذلك بأن يغلي (25-30) جراما من الجذور المقطعة في مقدار فنجانين من الماء، و يستمر في الغلي حتي يبقي مقدار فنجان واحد.

\* تدلك الأطراف الضامرة صباحا و مساء بصبغة الأوراق و الأزهار.

\* يشرب عصير الجذور في الربيع، و ذلك لعلاج احتقان الكبد و البواسير، حيث يعطي منه ثلاث ملاعق صغيرة مع مقدار من الحليب يوميا.

\* و في غير أوقات الربيع يستعمل مستحلب العشب كلها... و يجهز المستحلب بنسبة 20 جراما من العشب الجافة (الأوراق و الأزهار) لكل فنجانين من الماء الساخن لدرجة الغليان...

و يشرب بجرعات متعددة في اليوم.

\* للتخلص من الإمساك: يغلي أربع عشبات من الهندباء في لتر من الماء لمدة عشر دقائق، يشرب أربعة أكواب من المغلي يوميا خلال الطعام للتخلص من الإمساك.

\* جذور الهندباء المجففة تحص و تستعمل كالقهوة... فهي تقوي الأمعاء، و تلين، و تفتح الشهية.

كما توصف الهندباء غذاء لتنشيط إفرازات الصفراء: و إذا أضيف الثوم إلي الهندباء كان ذلك مفيدا للمصابين بعسر الهضم.

ديسقوريدس: هو صنفان: بري وبستاني، فالبري يقال له بقريس وقيخوريون، وهو أعرض ورقا من البستاني وأجود للمعدة منه، والبستاني منه صنفان: أحدهما قريب الشبه من الخس عريض الورق، والآخر أدق ورقا منه، وفي طعمه مرارة.

حامد بن سمجون: البستاني منه صنفان: أحدهما طويل الورق، أسمنجوني الزهر، كرية الطعم، مر، وخاصة في آخر الصيف إذا خشن، ومن هذا الصنف بري شبيه به في صورته وزهرته، إلا أنه أقوى مرارة وأشد كراهة، ويسمي عندنا الأميرون؛ والصنف الثاني من البستاني عريض الورق، أبيض الزهر، ثقه الطعم، عديم المرارة، وخاصة في أول الربيع، ويسمي بالرومية أنطوييا، ويعرف بالهندباء الشامي والهاشمي، وبريه قريب منه في شكل ورقه وقلة مرارته، بعيد منه في شكل زهره وكثرة زغبه، وهو السراليه بالعجمية. وزعم أنه الطرخشقون.

الغافقي: الطرخشقون هو الصنف الأول من البري لاذي زهره سماوي صغير. والسراليه زهره أصفر، كثير الزهر. ومن البري صنفان آخران. وهو اليعضيد ويسمي باليونانية خندريلي.

### خواص العلاجات:

جيدة للمعدة: ديسقوريدوس: كل هذه الأصناف قابضة مبردة جيدة لضعف المعدة والقلب.

عقل البطن: إذا طبخت وأكلت عقلت البطن شديدا وخاصة البري منها فإنه أشد عقلا وأجودها للمعدة.

تسكين التهاب المعدة: إذا تضمد بها وحدها أو مع السويق سكنت التهاب المعدة.

الخفقان: قد يستعمل منها ضماد للخفقان. قد تنفع من النقرس ومن أورام العين الحارة إذا خلطت مع السويق والخل.

لسعة العقرب: إذا تضمد بها مع أصولها نفعت من لسعة العقرب.

الجمرة: إذا خلطت مع السويق نفعت من الجمرة جدا. ماؤها إذا خلطت بإسفيداج الرصاص وخل كان منه لطوخ لمن احتاج إلي التبريد شديد.

تقوية المعدة: مسيح: قوة الهندباء في البرودة واليبوسة تقوي المعدة وتفتح جميع سدد الكبد

و الطحال و تطفيء حرارة الدم و الصفراء و تجلو ما في المعدة.

الكبد و المعدة الملتهبتين: الرازي في دفع مضار الأغذية: الهندباء هو صالح للكبد و المعدة الملتهبتين.

فتح سد الكبد: الهندباء صالح للمعدة و نافع إذا استعمل بالخل بعد الفصد و الحجامه يفتح سد الكبد و ينقي مجاري البول. نافع لأوجاع الكبد و حارها و باردها.

فتح السدد و تنقية الرطوبات العفنة: الإسرائيلي: أعلم أنه إذا عصر ماءه و أغلي و نزع رغوته و شرب بسكنجبين يفتح السدد و نقي الرطوبات العفنة و نفع من الحميات المتطاولة.

الأورام: إذا عصر ماءه و غلي و صفي نفع من الأورام و قوي المعدة و فتح السدد. و إن طلي علي الأورام من خارج البدن نفعها و بردها. و إذا دق ورقه و وضع علي الأورام الحارة حللها أو بردها.

اليرقان: عصيره مع الرازيانج الرطب ينفع من اليرقان.

أورام الحلق: ابن سينا: الهندبا إذا حل فيه الخيار شنب و تغرغر به نفع من أورام الحلق.

تسكين الغثي و هيجان الصفراء: الهندباء تسكن الغثي و هيجان الصفراء و هو أفضل دواء للمعدة التي بها مزاج حار.

لسع العقارب و الحيات و الزنابير: حنين في اختياراته: البري يشرب فينفع لسع العقارب و الحيات و الزنابير و حمي الربع.

الطبري: الهندبا البري يكتحل بماء ورقه فينفع من العشاء.

نفث الدم و العطش: إسحاق بن عمران: ينفع من نفث الدم و يقطع العطش و هو منبه.

حمي الربع و الاستسقاء: في الأكل مفتح لطيف ينفع من حمي الربع و من الاستسقاء و يقوي القلب إذا شرب أو تضمّد به، و ينفع من لدعة العقرب و الحزازات.

الأدوية القتالة: يقاوم أكثر السموم و خاصة ماءه المعتصر إذا صب عليه الزيت و تحسي فإنه يخلص من الأدوية القتالة كلها، و يعقب صلاحا تاما.

بياض العين: لبنه يجلو بياض العين كحلا.

الاستسقاء: ينفع الاستسقاء متي كان عن ورم حار في الكبد و يكسر رهج الدم و ينفع من الحمي المطبقة.

عن أبي عبد الله الصادق عليه السلام أنه سئل عن الحرمل واللبان (1)، فقال: أما الحرمل فما تقلقل (2) له عرق في الأرض ولا ارتفع له فرع في السماء إلا وكل به ملك حتي يصير حطاما أو يصير إلي ما صارت، وإن الشيطان ليتنكب سبعين دارا دون الدار التي هو فيها، وهو شفاء من سبعين داء أهونه الجذام فلا تغفلوا عنه (3).

ومنه: سئل الصادق عليه السلام عن الحرمل واللبان، فقال: أما الحرمل فما تقلقل له عرق في الأرض ولا ارتفع له فرع في السماء إلا وكل الله عز وجل به ملكا حتي يصير حطاما أو يصير إلي ما صار إليه، فإن الشيطان قد يتنكب سبعين دارا دون الدار التي فيها الحرمل، وهو شفاء من سبعين داء أهونه الجذام، فلا يفوتكم قال: وأما اللبان فهو مختار الأنبياء عليه السلام من قبلي، وبه كانت تستعين مريم عليه السلام وليس دخان يصعد إلي السماء أسرع منه، وهو مطردة الشياطين، ومدفعة للعاهة فلا يفوتكم (4).

ص: 130

1- (1) سيأتي شرحها مفصلا.

2- (2) في المصدر «تغلغل» وهو الصواب ظاهرا.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 234 ح 2.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 234 ح 4.

يحتوي المجموع الخضري لهذا النبات وخاصة النموات الحديثة علي أربعة قلويدات هي الهارمين Harmine الهارمالين Harmaline الهارمان Harman و البيغانين Peganin كما تعتبر البذور غنية بالقلويدات ونسبتها وسطيا 3 / او يشكل الهارمين منها 30 /.

حيث أن مغلي هذه العشبة أو منقوعها بالماء بعد هرسها يستخدم في حالات التهاب الحلق و الحنجرة علي شكل غرغرة، كما يضاف العشب للحمامات لمعالجة الروماتيزم و أمراض الجلد يستخدم الهارمين بشكل كلورهيدرات داخلا أو تحت الجلد في حالة الشلل الاهتزازي و التهاب الدماغ حيث يعمل الهارمين علي تحريض الجملة العصبية المركزية و خاصة المراكز المحركة في قشرة الدماغ مما يؤدي إلي توسع الأوعية الدموية المحيطية و ارتخاء العضلات. أما تأثير البيغانين Peganine فمسكنا للسعال، كما تستعمل الأوراق لعلاج الربو، و النبات سام لذلك يجب الانتباه للكميات المستعملة و هي ملعقة شاي من العشب في كأس ماء ثم تغلي و يؤخذ ملعقة ثلاث مرات يوميا.

### الاستعمال الطبي:

أ - خارجيا: يستعمل مغلي و منقوع العشب بشكل غرغرة في حالات التهاب الحلق و الحنجرة و يضاف العشب للحمامات في معالجة الروماتيزم و مختلف أمراض الجلد.

ب - داخليا: يستعمل مستحضر الهارمين في داء باركنسون و في حالة الشلل الاهتزازي و التهاب الدماغ حيث يحرض الجملة العصبية المركزية خاصة المراكز المحركة في قشرة الدماغ مما يؤدي إلي توسع الأوعية الدموية المحيطة و ارتخاء العضلات فيسرع التنفس و يخفض ضغط الدم.

و يستعمل مسحوق البذور في العلاج من الديدان الشريطية حيث تؤثر قلويدات الحرملة علي هذه الديدان إذ تشلها و تفقدها القدرة علي الحركة مما يسهل التخلص منها، كما يؤثر علي الكائنات الدقيقة إضافة إلي بذور الحرملة تستعمل في علاج الملاريا المزمنة و ليس الملاريا الحادة، كما تستعمل في الطب الشعبي لإدرار الحليب و في تقوية الناحية الجنسية.

و تحتوي بذور الحرملة علي ثلاث قلويدات هي:

«حرملين Harmaline و حرمين Harmine و حرملول Harmalol و تشكل هذه القلويدات في

مجموعها حوالي 4% من وزن البذور. ويكوّن قلويد الحرملين ثلثي كمية القلويدات الكلية بالبذور.

هذا وقد فصل أيضا قلويد بيجارين (Pegarine) من أزهار وسيقان النبات.

«وقد أثبتت التجارب و البحوث العلمية علي هذه القلويدات أنها قاتلة للكائنات الحية الدقيقة Protozoacidal (وحييدات الخلية) و لذلك فإنها تؤثر بالشلل علي الديدان الشريطية و تفقدها القدرة علي الحركة فيسهل التخلص منها.

«وقد وجد أيضا أن قلويد الحرملين ينشط الجهاز العصبي المركزي في الإنسان C.N.S.

. Stimulant

«و تستعمل بذور الحرملة في علاج الديدان الشريطية كما تستعمل في علاج الملاريا المزمنة و ليست الملاريا الحادة و ذلك في بعض البلاد الحارة التي ينتشر بها هذا النوع من الملاريا».

## الحرمل في الطب القديم

### شرح الماهية:

ابن سميون: هو أبيض و أحمر، فالأبيض هو الحرمل العربي - و يسمى باليونانية مولي، و الأحمر هو الحرمل العامي المعروف، و يسمى بالفارسية اسفند.

أبو حنيفة: الحرمل نوعان: نوع منه ورقة مثل ورق الخلاف و له نور مثل نور الياسمين سواء أبيض، طيب، يريب به السمسم و الشوع - و هو حب البان - و ليست رائحته مثل رائحة الزنبق. و حبه في شنفة مثل شنفة العسرق، و النوع الآخر هو الذي يقال له بالفارسية بالإسفنذ و شنفة هذا مدوّرة و شنفة ذاك إلي الطول، و الشنفة هي الأوعية التي يكون فيها حبّها.

ديسقوريدس: و النبات الذي ينبت بقيادونيا و بالبلاد التي يقال لها عالطيا التي بأسيا اسمه مولي، و يسميه بعض الناس سذابا غير بستاني، و هو تمنس يخرج من أصل واحد، و له أغصان كثيرة و ورق أطول من ورق السذاب الآخر و أغص، ثقيل الرائحة، و له زهر أبيض، و رؤوس أكبر قليلا من رؤوس السذاب البستاني، مثله، فيها بزر لونه إلي الحمرة ما هو، ذو ثلاث زوايا، و هو مر شديد المرارة، و البزر هو المستعمل، و نضجه في الخريف.

### خواص العلاجات:

ضعف البصر: مسيح الدمشقي: إذا سحق بالعسل و الشراب، و مرارة الدجاج و الزعفران، و ماء



الرازيانج الأخضر، وافق ضعف البصر.

كثرة الأمراض: مسيح: يخرج حب القرع، وينفع من القولنج، و عرق النسا، ووجع الورك إذا نزل بمائه، و يجلو ما في الصدر و الرئة من البلغم اللزج، و يحلل الرياح العارضة في الأمعاء.

البلغم و السوداء: عيسى بن ماسة: و أما نحن في بيمارستان مرو: فإننا نستعمله عند إخراج السوداء، و أنواع البلغم بالإسهال، و هو غاية من الغايات للداء الذي يعتري المصروعين.

برد الدماغ: علي بن رزين: نافع من برد الدماغ و البدن.

السوداء: قال بعض الأطباء: نقيعه جيد للسوداء، يحللها، و يصفى الدم منها، و يلين الطبيعة.

القيء: إصلاحه ليتقياً به يكون علي هذه الصفة: يؤخذ من حبه خمسة عشر درهما، فيغسل بالماء العذب مرارا، ثم يجفف، و يدق في الهاون، و ينخل بمنخل صفيق، و يصب عليه من الماء المغلي أربع أواق، و يساط في الهاون بعود، و يصفى بخرقة صفيقة، و يرمي بثقله، ثم يصب علي ذلك الماء، من العسل ثلاث أواق، و من دهن الخل أوقيتان، و يستعمل، فإنه يقيء قيئا شديدا.

الصرع: إسحاق بن عمران: إن أخذ منه، و جعل في قدر، مع ثلاثين رطلا من الشراب، و طبخ حتي يذهب ربعه، ثم يسقي المصروع منه، كل يوم عشرة دراهم، نفع من الصرع.

انقطاع الحمل: يسقي منه المرأة التي قد حملت مرة، ثم انقطع الحمل ثلاثة أيام متوالية، فينفعها و علامة انتفاعها به: أن تتقيأ.

الجماع و ادرار البول: يصفى اللون، و يحرك إلي الجماع، و يسمن، و يدر الطمث و البول بقوة.

العشق: ابن واقد: ينفع أصحاب العشق بإسكاره، و تنويمه لهم.

عرق النسا: إذا استنف منه وزن مثقال و نصف، غير مسحوق، اثنتي عشرة ليلة، شفي وجع عرق النسا، مجرب.

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: غسل الرأس بالخطمي أمان من الصداع، وبراءة من الفقر، و طهور للرأس من الحزازة(1).

قال الصادق عليه السلام: غسل الرأس بالخطمي في كل جمعة أمان من البرص والجنون(2).

ص:134

---

1- (1) بحار الأنوار ج 73 ص 86 ح 1.

2- (2) بحار الأنوار ج 73 ص 86 ح 2.

### الوصف النباتي:

نبات عشبي محول إلي معمر، سريع النمو، يصل ارتفاعه حتي 3 م، ساقه قائمة متفرعة، مكسوة بشعيرات خشنة، أوراقه متناوبة مستديرة كفية حوافها مسننة، النورة عنقودية ثلاثية الأزهار تخرج من أباط الأوراق، يزهر بين شهري حزيران و أيلول أزهارا بنفسجية أو وردية وغالبا ما تكون بيضاء في أصناف A.Officinalis، و الثمار منسقة. و يستعمل منها للأغراض الطبية تويجات الأزهار المجففة.

### التركيب الكيميائي:

تحتوي أزهار الختمية علي مواد لعابية بنسبة عالية تصل إلي 35% و نشا و سكريات خماسية و سداسية و مواد بكتينية و تانينات و آثار من زيت عطري طيار بالإضافة لاحتوائها علي مالفاسين Malvacine و اسباراجين Asparagine و هيبيسين Hibisine و مالفادين Malvadine و مالفيدول Malvidol و مالفين Malvine .

### الاستعمال الطبي:

أ - خارجيا: يستعمل مغلي الختمية بشكل كمادات لعلاج التهابات الجلدية و في حالة توزيع الأصابع و تثليج أصابع القدمين أو اليدين باللبخات الفاترة أو الساخنة. و تستعمل في حمامات الأطفال لعلاج الحروق لتطرية الجلد نظرا لاحتوائها علي المواد اللعابية كمواد عطرية و ملطفة.

ب - داخليا: يستعمل مغلي الأزهار في المداواة المثلية و التهابات المثانة و في حالات القرحة المعدية و الاثني عشر كما يفيد المغلي أيضا في حالات التهاب الكلي و الجهاز الهضمي و ذلك بغلي 2-3 ملاعق صغيرة من الأزهار الجافة في كأس من الماء ثم تصفي و تحلي بالسكر أو العسل و تشرب ساخنة علي دفعتين في الصباح و في المساء. و تستعمل مركبة مع باقي الأعشاب الصدرية تحت إسم الزهورات لعلاج أمراض السعال و السعال الديكي و في حالة الإصابة بالنزلات الشعبية الرئوية و الربو و تفيد أيضا كملين خفيف و لتسكين آلام المغص و حرقة البول.

\* يستعمل مغلي أوراق الأزهار كشراب لعلاج السعال لدي الأطفال، و النزلات الشعبية، وآلام المعدة و الأمعاء، و حرقان البول، و يجهز المغلي بغلي (2-3) ملاعق صغيرة من الأوراق المجففة في فنجان واحد من الماء، و لبضع دقائق فقط، ثم يصفى و يشرب المغلي ساخنا (1-2) فنجان في اليوم.

\* يستعمل المغلي لعلاج التهابات اللوزتين و الفم.

\* يستعمل مغلي ملعقة صغيرة من الأزهار في فنجان من الماء كغسول و لبخة لعلاج الرمذ و الجروح.

\* لعمل حمام مهلبلي، يغلي مقدار قبضة من جذور الخطمي المقطعة في لتر من الماء لمدة نصف دقيقة.

### الخطمي في الطب القديم

تسكين الوجع: هذا النبات يحلل و يرخي و يمنع من حدوث الأورام و يسكن الوجع و ينضج الجراحات العسرة الاندمال و النضج و أصله أيضا و بزره يفعلان ما يفعل ورقه و قضبانه ما دام طريا.

تفتيت الحصاة: بزره يفتت الحصاة المتولدة في الكليتين.

قروح الأمعاء: الماء الذي يطبخ فيه الخطمي ينفع من قروح الأمعاء و من نفث الدم و من استطلاق البطن.

الأورام الظاهرة: إذا طبخ هذا النبات بالشراب الذي يقال له مالقراطن أو بالشراب أو دق وحده و لم يطبخ كان صالحا للجراحات و الأورام الظاهرة في أصل الآذان و الخنازير و الديلات و الثدي الوارمة و رما حارا و المقعدة الوارمة و رما حارا أيضا و هشم الرأس و الورم و النفخ، و يمدد الأعصاب لأنه يحلل و ينضج و يفجر الأورام و يدمل. و ورقه إذا طبخ و عرك بالسمن أنضج الأورام الحارة.

ورم الرحم: إذا طبخ بالشراب الذي يقال له مالقراطن أو بالشراب و دق مع شحم الأوز و صمغ البطم و احتمل كان صالحا للورم العارض في الرحم و انضمامها و طبيخه يفعل ذلك أيضا وحده و ينقي الفضول من النفساء.

كثرة الأمراض: أصله إذا طبخ بالشراب و شرب نفع من عسر البول و الحصا و الفضول الفجة

الغليظة و عرق النسا و قرحة الأمعاء و الارتعاش و شدخ أوساط العضل.

وجع الأسنان: إذا طبخ بالخل و تمضمض به سكن وجع الأسنان.

البهق: بزره طريا كان أو يابسا إذا سحق و خلط بالخل و تلطخ به في الشمس قلع البهق.

مضرة ذوات السموم: إن خلط بالزيت و الخل و تلطخ به منع من مضرة ذوات السموم.

نهش الهوام: قد يتضمد بورقه و قد خلط به شيء يسير من الزيت لنهش الهوام و لحرق النار.

نفخة الأجفان: ابن سينا: يحلل التهيج و النفخة التي تكون في الأجفان.

السعال الحار: نافع من السعال الحار و يسهل النفث. و إذا استخرج لعابه بالماء الحار و سقي بالفانيد و السكر نفع من السعال الحار السبب.

ضمادات الجنب و الرئة: ورقه ينفع في ضمادات الجنب و الرئة.

تليين الأعضاء الصلبة: لحاء أصله إذا طبخ بالماء لين الأعضاء الصلبة و المفاصل المتحجرة.

المقعدين: الشريف: لعابه إذا استخرج بالماء الحار ينفع المقعدين و العقم من النساء.

قرحة الأمعاء: من الملوخية البري صنف له ورق مشقق شبيه بورق النبات الذي يقال له أنار ايوطاتي و له ثلاثة قضبان أو أربعة عليها قشر شبيه بقشر شجر العنب و زهر صغار شبيه بشكل الورد و أصول بيض عريضة خمسة أو ستة طولها نحو من ذراع إذا شربت بشراب أو بماء أبرأت قرحة الأمعاء و شدخ أوساط العضل.

تنقية الرأس و اللحي: إسحاق بن عمران: إذا يبس ورق الخطيمي و دق و غسل به الرأس و اللحي نقاها و غسلها.

أورام المذاكير: ابن الجزار: إن أخذ من دقيق نوي التمر جزءان و من بزر الخطمي جزء مسحوق يعجن الجميع بخل و يضمده به الأورام المتولدة في المذاكير الذي يقال إنها قد أعيت الأطباء و المعالجين حللها، مجرب.

عن الصادق عليه السلام قال: ما من أحد إلا وفيه عرق من الجذام فكلوا الشلجم في زمانه يذهب به عنكم (1).

وعنه عليه السلام قال: عليكم بالشلجم فكلوه و أديموا أكله و اكنتموه إلا عن أهله فإنه ما من أحد إلا و به عرق الجذام فأذيبوه بأكله (2).

ص: 138

---

1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 237 ح 7.

2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 196 ح 2، باب 116.

## الشلجم (اللفت) في الطب الحديث

وقد أقر الطب الشعبي، منذ وقت طويل، بأن لفت مزايا مسكنة، و ملطفة، و مفيدة للصدر.

أما الحساء النافع للصدر الذي يقوم أساسا علي اللفت، و حشيشة الرئة، و الملفوف الأحمر و الحرف، و رنة العجل، فقد كان مشهورا بأنه يشفي من السل الرئوي. و يستعمل اللفت، كذلك، لعلاج كل أمراض الصدر، و التهاب القناة التنفسية المزمن، و الربو، و السعال الديكي.

إلا أن مزايا اللفت لا تقف عند هذا الحد. فهو غني بالفيتامينات و المواد الضرورية لعمل الأجسام الحية؛ و هو يغني الدم فيجدر إدخاله في النظام الغذائي للناقهين، و الواهنين، و الرياضيين.

و في مجال الاستعمال الخارجي، فإن لب اللفت المشوي فعال في علاج التشققات الجلدية الناتجة من البرد، و آلام النقرس، و آلام أعصاب الأسنان، و احتقان النهدين باللبن.

كان القدماء ياكلون اللفت مشويا كالبطاطا... و ذكر أن (ديوسقوريدس) أمر مرضاه أن يستحموا بماء اللفت... و أن القابلات في العصور القديمة كنّ يضعن كمادات من اللفت علي أثناء المرضعات المتورمة لإدرار الحليب.

## في الطب الشعبي الحديث:

\* وصف الطب الحديث اللفت بأنه: مجدد لنشاط الجسم، مطهر، مدر، للبول، مرطب، نافع للصدر، ملين، مزيل للتعب، مفتت للحصي، مهديء للسعال، نافع للنزلات الصدرية، و مضاد للسمنة.

و يستعمل لذلك منقوع اللفت في الماء أو الحليب... (100 جرام لكل لتر من الماء أو الحليب) و يشرب.

\* لتفتيت الحصي: يشرب مغلي 6 جرامات من بذور اللفت مع زهر الزيزفون... و يفيد هذا المشروب أيضا في علاج أمراض البرد و السعال.

\* أكل اللفت نيئا يفيد في حالات حب الشباب و الإكزيما.

\* تستعمل غرغرة اللفت في علاج الخناق... و تجهز الغرغرة بسلق لفتة كبيرة بعد تقطيعها في نصف لتر من الماء.

\* لمعالجة تشقق الأيدي والأرجل نتيجة البرد: تطبخ لفظة بقشرها، وتقطع نصفين، ويفرك بها المكان المشقق وتعصر عليه... ويفعل هذا بالخراجات.

ولأن اللفت متوسط الهضم، فهو لا يناسب ذوي الأمعاء والمعد الضعيفة... وعلي ذوي الأمعاء السليمة أن يتناولوا منه بكثرة بشرط أن يكون طازجا غير مسن، لأن المسن منه صعب الهضم.

والأفضل طبخه حتى لا يولد أرياحا كثيرة... وينصح الأشخاص البدينون بتناوله بسبب قلة غذائه، وكذا الأشخاص المعرضون للإصابة بأمراض جلدية بسبب غناه بالكبريت.

ويمنع عن مرضي السكر، وضعف الكبد والمعدة والأمعاء.

### اللفت (الشلجم) في الطب القديم

تهيج شهوة الجماع: بزر هذا النبات يهيج شهوة الجماع وكذلك إذا شرب. وأصله يزيد في المنى. وأصله إذا طبخ وأكل كان مغذيا مولدا للرياح مولدا للحم الرخو محركا لشهوة الجماع.

الشقاق: طبيخه يصب علي النقرس والشقاق العارض من البرد فينفع منها. وإذا تضمد به أيضا فعل ذلك. وإذا أخذت شلجمة وجوفت و أذبت في تجوفها موما بدهن ورد علي رماد حار كان نافعا من الشقاق المتفرح العارض من البرد.

إدرار البول: قلوب ورقه تؤكل مطبوخة فتدر البول.

الطحال وعسر البول: إذا أخذ عرق من عروق الشلجم التي تمتد في الأرض فسحق سحقا جيدا رطبا كان أو يابساً و خلط بعسل ولعقه من يشتهي طحاله أو من به عسر البول نفعه و شفاه.



عن أبي عبد الله عليه السلام، قال: أكل الباقلا، يمشخ الساقين(1)، ويزيد في الدماغ، ويولد الدم الطري(2).

عن صالح بن عقبة، قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: كلوا الباقلا بقشره، فإنه يدبغ المعدة(3).

ص: 141

---

1- (1) الظاهر أنّ المراد أنه يكثر مخ الساق، فيصير سببا لقوتها.

2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 129، ح 1، باب 69.

3- (3) وسائل الشيعة ج 25 ص 130 ح 3.

## القول (الباقلا) في الطب الحديث

قد اشتهر الفول، دائما، بأنه مدر للبول. وقد كان الطب الشعبي، منذ قرون، يستعمل الرماد المتخلف عن احتراق سيقان الفول وقرونه، باعتباره مدرا للبول، و مسكنا لآلام المجاري البولية. وقد أوصي الأطباء بنقع أزهار الفول في ماء مغلي، لتوه، لعلاج الروماتيزم، و التهابات الحوصلة و الكلية.

و تستعمل أزهار الفول مهدئة للآلام، و لعلاج المغص الكلوي، و إصابات الكليتين الحادة، و الحصاة، و التهابات الحويصلات و البروستات. إلا أن القرون نافعة، كذلك، و قد نصح بعض الأطباء باستعمالها لعلاج البول الزلالي. كما أن لب الفول الأخضر إذا غلي و شرب يفيد المصابين بالرمل و الحصي، و التهاب الصفراء، و الكليتين، و المثانة.

و نصح الأطباء ذوي المعد الضعيفة و المصابين بعسر الهضم بالامتناع عن تناول الفول.

## القول في الطب القديم

قرحة الأمعاء: قوم من الأطباء يطبخون الباقل و يطعمون من به قرحة الأمعاء و من به استطلاق البطن أوقيء.

قروح العصب: قال جالينوس: قد استعملته مرارا كثيرة في أصحاب النقرس بعد أن طبخته بالماء و خلطت معه شحم الخنزير. و استعملته في مداواة الفسوخ و القروح الحادثة في العصب بعد أن طبخت دقيقة بالخل و العسل و وضعته عليهما، و وضعت أيضا دقيقه علي الأعصاب التي و رمت بسبب ضربة أصابتها مع دقيق الشعير.

للتضميد: ضماد نافع بليغ لمن به ورم حار في الأنتيين أو في الثديين، و ذلك أن هذه الأعضاء تستريح إلي الأشياء المبردة باعتدال إذا هي تورمت بسبب ضربة أصابتها مع دقيق الشعير، و لا سيما إن كان ورم الثديين حدث من قبل لبن تجبن فيه فإن هذا الضماد يقلع اللبن. و كذلك إذا طبخ مع ورق النعنع.

إذا ضمدت العانة من الصبيان بدقيق الباقل أقاموا مدة طويلة لا ينبت لهم فيها شعر.

الإسهال المزمن: إذا طبخ بالخل و الماء و أكل بقشره قطع الإسهال العارض من قرحة الأمعاء و الإسهال المزمن الذي ليس معه قروح و القيء.

مسكن الورم: إذا طبخ و تضمده به وحده أو مع السويق سكن الورم الحار العارض من ضربة، و نفع من أورام الثدي الذي ينعقد فيها اللبن، و قطع إدرار البول.

أورام الأذن والعين: إذا خلط بدقيق الحلبة وعسل حَلَل الدماميل والأورام العارضة في أصول الأذان وما يعرض تحت العين من كمودة لون الموضع ويسمي باليونانية أربوقيا. وإذا عجن بشراب وافق من اتساع ثقب الحدقة أعني الذي يقال له سيحس وأورام العين الحارة.

نتوء الحدقة: إذا خلط بالورد والكندر وبياض البيض نفع من نتوء الحدقة خاصة و من نتوء العين جملة.

فضول العين: قد يقشر ويمضغ ويوضع علي الجبين لقطع سيلان الفضول الحارة إلي العين.

و كذلك إذا سحق له سحقا ناعما بليغا و اكتحل به.

ورم الخصاء: إذا طبخ بالشراب أبرأ من ورم الخصاء.

إبطاء الإحتلام: إذا ضمدت به عانات الصبيات أطأ بهم عن الإحتلام و يجلو من علي الوجه البهق.

منبت الشعر: إذا ضمد بقشره المواضع التي ينتف منها الشعر كان الشعر النابت فيها دقيقا ضعيفا.

محلل الخنازير: إذا خلط بدقيق الباقلا السويق و شت يمان و زيت عتيق و تضمد به لحلل الخنازير.

تليين الحلق: يلين الحلق إذا شرب ماؤه و أكل بغير ملح.

منع تولد الحصا: ماء الباقلا ينقي الصدر و يلينه و يمنع تولد الحصا في الكلي و المثانة.

مفتح السدد: جرم الباقلا يفتح السدد و يخرج الفضل من الصدر و يمنع النوازل الرقيقة التي تنزل من الرأس، الذي يكون منها السعال المقلق بالليل من النزلات.

نزلات الصدر و الرئة: ابن سينا: لحم الباقلا ينفع من النزلات التي تكون في الصدر و الرئة.

بزاق الصدر: بولس: لحم الباقلا ينفع من البزاق الذي يكون من الصدر و من الرئة.

جساء الأجنان: إذا خلط به شيء من ردىس البقر و هو الحجر الموجود في مرارة البقر نفع من جساء الأجنان و حمرتها، جزء منه و ربع جزء من الردىس المذكور.

الأورام الحارة: ينضج الأورام الحارة حيث كانت تضميدا به مع رب العنب.

مقوي الإنعاظ: الأخضر منه إذا أكل بالزنجبيل قوي الإنعاظ.

حرق النار: ورقه و قشره الأخضر ينفعان من حرق النار حين وقوعه.

سئل أبو عبد الله عليه السلام عن الكراث، فقال: كله، فإن فيه أربع خصال: يطيب النكهة، ويطرد الرياح، ويقطع البواسير، وهو أمان من الجذام لمن أدمن عليه(1).

ص:144

---

1- (1) وسائل الشيعة ج 25 ص 189، ح 2.

## في الطب الشعبي الحديث:

\* وصف الكراث بأنه منشط للجسم، يساعد علي بناء الأنسجة الحية، يفيد المصابين بالربو والسعال، والإمساك، ولا سيما إذا فرم وأكل نيئا.

\* وهو يربط الالتهابات البدنية، ويلين الشرايين المتصلبة، ويقوي الأعصاب، ويفيد في حالات الصرع، والتهاب المفاصل، وأمراض المسالك البولية... وهو مدر للبول، مفيد للبدناء.

\* كما أن عصيره يستعمل ظاهريا مع الحليب أو مصبل الحليب كغسول للوجه لإزالة البقع و الطفح الجلدي... وعصيره مع لب القمح و سكر قليل، يستعمل لبخات علي الخراجات و الدمامل لإنضاجها و فتحها.

\* ولمعالجة حصر البول و التهاب المثانة: توضع كمادة حارة من كراث مسلوق مهروس و مغطي بزيت الزيتون علي أسفل البطن.

\* لإزالة الأثقان من الأرجل و الأيدي: تنقع أوراق الكراث في الخل لمدة 24 ساعة، و تدهن الأجزاء المصابة بالمنقوع قبل النوم، و في الصباح يجرب قلع الأثقان، و يعاد العلاج إذا لم ينجح.

\* مغلي أوراق الكراث ينفع مطهرا و معقما للجروح، و يسرع في شفائها.

\* لإزالة آلام لدغ الحشرات: يفرك المكان برأس الكراث.

\* هذا، و الكراث مفيد جدا للصحة بسبب غناه بفيتامينات (أ)، (ب)، (ج)... و هو مفيد للسمنة، و التهابات المفاصل، و أمراض البول و الأمعاء.

وقد أثبتت التحاليل الحديثة أن الكراث يحتوي علي حوالي 92% ماء، و به أيضا: بروتين، و كالسيوم، و فوسفور، و بوتاسيوم، و منجنيز، و حديد، و كبريت، و نسبة قليلة من الزيت.

## الكراث في الطب القديم

تهيج الباه و الإنعاض: الرازي في دفع مضار الأغذية: الكراث الشامي هو القفلوط يسخن و ينفخ و يهيج الباه و الإنعاض.

تليين البطن: المخمل منه قريب من الكراث يلين البطن ويفتح سدد الكبد و الطحال.

القولنج: ابن ماسه: خاصة أصله النفع من القولنج.

البواسير الباردة: إذا أكل الكراث أو شرب طبيخه نفع من البواسير الباردة.

رطوبة الرحم: ورق الكراث الشامي خاصته النفع للرحم التي فيها رطوبة يزلق الولد.

تسكين الجشأ الحامض: أبراط: يسكن الجشأ الحامض و ينبغي أن يؤكل آخر الطعام.

قطع الدم: الكراث النبطي ماؤه إذا خلط بالخل و دقاق الكندر قطع الدم و خاصة الرعاف.

تحريك شهوة الجماع: يحرك شهوة الجماع.

وجع الصدر وقرحة الرئة: إذا خلط بالعسل و لعق كان صالحا لكل وجع يعرض في الصدر وقرحة الرئة. و إذا أكل نقي قصبه الرئة.

نهش الهوام: ماؤه إذا خلط بماء القراطن نفع من نهش الهوام. و إذا تضمد بالكراث أيضا فعل ذلك.

وجع الأذن: ماؤه إذا خلط بالخل و الكندر و اللبن أو دهن الورد و قطر في الأذن نفع من وجعها و من الدويّ العارض لها.

قطع الثآليل: إذا تضمد به مع السماق قطع الثآليل التي يقال لها أنصفون و يبرئ الشري.

قلع خبث القروح: إذا تضمد به مع الملح قلع خبث القروح.

قطع نفث دم الصدر: إذا شرب من بزره وزن در خميين مع مثله من حب الآس قطع نفث الدم من الصدر و نفعه.

البواسير العارضة من الرطوبة: ابن ماسويه: الكراث النبطي إن سلق و طحن و أكل و ضمده به البواسير العارضة من الرطوبة نفع منها.

السدد العارضة في الكبد: ينفع من السدد العارضة في الكبد المتولدة من البلغم.

فتق شهوة الطعام: الرازي: مفتق لشهوة الطعام معين علي استكثار الباه.

سدد الكبد و الطحال: اسحق بن عمران: نافع من سدد الكبد و الطحال إذا وجد في المعدة أو المعى بلغما أساله و ألان الطبيعة و إذا وجد

فيها مرة عقلها.

لسعة الأفعى: إذا دق وعمل منه ضماد وضمده به علي لسعة الأفعى نفع منها.

البواسير: ماسحويه: إذا دخنت المعدة ببزر الكراث أذهب البواسير.

ديدان الأضراس: ابن ماسويه: إن سحق وعجن بقطران وبخرت به الأضراس التي فيها ديدان نثرها وأخرجها وسكن الوجع العارض فيها.

البواسير: إن قلي مع الحرف نفع من البواسير وعقل الطبيعة وحلل الرياح التي في الأمعاء.

بليناس في كتاب الطبيعيات: من أحب أن يجمع ولا يؤذيه فليشرب من بزر الكراث مع شراب.

نهش الهوام: كراث الكرمة إذا أكل وافق نهش الهوام.

البواسير: نوع من الكراث يسمى السلابس خاصة خاصيته أنه ينفع من البواسير إذا أكل أو اعتصر ماؤه فيجر منه مع عسل أو سكر أو استفت من بزره مدقوقا مع السكر كل يوم وزن درهم.

سيلان الدم من السفلى: إن أخذ دقاق الكندر فسحق و خلط بماء الكراث وسقي منه عشرة دراهم نفع من سيلان الدم من السفلى. ويقطع الرعاف إذا شربت منه فتيلة وأصقت بالأنف.

الدوي في الأذنين: إذا قطر ماؤه مع الكندر نفع من الدوي في الأذنين ويحرك شهوة الجماع ويرى أحلاما رديئة ويلين البطن.

القولنج: ابن سينا: طبخ أصول الكراث النبطي أسفندياجه بدهن اللوز وشيرج نافع من القولنج وعصارتة يابسة تسهل الدم.

### إشارة

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: الحوك بقلة الأنبياء عليهم السلام أما إن فيه ثمان خصال: يمرىء الطعام، ويفتح السدد، ويطيب النكهة، ويشهي الطعام، ويسهل الدم، وهو أمان من الجذام، وإذا استقر في جوف الإنسان قمع الداء كله (1).

### بزر قطونا

عن الصادق عليه السلام قال: من حم فشرب تلك الليلة وزن درهمين بزر القطونا أو ثلاثة أمن من البرسام في تلك العلة (2).

ص: 148

---

1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 215.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 220 ح 1.



## الحوك (الباذروج) في الطب القديم

### شرح الماهية:

هو الحوك، ريحان معروف.

### خواص العلاجات:

محلل و منضج: ينفع للتحليل و الإنضاج.

الأورام الحارة: إذا تضمد به مع السويق و دهن الورد و الخل نفع من الأورام الحارة.

لسعة العقرب: إذا تضمد به و حده نفع من لسعة العقرب و التنين البحري. و أهل البلاد التي يقال لها لينوي يزعمون إن أكله أحد ثم لسعته عقرب لم تؤلمه لسعتها.

رطوبة العين: ماؤه يجلو البصر و يجفف الرطوبات السائلة إلي العين.

المرارة السوداء: بزره إذا شرب وافق من يتولد في بدنه المرارة السوداء و الصرع و من به عسر البول و النفخ.

العطاس: إذا استنشق أحدث عطاسا كثيرا. و الباذروج أيضا يفعل ذلك و ينبغي أن تغمض العين تغميضا شديدا في الوقت الذي يعرض فيه العطاس.

الإغماء: جيد لفم المعدة و القلب و الخفقان و هو نافع من الغشي.

للرعاف: عصارته قطورا نافعة للرعاف و لا سيما بخلّ خمر و كافور فتيلة. و ماؤه جيد لنفث الدم.

سوء النفس: أسكرجة من مائه تنفع من سوء النفس.

لسع الزنابير: يوضع علي لسع الزنابير فينفعها.

سلامة الأسنان: الشريف: إذا مضغه الإنسان مضغا متتابعاً في وقت نزول الشمس برج الحمل سلمت أسنانه و لم توجهه أبدا في تلك السنة البتة.

وجع الأذن: إن مضغ غصنه و دس في الأذن الوجعة سكن وجعها.

### شرح الماهية:

هو الأسفيوس بالفارسية وفسليون باليونانية، و تأويله: البرغوثي.

ديسقوريدس: نبات له ورق شبيه بورق قوربون، عليه زغب وقضبان طولها نحو شبر، و ابتداء جمته من وسط الساق و في أعلاه رأسان أو ثلاثة، مستديرة فيها بزر شبيه بالبراغيث، أسود، صلب - وهو المستعمل - و ينبت في الأرضين المحروثة.

### خواص العلاجات:

وجع المفاصل: إذا تضمد به مع الخل و دهن الورد و الماء نفع من وجع المفاصل و الأورام الظاهرة في أصول الأذان و الخراجات و الأورام البلغمية و التواء العصب.

قيل الصبيان: إذا ضمدت به قيل الأمعاء العارضة للصبيان و السرر الناتئة أبرأها و إذا احتيج أن يتخذ منه هذا الضمد أعني «الذي لقييل الصبيان و سررهم»، فينبغي أن يؤخذ مقدار أكسويافن و يسحق و ينخل و ينقع في قوطولين من ماء و إذا جمد الماء ضمدت به و هو يبرد تبريدا قويا.

ابن ماسويه: أجوده الكثير الخصب الذي يرسب في الماء.

الحرارة و العطش: إسحاق بن عمران: يبرد الحرارة و يلين الخشونة و يطفيء العطش.

ترطيب الأمعاء: إذا ضرب في الماء حتي يرخي لعابه و شرب أطلق الطبيعة و رطب الأمعاء و ذهب باليس الحادث فيها من أسباب الصفراء.

حرارة الدماغ: لخاصته إذا مزج مع دهن البنفسج بّد حرارة الدماغ و لين الشعر و رطبه و منع من تشققه و ذهب بتقصيفه و طوله و يفعل ذلك أياما تباعا.

فوران الدم: حبيش: إن سقي منه قليلا نفع من لهيب المرة الصفراء و فوران الدم الحادّ و الحميات الحادة الحريفة.

المبرسمين: إن سقي لعابه المبرسمين نفعهم و سكن عطشهم.

تسهيل الطبيعة: يسهل الطبيعة إذا سقي نيئا غير مقلو فيشرب منه وزن درهمين منقعا بالماء الحار حتي تخرج لزوجته، و يشرب كذلك مع السكر الأبيض و الجلاب أو السكنجيين.

الصداع و العطش: الشيخ الرئيس: يسكن الصداع ضمادا و يقطع العطش الشديد لعابه مع دهن اللوز.

العطش الصفراوي: يقطع العطش الصفراوي.

السحج: و المقلو منه ملتوتا بدهن الورد قابض و يشرب منه وزن در همين فيعقل البطن و ينفع من السحج و خصوصا للصبيان.

كثرة الأمراض: أهرز القس: يسكن البلغم و المغص و الزحير و الصداع و يلين الخشونة التي تكون في الفرج و الأمعاء.

مداواة السموم: ديسقوريدس: في مداواة السموم و إذا شرب البزر قطونا عرض منه البرد في جميع البدن مع خدر و استرخاء و غثيان النفس و ينتفع شاربه بما ينتفع به من شرب الكزبرة الرطبة.

حبيش بن الحسن: من أضرب به البزر قطونا المدقوقة فاسقه العسل بالماء الحار و ماء الشبث و قيئه.

عن عبد الرحمن بن كثير، قال: مرضت بالمدينة، فانطلق بطني، فقال لي أبو عبد الله عليه السلام وأمرني أن آخذ سويق الجوارس، وأشربه بماء الكمون، ففعلت، فأمسك بطني، و عوفيت (2).

اللبان

قال عليه السلام: ثلاثة يزدن في الحفظ و يذهبن بالبلغم: قراءة القرآن، و العسل، و اللبان (3).

ص: 152

---

1- (1) الجوارس: من الحبوب كالحنطة و الشعير (القاموس المحيط 2: 204).

2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 131 ح 2، باب 71.

3- (3) بحار الأنوار ج 63 ص 444 ح 6.

### اشارة

ابن واقد: هو عند جميع الأطباء صنف من الدخن صغير الحب شديد القبض أغبر اللون، و هو عند جميع الرواة الدخن نفسه، غير أن أبا حنيفة الدينوري خاصة من بينهم قد قال: إن الدخن جنسان أحدهما زلال وقاص والآخر أجرش، قال: و الجوارس فارسي و الدخن عربي.

### خواص العلاجات:

للتكميد: متي تعالج به الإنسان من خارج، بأن يجعل في كيس أو صرة، و يكمد به نفع غاية في المنفعة، لمن يحتاج إلي تكميد يجفف من غير أن يلذع.

تعقيل البطن: إذا عمل منه خبز و هيمئ منه ما يشبه الحشيشة، عقل البطن و أدر البول.

المغص: إذا قلبي و تكمد به حارا، نفع من المغص، و غيره من الأوجاع.

«اللبان عبارة عن مواد صمغية وراتنجية، يستخرج من الأشجار بعمل شقوق في الجذع، فتخرج هذه المادة التي تكون في بادئ الأمر بيضاء اللون تميل إلى الأصفر الخفيف، مطاطة القوام، وعند تركها تجف وتصبح شديدة الصلابة، ويتغير لونها إلى الأصفر الغامق. يحتوي اللبان على مواد راتنجية بنسبة 60-70%، و مواد صمغية بنسبة 27-35%، بالإضافة إلى الزيوت الطيارة بنسبة 7,5%، وهي صفراء اللون وذات رائحة بلسمية عطرية. أما الرمد الناتج من حرق اللبان فيحتوي على كربونات و كبريتات البوتاسيوم، و كربونات الكالسيوم، و أملاح الفوسفور.

وقد جاء في دائرة المعارف البريطانية (المجلد 282/4 الطبعة 15 لعام 1982) عن اللبان ما يلي:

اللبان (Frankincense)(olibanum): مادة صمغية ذكية الرائحة بها زيوت طيارة كان يقدرها القدماء، و يستخدمونها في طقوسهم الدينية و في أدويتهم. وقد استخدمها علي نطاق واسع الفراعنة، و انتقل منهم إلى المعابد اليهودية و هو مذكور عدة مرات في أسفار التوراة الخمسة عدة مرات. وقد ذكره المؤرخ الطبيعي الروماني بليني الأكبر في القرن الأول بعد الميلاد و وصف خصائصه و منها أنه يستخدم كدواء مضاد للتسمم بالشوكران (الشيكرا hemlok) التي تحتوي علي الهايوسيمين و الأتروبين).

و يستخرج اللبان من شجرة من فصيلة Bos Wellia عائلة Burseraceae، و فيه ثلاثة أنواع تستخدم لاستخراج اللبان و هي: B. carteri, B. bhaw-dajiana, B. Frereanea .

و توجد هذه في حضرموت و الصومال. و يستخرج اللبان منها بإيجاد شقوق في جذعها (بفؤوس صغيرة) فيسيل منها سائل لبني سرعان ما يجف و يتجمد و يصبح علي شكل أقراص غير منتظمة أو حبات مستديرة أو علي شكل كمثري، لونه أصفر صفرة خفيفة أو إلى خضرة خفيفة و مغطاة بمسحوق خفيف من اللبان نفسه. و كلما كان النوع أصفي و أرق كان اللون أرق و أكثر شفافية.

و من خواص هذا الراتنج أنه منبه و مدر للطمث و نافع في التهابات الحنجرة و الشعب. و هو يدخل في تركيب كثير من الضمادات (اللزقات Plasters) و مساحيق التبخير ضد العدوي (Powders)

(Fumigating)، و يستخدم في البلاد الشرقية في البخور و في عمل بعض المحاليل العطرية، و يزيل الرائحة الكريهة في الفم و يسكن آلام الأسنان.

### شرح الماهية:

ابن سميحون: الكندر بالفارسية هو اللبان بالعربية.

الأصمعي: ثلاثة أشياء لا تكون إلا باليمن وقد ملأت الأرض الورد واللبان والعصب (يعني برود اليمن).

أبو حنيفة: أخبرني أعرابي من أهل عمان، وقال: اللبان لا يكون إلا بالشجر، شجر عمان، وهي شجرة مشوكة لا تسمى أكثر من ذراعين ولا تنبت إلا بالجبال، ليس في السهل منها شيء، وله ورق مثل ورق الآس وثمر مثل ثمره، له مرارة في الفم، وعلقه الذي يمضغ - ويسمي الكندر - يظهر في أماكن منه، تعقر بالفؤوس وتترك فيظهر في آثار الفؤوس هذا اللبان فيجتني.

### خواص العلاجات:

ظلمة البصر: ديسقوريدوس: الكندر يقبض ويسخن ويجلو ظلمة البصر.

ملء القروح العتيقة: يملأ القروح العتيقة ويدملها ويلزق الجراحات الطرية بدملها ويقطع نرف الدم من أي موضع كان ونرف الدم من حجب الدماغ الذي يقال له سسوس وهو نوع من الرعاف ويسكنه.

منع القروح الخبيثة: يمنع القروح الخبيثة التي في المعدة وفي سائر الأعضاء من الانتشار إذا خلط بلبن وعمل منه فتيلة وجعلت فيها.

القوابي: إذا خلط بالخل والزيت ولطخ به في ابتداء الوجع الذي يقال له مرميقيا قلعه وقلع القوابي.

قروح إحراق النار والشقاق: إذا خلط بشحم البط أو شحم الخنزير أبرأ القروح العارضة من إحراق النار والشقاق العارض من البرد.

القروح الرطبة: إذا خلط بالنظرون وغسل به الرأس أبرأ القروح الرطبة.

حرق النار والداحس: إذا خلط بالعسل أبرأ حرق النار والداحس.

شدخ صدف الأذان: إذا خلط بالزفت أبرأ شدخ صدف الأذان.

أوجاع الأذن: إذا خلط بالخمير الحلو وقطر في الأذن نفع من سائر أوجاعها.

الأورام الحارة في الثدي: إذا خلط بالطين المسمي قيموليا ودهن الورد نفع الأورام الحارة العارضة في الثدي في النفاس.

نفث الدم: إذا شرب نفع من نفث الدم. وإذا شربه الأصحاء نفعهم وشجعهم.

حرق الدم والبلغم: أبو جريح: يحرق الدم والبلغم وينشف رطوبات الصدر ويقوي المعدة الضعيفة ويسخنها والكبد والمعوي إذا بردتا.

كثرة النسيان: إن أتق منه مثقال في ماء وشرب كل يوم نفع المبلغمين وزاد في الحفظ وجلا الدهن وذهب بكثرة النسيان غير أنه يحدث لشاربه إذا أكثر منه صداعا.

هضم الطعام وطرده الريح: الكندر يهضم الطعام ويطرد الريح.

دم العين المحتقن: حكيم بن حنين: قال جالينوس: إذا كحلت به العين التي فيها دم محتقن نفع من ذلك وحلله.

قذف الدم ونزفه: الدمشقي: ينفع من قذف الدم ونزفه ووجع المعدة واستطلاق البطن واختلاف الأعراض ويجلو القروح الكائنة في العينين.

حديث النفس: البصري: الكندر يأكل البلغم ويذهب بحديث النفس ويزيد في الدهن ويذكيه.

الحزازة: ماء نقيعه يغسل به الرأس وربما خلط بالنظرون فينتقي الحزازة ويجفف قروحه وقشوره.

تنقية المعدة: ينقي المعدة ويقويها ويشدها.

جذب الرطوبات والبلغم: المجوسي: الكندر إذا مضغ جذب الرطوبات والبلغم من الرأس.

أصحاب الزحير: إذا سقي أصحاب الزحير مع شيء من النانخواه نفعهم.

اعتقال اللسان: إسحاق بن عمران: إذا مضغ الكندر مع صعتر فارسي أو زيت الخل جلب البلغم وينفع من اعتقال اللسان.

البلادة والنسيان: ابن سينا في الأدوية القلبية: الكندر مقو للروح الذي في القلب والذي في الدماغ فهو لذلك نافع من البلادة والنسيان.

شدّ الأسنان واللثة: الكندر ينفع من السعال ومضغه يشدّ الأسنان واللثة ويصلحها.



داء الثعلب: دخانه إن أحرق مع الفطر أنبت الشعر في داء الثعلب.

نفث الدم: جالينوس: قشر الكندر يقبض قبضا بينا فهو لذلك يجفف تجفيفا بليغا حتي صار الأطباء يكثره استعماله في مداواة من ينفث الدم ومن معدته رخوة و من به قرحة الأمعاء وليس يقتصرون علي خلطه في الأضمة التي يداوي بها من خارج دون أن يلتوه أيضا في الأدوية التي ترد إلي داخل البدن.

نفث الدم: قشر الكندر إذا شرب كان أوفق من الكندر لمن ينفث الدم و للنساء اللواتي يسيل من أرحامهن رطوبات مزمنة إذا احتملته.

جلاء الآثار وقروح العين و أورامها: يصلح لجلاء الآثار وقروح العين و لعلاج قروحها التي يقال لها قيلولمالطا و أوساخ العين. إذا غلي كان صالحا لحكته. وقوة دخان الكندر مسكنة لأورام العين الحارة قاطعة لسيلان الرطوبة منها نافعة لقروحها منبته للحم في قروحها التي يقال لها قيلولمالطا مسكنة للورم العارض فيها المسمي سرطانا.

نزف الدم وقروح الأمعاء: الدمشقي: قشور الكندر تنفع من نزف الدم وقروح الأمعاء.

حبس البطن و تجفيف القروح: إذا وضع كالمرهم يحبس البطن و يجفف القروح.

عن أبي عبد الله عليه السلام، قال: السويق ينبت اللحم، ويشد العظم(1).

وعنه عليه السلام قال: السويق يجرد المرة و البلغم من المعدة جرداً، ويدفع سبعين نوعاً من أنواع البلاء(2).

وقال عليه السلام: من شرب السويق أربعين صباحاً امتلاً كتفاه قوة(3).

وعنه عليه السلام قال: السويق يهضم الرؤوس(4).

وقال عليه السلام: اسقوا صبيانكم السويق في صغرهم، فإن ذلك ينبت اللحم، ويشد العظم، وقال: من شرب السويق أربعين صباحاً امتلاً كتفاه قوة(5).

وعنه عليه السلام قال: ثلاث راحات(6) سويق جاف علي الريق تنشف المرة و البلغم، حتي لا يكاد يدع شيئاً(7).

وعنه عليه السلام قال: السويق الجاف يذهب بالبياض(8).

ص: 158

- 1- (1) وسائل الشيعة ج 25 ص 14 ح 2، باب 4.
- 2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 15، ح 6.
- 3- (3) وسائل الشيعة ج 25 ص 15، ح 7.
- 4- (4) وسائل الشيعة ج 25 ص 15، ح 8.
- 5- (5) وسائل الشيعة ج 25 ص 16-17، ح 11.
- 6- (6) الراحة: قدر ما يملأ بطن الكف.
- 7- (7) وسائل الشيعة ج 25 ص 17، ح 1، باب 5.
- 8- (8) وسائل الشيعة ج 25 ص 18، ح 3.

عن عبد الله بن مسكان، قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: شرب السويق بالزيت ينبت اللحم، ويشد العظم، ويرق البشرة، ويزيد في الباه(1).

عن حماد بن عثمان، قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: إملاًوا جوف المحموم من السويق، يغسل ثلاث مرات، ثم يسقي(2).

### سويق الشعير

عن سيف التمار، قال: مرض بعض رفقاتنا بمكة فبرسم(3)، فدخلت علي أبي عبد الله عليه السلام فأعلمته فقال: اسقه سويق الشعير، فإنه يعافي إن شاء الله، وهو غذاء في جوف المريض، قال: فما سقيناه إلا يومين، أو قال: مرتين، حتي عوفي صاحبنا(4).

### سويق العدس

عن أبي عبد الله عليه السلام، أنه قال: سويق العدس يقطع العطش، ويقوي المعدة، وفيه شفاء من سبعين داء، ويطفيء الصفراء، ويبرد الجوف، وكان إذا سافر لا يفارقه، وكان إذا هاج الدم بأحد من حشمه يقول له: اشرب من سويق العدس، فإنه يسكن

ص:159

1- (1) وسائل الشيعة ج 25 ص 18، ح 5.

2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 19، ح 6.

3- (3) برسم: هذي في مرضه. (القاموس المحيط 4:79).

4- (4) وسائل الشيعة ج 25 ص 20 ح 1، باب 7.

هيجان الدم، ويطفيء الحرارة(1).

## سويق الأرز

عن جعفر بن محمد عليهما السلام، أن رجلا من أصحابه شكاه إليه اختلاف البطن، فأمره أن يتخذ من الأرز سويقا ويشربه، ففعل وعوفي،  
الخبير(2).

وعنه عليه السلام قال: السويق ينبت اللحم، ويشد العظم، وقال: المحموم يغسل له السويق ثلاث مرات ويعطاه، فإنه يذهب بالحمي، و  
ينشف المرة و البلغم، ويقوي الساقين(3).

وعنه عليه السلام قال: إن السويق الجاف إذا أخذ علي الريق، أطفأ الحرارة، وسكن المرة، وإذا لت ثم شرب، لم يفعل ذلك(4).

وعنه عليه السلام قال: أفضل سحوركم السويق و التمر(5).

## سويق التفاح

عن أبي بكير قال: رفعت فسل أبو عبد الله عليه السلام عن ذلك فقال: اسقوه سويق التفاح فسقيته فانقطع الرعاف(6).

ص: 160

- 1- (1) وسائل ج 25 ص 21، ح 1، باب 8.
- 2- (2) مستدرک الوسائل ج 16 ص 337 ح 3.
- 3- (3) مستدرک الوسائل ج 16 ص 337 ح 4.
- 4- (4) مستدرک الوسائل ج 16 ص 339 ح 2، باب 5.
- 5- (5) بحار الأنوار ج 63 ص 280، ح 21.
- 6- (6) بحار الأنوار ج 63 ص 281، ضمن حديث 25.

المحرورين و الملتهبين: منه سويق الحنطة و الشعير ينفعان المحرورين و الملتهبين إذا باكروا شربهما في الصيف و يمنعان كون الحميات و الأمراض الحارة و هذا من أجلّ منافعه و لا ينبغي لمن يشربه أن يأكل ذلك اليوم فاكهة رطبة و لا خيارا و لا بقولا و لا يكثر منها.

بلة المعدة: سويق الشعير فإنه إذا عجن بماء الرمانين أو سف به جفف بلة المعدة و نفع من السعي الصفراوي و من صداع الرأس المتولد عن أبخرة حارة و سكن الغثيان و قوي المعدة.

إخصاب أبدان الأطفال: إذا جعل سويق الشعير غذاء الأطفال بأن يطبخ منه حسوا عسيدة يا حدي الحلاوات وافقهم و أخصب أبدانهم و قطع عنهم ما يعترى الأطفال من الغثيان و الإطلاق.

السحج: متي عجن بشراب ورد و زبد طريّ نفع من السحج المقلق المكثّر الاختلاف من غير إطلاق.

عن جعفر بن محمد عليهما السّلام قال: الخل يسكن المرار ويحيي القلوب(1).

وقال عليه السّلام: نعم الأدام الخل، يكسر المرّة، ويحيي القلب، ويشد اللثة، ويقتل دواب البطن(2).

عن محمد بن علي الحلبي، قال: سألت أبا عبد الله عليه السّلام عن الطعام، فقال:

عليك بالخل و الزيت، فإنه مريء(3).

وقال عليه السّلام: الخل يشد العقل(4).

عن إسماعيل بن جابر، عن أبي عبد الله عليه السّلام، قال: إنا لنبدأ بالخل عندنا كما تبدأون بالملح عندكم، وإن الخل ليشد العقل(5).

وعنه عليه السّلام قال: الاضطباغ بالخل يقطع شهوة الزنا(6).

عن رفاعة، قال: سمعت أبا عبد الله عليه السّلام، يقول: الخل ينير (يسر) القلب(7).

ص: 162

---

1- (1) مستدرك الوسائل ج 16 ص 363، ح 5.

2- (2) مستدرك الوسائل ج 16 ص 364، ح 7.

3- (3) وسائل الشيعة ج 25 ص 87، ح 9.

4- (4) وسائل الشيعة ج 25 ص 88، ح 1، باب 44.

5- (5) وسائل الشيعة ج 25 ص 89، ح 5.

6- (6) وسائل الشيعة ج 25 ص 90، ح 7.

7- (7) وسائل الشيعة ج 25 ص 92، ح 21.

عن سدير، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: ذكر عنده خل الخمر فقال: يقتل دواب البطن ويشد الفم(1).

وقال عليه السلام أيضا: خل الخمر يشد اللثة، ويقتل دواب البطن، ويشد العقل(2).

وقال عليه السلام: عليك بخل خمر فاغتمس(3) فيه، فإنه لا يبقي في جوفك دابة إلا قتلها(4).

ص: 163

---

1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 302، ح 10.

2- (2) بحار الأنوار ج 63 ص 302، ح 11.

3- (3) الاغتماس الارتماس، وكأنه هنا كناية عن كثرة الشرب أو المعني غمس اللقمة فيه عند الائتدام به.

4- (4) بحار الأنوار ج 63 ص 302-303 ح 12.

قطع نرف الدم: صالح للمعدة يفتق الشهوة ويقطع نرف الدم من أي عضو كان إذا شرب، وإذا احتيج إلي الجلوس فيه.

فضول البطن: إذا طبخ مع الطعام، وافق البطن التي يسيل إليها الفضول.

القروح الخبيثة: إذا بل الصوف غير المغسول به أو الاسفنج أبرأ الجراحات أول ما يعرض و منع منها الأورام، وقد يرد الرحم و السرة إلي داخل إذا نتأ إلي خارج و يشد اللثة المسترخية و ينفع من القروح الخبيثة التي تنتشر في البدن و من الحمرة و النملة و الجرب المتقرح و القوابي و البواسير و الداحس إذا خلط ببعض الأدوية الموافقة لهذه الأمراض.

الآكلة: إذا غسلت به القروح الخبيثة و الآكلة غسلًا دائمًا منعها من الانتشار في اللبدن.

النقرس: إذا خلط به شيء من كبريت و صب و هو سخن علي النقرس نفع منه.

الأثر دون العين: إذا خلط بالعمس و لطح به الأثر العارض دون العين من اجتماع الدم تحت الجلد أذهب.

صداع حر الشمس: إذا شرب به و هو مخلوط بدهن الورد الصوف غير المغسول و الاسفنج و وضع علي من به صداع من حر الشمس نفع منه.

دوي الأذن و الطنين و الدود: بخاره إذا كان سخنا نفع من كان به استسقاء أو عسر السمع أو الدوي العارض في الأذن و الطنين العارض فيها. و إذا قطر في الأذان قتل الدود الذي فيها.

الحكة العارضة للبدن: إذا صب و هو سخن فاتر علي الورم الذي يقال له موخثلن أو شربت به الأسفنجة و وضع عليه ذهب به و سكن الحكة العارضة للبدن.

نهش الهوام: قد يصب و هو سخن علي نهش الهوام التي تبرد البدن بسمها فينتفع به. و قد يصب و هو بارد علي نهش الهوام التي تسخن البدن بسمها فينتفع به.

مضرة الأدوية القتالة: قد ينفع من مضرة الأدوية القتالة إذا شرب و هو سخن و يقبّيء و خاصة من مضرة الأفيون و السوكران و الدواء الذي يقال له أفوسطن و هو خائق النمر و من جمود اللبن و الدم الذي في البطن. و إذا شرب بالملح نفع من أكل الفطر القتال، و من شرب السم



الذي يقال له سملنفس.

السعال المزمن: إذا تحسني قلع العلق المتعلق بالحلق وسكن السعال المزمن و هييج غير المزمن.

عسر النفس: إذا تحسني وهو سخن وافق عسر النفس الذي يحتاج معه إلي الانتصاب.

الخناق و اللهة الساقطة و وجع الأسنان: وإذا تغرغر به قطع سيلان الفضول إلي الحلق و وافق الخناق و اللهة الساقطة و قلعهها و إذا تمضمض به سخنا نفع من وجع الأسنان.

حرق النار: يطفىء حرق النار أسرع من كل شيء.

المعدة الملتهبة: عيسي بن ماسه: جيد للمعدة الملتهبة و ينفع الطحال.

الحمرة المنتشرة: إن خلط بالطعام و أكل نفع من الحمرة المنتشرة المتولدة من الصفراء.

انفجار الدم من الرئة: خل الخمر إذا سقي صرفا فترا في أثر انفجار الدم من الرئة قطعه جملة.

قطع الدم المنبعث: إذا خلط بملح و أمسك في الفم قطع الدم المنبعث من قلع الضرس الصعب العسر الانقطاع منه.

حرقه و خشونة الملمس: الشريف: و إذا طبخ في الخل التين اليابس حتي ينضج و ضمده به من البدن المواضع التي يجد الإنسان فيها حرقه و خشونة الملمس نفع من ذلك و حيا.

بثر الفم: إذا ركب علي رطل منه أوقية من طبقات العنصل المنتشف في الظل و أغلي حتي تهري أو يشمس و يترك في الشمس، ثم يصفى و يشرب من هذا الخل في كل يوم علي الريق وزن درهمين نفع من بثر الفم الكائن عن الأحشاء.

عن الحكم بن مسكين، قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: أكل الأشنان يوهن الركبتين و يفسد ماء الظهر(1).

السعد

عن أبي عزيز المرادي، قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: اتخذوا في أسنانكم السعد، فإنه يطيب الفم و يزيد في الجماع(2).

ص:166

---

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 236، ح 3.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 237، ح 6.

### شرح الماهية:

أبو حنيفة: هو أجناس كثيرة وكلها من الحمض، والأشنان هو الحرص، الذي يغسل به الثياب.

البكري: الأشنان هو نبات لا- ورق له، وله أغصان دقاق فيها شبيه بالعقد، وهي رخصة كثيرة المياه، ويعظم حتي يكون له خشب غليظ يستوقد به، و ناره حارة جدا ورائحة دخانه كريهة و طعمه إلي الملوحة و هو من الحمض.

### خواص العلاجات:

منقي و مفتح السدد: الرازي: حديد ينقي و يفتح السدد، و يأكل اللحم الزائد.

عسر البول: جلاء وزن نصف درهم منه يحل عسر البول و وزن خمسة دراهم تسقط الولد حيا كان أو ميتا و نصف درهم من الأشنان الفارسي إلي درهم يدر الطمث، و وزن ثلاثة دراهم منه يسهل مائة الاستسقاء، و عشرة دراهم منه سم قاتل و دخان الأخضر منه ينفر الهوام.

ديسقوريدوس: «فيبارس» - وهو السعد - ويسميه بعضهم أرسيتقون.

ويسمى بعضهم بهذا الاسم الدار شيشعان، له ورق شبيه بالكزّاث غير أنه أطول منه وأدق وأصلب، وله ساق طولها ذراع أو أكثر، وساقه ليست مستقيمة بل فيها اعوجاج علي زوايا شبيهة بساق الإذخر علي طرفه أوراق صغار ثابتة، وأوله كأنها زيتون، ومنه طويل ومنه مدور مشتبك، يعني أن أصوله شبيهة بثمر الزيتون بعضها مع بعض، طيبة الرائحة، سود، فيها مرارة، ينبت في أماكن غامرة وأرض رطبة، وأجود السعد ما كان منه ثقيلًا كثيفًا عسير الرض فيه خشونة، طيب الرائحة مع شيء من حدة.

### خواص العلاجات:

جالينوس في 8: الذي ينتفع به من السعد إنما هو أصله.

القروح العسيرة: ينفع منفعة عجيبة من القروح التي قد عسر اندمالها.

أفواه العروق: قوته مسخنة مفتحة لأفواه العروق.

إدرار البول: إذا شرب يدر البول لمن به حصاة وحبس وينفع من سم العقرب.

برد الرحم: هو صالح إذا تكمد به لبرد الرحم وانضمام فمها ويدر الطمث.

قروح الفم: هو نافع من القروح اللواتي في الفم والقروح المتأكلة إذا استعمل يابسًا مسحوقًا.

يحلق الشعر: يقال إن بالهند نوعًا آخر من السعد شبيها بالزنجبيل إذا مضغ صار لونه مثل لون الزعفران وإذا لطخ علي الشعر والجلد حلق الشعر علي المكان.

يكثر الرياح: الرازي في الحاوي: يزيد في العقل و يكثر الرياح و يدبغ المعدة و يحسن اللون و هو جيد للبواسير نافع للمعدة و الخاصرة و يطيب النكهة.

وجع المثانة و ضعفها: إن شرب مع دهن الحبة الخضراء شد الصلب و أسخن الكلبي و نفع المثانة الباردة و نفع من وجع المثانة و ضعفها و جربها جدا و يقطر البول و يحرق الدم و يتخوف من إكثاره الجذام.

تسخين المعدة و الكبد: قال في المنصوري: يسخن المعدة و الكبد الباردتين. هو جيد للبخر و العفن في الفم و الأنف نافع للمعدة و اللثة الرطبة.

لرطوبة السفل: مسيح بن الحكم: صالح لرطوبة السفل و استرخائه، نافع للأسنان.

استرخاء اللثة: ابن سينا: ينفع من استرخاء اللثة و يزيد في الحفظ و ينفع من الحميات العتيقة جدا شربا و يقوي العصب. يقطع القيء ضمادا و مشروبا.

البثور في رؤوس الأطفال: إذا خلط بالزفت نفع من البثور في رؤوس الأطفال.

عن الصادق عليه السلام قال: لو علم الناس ما في السنا لتقابلوا كل مثقال منه، بمثقالين من ذهب.

أما إنه أمان من البهق و البرص و الجذام و الجنون و الفالج و اللقوة.

و يؤخذ مع الزبيب الأحمر الذي لا نوي له، و يجعل معه هليلج كابلي (1) و أصفر و أسود أجزاء سواء.

يؤخذ علي الريق مقدار ثلاثة دراهم، و إذا أويت إلي فراشك مثله، و هو سيد الأدوية (2).

ص:170

---

1- (1) سيأتي شرحها فيما بعد.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 218، ح 3.

## ما يقوله العلم الحديث في السنا:

يتميز السنا بعدة خصائص و ميزات نرقمها كالتالي:

1 - لقد استخلص كثيرا من المواد الكيماوية المضادة للجراثيم من السنا.

كما تم استخلاص العديد من المواد التي تستعمل للتخلص من الفطور و أهم هذه المواد:

أ - مواد غليكوسية فلافونية.

ب - حمض الكريزوفونيك - 9 أنثراسين.

ج - شاكسين (وهي مادة قلبية مضادة للجراثيم).

3 - أما الاكتشاف الأهم: فهو تأثير السنا المضاد للحمات الراشحة، ففي تجربة تم فيها استخلاص الراسب البروتيني من أكثر أنواع السنا فعالية (و هو الكاشيا سيام) و استعمل هذا الراسب في اختبار لإيقاف نمو الحمة الراشحة، فكانت النتيجة إيجابية بنسبة عالية حتي إنها وصلت إلي 100% في بعض الحالات. و من المعلوم أنه في ظل غياب دواء قاتل للحمات (الفيروسات) فإن هذا الاكتشاف يكون ذا قيمة علمية كبيرة.

4 - بالإضافة إلي ميزة السنا عن سواه من المسهلات، في أن الانتطاع عن تناولها لا يسبب أي إمساك علي خلاف المسهلات الأخرى التي يعتاد عليها الإنسان و لا يستطيع التبرز و قضاء حاجته دون أخذ جرعة جديدة ثم يحتاج لجرعات أكبر و هكذا تزداد مشاكله.

## المقدار الدوائي للسنا و طريقة الاستخدام:

- كمسهل: 5-10 غ من أوراق السنا المسحوقة - 2 غ من بذور الشمرة أو اليانسون المسحوقة.

الاستخدام: تسفّ سقاً و يشرب الماء بعد ذلك أو يخلط المزيج مع العسل أو ينقع في الماء المغلي.

- كملّين: ثلث المقدار المسهل.

و يمكن استخدام السنا كرحضة «حقن شرجية»:

- رحضة ملينة للكبار: 10 غ من السنا:

- 10 غ من كبريت الصوديوم. - 50 غ مطبوخ بذور الكتان.

- رخصة مسهلة للكبار: 30 غ من السننا. - 30 غ من كبريت الصوديوم. - 300 غ من مطبوخ الختمية.

و يذكر الأستاذ الدكتور سير أفري جونس و الدكتور آدمون جودنج في كتابهما معالجة الإمساك (1):

إن من أهم أسباب الإمساك: قلة الألياف في الطعام، وعدم الجلوس جلسة صحيحة أثناء التبرز، وبالتالي عدم إيجاد الضغط الكافي لإخراج الفضلات. و الجلسة التي نصح بها الرسول، وهي الاتكاء علي اليسري و نصب اليمني تساعد علي إيجاد الضغط الكافي لإخراج الفضلات، و علي جعل شكل المستقيم يتحول إلي أن يكون مستقيما فعلا بدلا من شكله العوج. و القولون السيني Sigmoid

Colon الموجود علي شكل حرف S .

3 - إن من أفضل الأدوية و العقاقير لمداواة الإمساك هي السننا. و قد ذكر كتاب أفري جونس السابق ذكره أن السننا تليها الكاسكارا تعتبر أفضل المليّنات، لأنها لا تخرش الأمعاء، و لأن عملها لا يبدأ إلا في القولون و هي بالتالي لا تؤثر علي امتصاص الغذاء، كما أنها لا تسبب إمساكا يعقب الإسهال.

### الاستعمالات المستقبلية:

هناك عدة مجالات للبحث في إمكان استخدام السننا، و يوجد في الهند مستحضر مكوّن من محلول مائي مركز من الكاشيا أنجستوفوليا و الكاشيا أكسيدنتاليز و تستعمل لتنقية الدم (أرون ميصرا و راكليومارسينها) (أبحاث المؤتمر العالمي الأول للطب الإسلامي، الكويت، ص 436).

و لا بد من بحث إمكانية استخدامات السننا في الأغراض المختلفة السابقة و المذكورة في الطب القديم، حيث كان السننا يستخدم لنزلات البرد و التهاب الحلق و الربو و الأمراض الجلدية المزمنة و الحكمة و الجرب و تقوية الشعر و زيادة إفراز الصفراء و لعلاج البواسير و الصداع و الصرع و الشقيقة... إلخ.

و هناك استخدام جديد و هو تأثير السننا علي نمو الفيروسات و تكاثرها. و من المعلوم أن الأدوية و العقاقير التي تضاد نمو الفيروسات قليلة جدا حتي الآن و لا تتعدّي عقارين أو ثلاث ثبت نجاحهما النسبي مثل أماتدين Amantidine و أسكلوفير Acyclovir .

و لهذا فإن اكتشاف أي عقار لعلاج الفيروسات يعتبر قفزة رائعة في ميدان الطب العلاجي...

ص: 172

Sir Francis Avery Jones and Edmund Godding Management of Constipation, Blackwell Scientific (1) -1

.Publication, London, 1972



حيث إن مئات المضادات الحيوية Antibiotics الموجودة في الأسواق لا- تجدي إلا في أنواع البكتيريا ولا تستطيع أن تقاوم و تضاد الفيروسات.

وقد قام الباحثان آرون ميصرا وراكليومار سينها من الهند ببحث خاصة السنا في إيقاف نمو الفيروسات (البحث المقدم إلي المؤتمر العالمي الأول للطب الإسلامي ص 436-438)، وقد توصلا في بحثهما إلي أن بعض فصائل نبات السنا (الكاشيا) لها خاصة إيقاف نمو الفيروسات و بالذات الكاشيا سيام التي أعطت أعلي نتيجة لوقف نمو الفيروسات بينما أعطت الكاشيا فيستولا و جلوكا و الأكسيدينتال و التورا نتائج ضعيفة نسبيا في إيقاف نمو الفيروسات.

وقد تم استخلاص راسب بروتيني من الكاشيا سيام و قد أعطي نتائج عالية جدا في إيقاف نمو الفيروس... و وصلت النتائج في بعض الحالات إلي نسبة 100 بالمئة.

بالإضافة إلي ذلك توجد أبحاث طبية متعددة تؤكد فاعلية بعض المواد الكيماوية المستخلصة من نبات السنا (الكاشيا) ضد الميكروبات (البكتريا) و من ذلك مادة شاكسين المستخلصة من نبات الكاشيا إيسس.

كما تم استخلاص مواد كيماوية تستعمل ضد الفطريات من نبات الكاشيا فيستولا و الكاشيا دكورا. و هي مواد جليكوسية فلافونية و حامض الكريزوفونيك - 9 أنتراسين.

و هذه الأبحاث الجديدة في هذا الميدان ستفتح آفاقا جديدة في معالجة الفطريات و البكتيريا و الفيروسات.

و بما أن العقاقير المضادة للفيروسات محدودة جدا، فإن ذلك سيستج مجالا لمعالجة الأمراض الفيروسية التي لا يوجد لها علاج ناجح حتي الآن... و التي تسبب كثيرا من الأمراض البسيطة و الخطيرة... كما يعتقد أن لها علاقة وثيقة بمجموعة من الأورام الخبيثة مثل بركت لمفوما و ورم (غرن) كابوسي و لو كيميا الدم (اللمفاوي)... و أخيرا و ليس آخرا مرض الإيدز (مرض فقدان المناعة الذي يصيب الشاذين جنسيا و مدمني المخدرات و الزناة و ضحايا نقل الدم).

## السنا في الطب القديم

أبو حنيفة الدينوري: قال الفراء: هو الذي يتداوي به و يسمى السنامكي، و أخبرني بعض الحجازيين قال: يخلط السنامكي بالحناء فيكون شبا يسود به [الشعر]، و قال أبو زياد الأعرابي:

السنا من الأغلاث، و فيه كل شيء ينعت في العشرق إلي أن ورقته دقيقة، إذا جف صار له زجل لأن

له سنفة، و هي خرائط طوال فيها حب منتظم، و لتلك السنفة معاليق دقاق، فإذا هبت عليه الريح تخشخت حتي تضمه الرعاة، يخلط ورقه بالحناء فيسود الشعر.

المستعمل من السنأ ورقه و هو شبيه بورق المازريون و أجوده المكّي.

### خواص العلاجات:

إسهال المرة الصفراء و السوداء: أمية بن أبي الصلت: يسهل المرة الصفراء و المرة السوداء و البلغم و يغوص في العضل إلي أعماق الأعضاء و لذلك ينفع من النقرس و عرق النسا و وجع المفاصل الحادث عن أخلاط المرة الصفراء و المرة السوداء و البلغم و الشربة منه في المطبوخ من أربعة دراهم إلي سبعة دراهم.

الوسواس السوداوي: إسحاق بن حنين: قال بولس: إنه ينفع من الوسواس السوداوي و من الشقاق العارض في اليدين و ينفع من تشنج العضل و من انتشار الشعر و من داء الثعلب و الحية و القمل العارض في البدن و ينفع من الصداع العتيق و من الجرب و البثور و الحكّة و من الصرع.

يقوي حزم القلب: يقوي حزم القلب. شرب ماؤه مطبوخا أصلح من شربه مدقوقا و إذا شرب وحده فالشربة منه مدقوقا من درهمين إلي ثلاثة و مطبوخا من أربعة دراهم إلي سبعة دراهم.

أوجاع الظهر و الوركين: الشريف: إذا طبخ في زيت أنفاق و شرب منه أخرج الخام بليغا و ينفع من أوجاع الظهر و الوركين.

عن عبد العزيز بن المهتدي، يرفعه إلي أبي عبد الله عليه السلام قال: أربعة يعدلن الطبائع: الرمان السوراني، و البسر المطبوخ(1) ، و البنفسج، و الهندباء(2).

و قال عليه السلام: استعطوا بالبنفسج(3).

عن صالح بن عقبة، عن أبيه، قال: أهديت إلي أبي عبد الله عليه السلام بغلة فصرعت بالذي أرسلت بها معه فأتمته(4) ، فدخلنا المدينة فأخبرنا أبا عبد الله عليه السلام فقال: أ فلا أسعظتموه بنفسجا؟ فأسعط بالبنفسج فبريء ثم قال: يا عقبة، إن البنفسج بارد في الصيف حار في الشتاء، لئن علي شيعتنا يابس علي عدونا لو يعلم الناس ما في البنفسج قامت أوقية بدينار(5).

عن يونس بن يعقوب، قال: قال أبو عبد الله عليه السلام: ما يأتينا من ناحيتكم شيء أحب إلينا من البنفسج(6).

عن عبد الرحمن بن كثير، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: فضل البنفسج علي الأدهان كفضل الإسلام علي الأديان. نعم الدهن البنفسج، ليذهب بالداء من الرأس

ص:175

1- (1) البسر: الثمر إذا لَوّن و لم ينضج. (المنجد).

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 221 ح 1.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 221 ح 3.

4- (4) أي شجته شجة بلغت أم الدماغ. وفي بعض النسخ «فأوهنته» أي «أضعفته»، و كأنه أظهر.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 221-222 ح 4.

6- (6) بحار الأنوار ج 59 ص 222 ح 5.

و العين، فأدهنوا به(1).

بهذا الإسناد عن عبد الرحمن، قال: كنت عند أبي عبد الله عليه السلام فدخل عليه مهزم، فقال لي أبو عبد الله عليه السلام: ادع لنا الجارية تجيئنا بدهن و كحل. فدعوت بها، فجاءت بقارورة بنفسج، و كان يوماً شديداً البرد، فصبت مهزم في راحته منها، ثم قال:

جعلت فداك، هذا البنفسج و هذا البرد الشديد؟! فقال: إن متطببينا بالكوفة يزعمون أن البنفسج بارد. فقال: هو بارد في الصيف، لئن حار في الشتاء(2).

عن محمد بن سوقة عن أبي عبد الله عليه السلام قال: دهن البنفسج(3) يوزن(4)

الدماغ(5).

عن ثعلبة بن ميمون، عن ذكره عن أبي عبد الله عليه السلام قال: ذكر البنفسج فزكاه، ثم قال: و الخيري(6) لطيف(7).

ص: 176

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 222 ح 6.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 222 ح 7.

3- (3) دهن البنفسج: سيأتي شرحها فيما بعد.

4- (4) الرزانة: الوقار، و كأنها هنا كناية عن القوة.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 223 ح 8.

6- (6) دهن خيري: ابن البيطار في (جامعه): التميمي: لطيف محلل موافق للجراحات و خاصة ما عمل من الأصفر منه و هو شديد التحليل لأورام الرحم و الأورام الكائنة في المفاصل، و لما يعرض من التعقد و التحجر في الأعصاب و التقبض، يقوي شعر الرأس و يكتفه و صنعته كصنعة دهن البنفسج. الأنطاكي في (التذكرة): هو دهن المنثور جيد الفعل في غالب أمراض الرأس و الصداع المزمن و يشد الشعر و يحل الرياح الغليظة و يختلف باختلاف ألوانه.

7- (7) بحار الأنوار ج 59 ص 223 ح 10.

### شرح الماهية:

ديسقوريدوس: هو نبات له ورق أصغر من ورق قسوس وأدق منه وأشد سوادا، وليس هو ببعيد الشبه منه، له ساق تخرج من أصله عليها زغب صغير، وعلي طرف ساقه زهر طيب الرائحة جدا، ولونه لون الفرفير، ينبت في المواضع الظليلة الحسنة.

### خواص العلاجات:

الأورام الحارة: متي صنع ورقه كالضماد إما مفردا وإما مع دقيق الشعير سكن الأورام الحارة.

لهيب المعدة: قد يوضع أيضا علي فم المعدة إذا كان فيه لهيب وعلي العين أيضا.

الأورام الحارة: ديسقوريدوس: ورق هذا النبات إذا تضمد به وحده أو مع السويق يبرد، وينفع من التهاب المعدة والأورام الحارة العارضة في العين وسائر الأورام الحارة وتواء المقعدة.

الخناق والصرع: قد يقال إن زهره إذا شرب بالماء نفع من الخناق والصرع العارض للصبيان وهو المسمي أم الصبيان.

تحليل الأورام: يحلل الأورام، وينفع من السعال العارض من الحرارة وينوم نوما معتدلا ويسكن الصداع العارض من المرة الصفراء والدم الحريف إذا شرب وإذا شم.

المرة الصفراء: اليابس يسهل المرة الصفراء المحتبسة في المعدة والمعوي.

الصداع: حبش: الرطب إن ضمده به الرأس والجبين سكن الصداع الذي يكون من الحرارة، وإذا يبس نقصت رطوبته.

تسهيل الطبيعة: إن شرب مع السكر أسهل الطبيعة إسهالا واسعا.

مقادير الشربة: ابن سرائون: الشربة منه من ثلاثة دراهم إلي سبعة دراهم مدفوقا منخولا مع مثله من السكر، ويشرب بالماء الحار.

الصداع: إسحاق بن عمران: زهر البنفسج إذا طبخ مع البابونج وصب ماؤه علي الرأس نفع من الصداع المتولد من الحرارة، وينفع من كل حر ويبس يعرض للرأس، وفي أعضاء البدن.

الأخلاق الصفراوية: زهره ينقي المعدة و نواحيها من الأخلاق الصفراوية.

الإطلاق الصفراوي: و إذا تمادي الإطلاق الصفراوي و كان معه لذع و استنف من زهره أربعة دراهم مسحوقا يومين أو ثلاثة أحدر بقية ذلك الخلط اللذاع و قطع الإسهال.

وجع الأسفل: ينفع من وجع الأسفل و شقاقه و أورامه منفعة بالغة جدا ضمادا وحده أو مع ما يشبهه و ينفع من حرقة المثانة.

السعال و وجع الرئة: ابن ماسويه: الشراب المتخذ من البنفسج و السكر علي صنعة الجلاب نافع من السعال و وجع الرئة مسهل للبطن موافق لذات الجنب و الشوصة، و هو أوفق لذات الجنب من الجلاب للعفوصة التي في ماء الورد المتخذ به.

وجع الكلي: ابن سينا: شرايه ينفع من وجع الكلي و يدر البول.

السعال العارض: إذا ربب البنفسج بالسكر نفع من السعال العارض من الحرارة.

تليين الحلق و البطن: الرازي: المرابي منه يلين الحلق و البطن غير أنه يرخي المعدة و يسقط الشهوة.

الجرب الصفراوي: الشريف: ورق البنفسج جيد للجرب الصفراوي و الدموي.

الزكام: زهره ينفع الزكام و النزلات النازلة إلي الصدر.

الورم الصفراوي: دهنه مع المصطكي ينفع من الورم الصفراوي الكائن بين الأصابع.

بروز المقعدة: عبد الله بن العشاب: جربت منه أن ورقه الغض إذا دق و عصر مأؤه و خلط بالسكر و شربه الصبي الذي تبرز مقعدته نفعه نفعا بينا.

## البنفسج في الطب الحديث

### التركيب الكيميائي:

المواد الفعالة في النبات الصابونين Saponion و قليل من مركبات سالييلات الميثايل Methyl-salicylate و تحتوي الأزهار علي زيوت عطرية طيارة من الأثير الميثلي لحمض الصفصاف و علي كاروتينويدات منها كاروتين B و فيروكسانتين و أوركسانتين بالإضافة إلي فيتامين C و فيولانين Violanine و مواد لعابية و عفص.

أ - خارجيا: يستعمل مغلي العشب بشكل كمادات لعلاج التسلخات الجلدية عند الأطفال، و تستعمل الأوراق في الحمامات في حالات الأكزما و داء الخنازير و الحكمة و تذكر بعض المصادر فائدتها في علاج داء السفلس.

ب - داخليا: يستعمل منقوع الأزهار الجافة مقشعا صدريا و مهدئا للسعال و ملطفا في حالات التهاب المجاري التنفسية طعمه مغث لذا يفضل استعماله مع مجموعة الأزهار الصدرية الأخرى.

كما يفيد منقوعه في علاج أمراض المفاصل المزمن و الروماتيزم و العصابات و يستعمل عصير العشب لتنقية الدم و كمادة معرقة و مدرة للبول حيث يعطي منه 5 غ في فنجان صغير من الماء قبل الأكل و يشرب من المغلي نحو 1-2 فنجان يوميا مع ملاحظة أن زيادة الجرعة تسبب القيء.

عن سعيد بن جناح عن رجل، عن أبي عبد الله عليه السلام: إن موسى بن عمران عليهما السلام شكى إلي ربّه تعالي البلة و الرطوبة، فأمره الله أن يأخذ الهليلج و البليج و الأملج فيعجنه بالعسل و يأخذه ثم قال أبو عبد الله عليه السلام: هو الذي يسمونه عندكم الطريفل(1).

الحمص

عن الصادق عليه السلام - ذكر عنده الحمص - فقال عليه السلام: هو جيد لوجع الصدر(2).

ص: 180

---

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 224 ح 12.

2- (2) مستدرک الوسائل ج 16 ص 378، ح 1، باب 48.



### شرح الماهية:

البصري: هو أربعة أصناف: أصفر، وأسود هندي صغير، وأسود كابلي كبير، وحشف دقيق يعرف بالصيني.  
ابن ماسويه: المختار من الأصفر ما اصفر لونه وقرب من الحمرة وكان رزينا ممتلئا ليس بنخر ولا ممتص.

### خواص العلاجات:

إسهال المرة الصفراء والسوداء: الرازي: الأصفر منه يسهل المرة الصفراء. والأسود الهندي يسهل السوداء.

دبغ المعدة: مسيح: يدبغ المعدة ويقويها وينفع من استرخائها.

إسهال المرة الحمراء: ماسرحويه: الأصفر يسهل المرة الحمراء برفق مع ما فيه من القوة القابضة. والأسود يقبض ويدبغ المعدة ويقويها.

إسهال الصفراء والبلغم: حبيش: الأصفر يسهل الصفراء والبلغم.

ابن ماسويه: الشربة من جرمة ما بين ثلاثين إلي عشرين درهما.

دابغ للمعدة والمقعدة: مسيح: الأسود دابغ للمعدة والمقعدة مقولها حابس للطبيعة يقبض وينفع البواسير.

إسهال المرة الصفراء والسوداء: ابن عمران: خاصيته إسهال المرة الصفراء والسوداء المتولدة عن احتراق الصفراء ويسهل المرتين والشربة منه ما بين درهمين إلي خمسة دراهم ومن نقيعه أو طيخه ما بين خمسة دراهم إلي أحد عشر درهما.

ريح البرودة والبواسير: البصري: يسهل إسهالا وقد يخرج السوداء وهو نافع من ريح البرودة والبواسير.

البواسير: ابن سرائون: الهليلج الكابلي يسهل السوداء بقوة المعدة والبطن جدا وينفع من البواسير لأنها من السوداء وينفع من الأعضاء العصبية والشربة منه إن أخذ منقعا أو مطبوخا من خمسة

دراهم إلى سبعة و إن أخذ مسحوقاً من درهم إلى خمسة و لا يلت بالدهن فإنه لا يقبض كالأصفر.

تقوية المعدة: ابن ماسويه: الهليلج الأسود المر يقي المعدة و ينقيها و يدبغها و يعصر عنها فضول الرطوبات الباقية من الغذاء المتولدة فيها.

تحسين اللون: إذا أدمن حسن اللون و منع الشيب أن يسرع.

إخراج الثفل من البطن: قال الرازي: الهليلج يخرج الثفل من البطن و ينشف و يزيد في الحفظ و الدهن و يقوي الحواس و ينفع من الجذام و القولنج و عزوب الدهن و المليلة العتيقة و الصداع و الاستسقاء و الطحال و يجلب الغثي و القيء.

خفقان القلب و تصفية اللون: اليهودي: خاصيته النفع من خفقان القلب و تصفية اللون.

إطفاء المرة: ابن سينا: كلها تطفيء المرة و تنفع منها و تنفع آلات الغذاء كلها.

العين المسترخية: الأصفر منه نافع للعين المسترخية و يدفع المواد السائلة إليها كحلا.

عقل الطبع: الكابلي و الهندي مقلوبين بالزيت يعقلان الطبع.

الغافقي: إذا شرب الهليلج مسحوقاً فإنه يعقب بعد الإسهال يبسا في الطبع. من أخذ كل يوم من الإهليلج الكابلي واحدة منزوعة النوي فلاكها في فيه حتي تذوب و ابتلعها و أدمن ذلك لم يشب.

شد اللثة و تقوية الأسنان: يشد اللثة و يقوي الأسنان جدًا و يقوي الدماغ و يزيل ضرر كثرة الماء البارد و هو من أكبر أدويته جدا.

## البليج في الطب القديم

### إشارة

إسحاق بن عمران: هو ثمرة خضراء ترض و تتجفف فتصفر؛ طعمها مر عفص و المستعمل منها قشرها الذي علي نواها يؤتي بها من بلاد الهند.

مجهول: هو شبيه بالهليلج أصفر أملس القشر فيه رخاوة و في طعمه عفوصة لذيدة و مرارة و ربما عقل البطن.

### خواص العلاجات:

المعي المستقيم و المقعدة: و هو نافع للمعي المستقيم و المقعدة.

اللعاب السائل: الشريف: إذا استعمل علي الريق أو بماء حار مع السكر نفع من اللعاب السائل وأحد البصر.

## الأملج في الطب القديم

### إشارة

إسحاق بن عمران: هي ثمرة سوداء تشبه عيون البقر لها نوي مدور حاد الطرفين، وإذا نزعت عنه قشرته تشقق النوي علي ثلاث قطع، و المستعمل منه ثمرته التي علي نواه، و طعمه مر عفص يؤتي به من الهند.

حيش بن الحسن: قد ينقع الأملج بالبلدة التي يجلب منها باللبن فيسمي شير أملج، وإنما ينقع في اللبن ليخرج منه بعض قبضه.

ابن ماسه: أجوده المعروف بشير أملج.

### خواص العلاجات:

شد أصول الشعر: ماسرحويه: قابض يشد أصول الشعر، و يقوي المعدة، و المقعدة، و يدبغها و يقبضها.

النفع من السوداء: بديغورس: خاصته النفع من السوداء، و المنع من الفساد.

مقطع العطش: ابن ماسه: يقطع العطش، و يزيد الفؤاد حدة و ذكاء.

مهيج الباه: اليهودي: يهيج الباه، و يقطع الصاق، و القيء.

مطفيء حرارة الدم: ابن ماسويه: يطفيء حرارة الدم، و يعقل البطن، و يسود الشعر، و المرابي منه يلين الطبع، و ينفع البواسير، و يشهي الطعام.

ممسك الشيب: ابن سينا: يمسك الشيب، و يقطع النزف، و شرابه ينفع البواسير المزمنة، و يقوي الأعضاء الباطنة، و خاصة المعدة و الأمعاء، و هو مقول للعين.

قال ابن سينا في الأدوية القلبية: و هو من الأدوية القباضة، و له خاصة عجيبة في تقوية القلب و تشجيعه، و يعينها بتقويته و قبضه و يعدل برده في الأمزجة الباردة بأدني شيء، فيكون دواء ممتنا للروح، و منفعة الأملج في تقوية القلب أكثر من منفعتة في التوحش إذا كان بسبب رقة الدم و قلته و سرعة تحليله، و لما كان من الأدوية النافعة للقلب بخاصيته و تنقيته مع ذلك فهو من الأدوية الشديدة

المنفعة للذهن و الحفظ، و بالجملة هو من الأدوية المقوية للأعضاء كلها، و إصلاحه بالعسل.

مقطع العطش: يقطع العطش إذا وضع القليل منه في الماء المشروب، و تمودي عليه.

مجفف رطوبات المعدة: يجفف رطوبات المعدة و يلتها، و إذا كانت المعدة باردة، خلط معه سنبل.

نفع من زلق الأمعاء: ينفع من زلق الأمعاء، و بواسير الأسفل مشروبا بمنعه انصباب المواد إليها، و يكسر الأبخرة الصاعدة إلي الدماغ و بذلك يحسن الدهن [اللون].

مقو العصب و القلب: الشريف: مقو للعصب و القلب جدا، و قدر ما يؤخذ منه ثلاثة دراهم مفردة.

مسود الشعر: يسود الشعر إذا اختضب بماء طبيخه مع الحناء، و يقوي أصول الشعر.

نفع ضعف البصر: إذا سحق و خلط بمثله سكرا و لت بقليل دهن لوز و استنف علي الريق منه خمسة دراهم بماء فاتر، نفع من ضعف البصر و جلاه، و نفع من السحج في الأمعاء و البواسير.

الإسهال: إذا شرب منه وزن درهمين بثلاثة دراهم دقيق النبق و شرب بماء السفرجل، نفع من الإسهال، و خاصيته أيضا إسهال السوداء و البلغم.

بياض العين: إذا أخذ منه درهمان و رض و أنقع في ماء ساعتين، ثم عصر و صفى ثلاث مرات، و قطرت منه في العين، نفع من بياضها، مجرب.

## الحمص في الطب الحديث

وفي الطب الحديث أظهر تحليل الحمص الجاف أنه يحوي 14,4% من وزنه ماء، و 9,5% مواد دهنية، و 24% مواد بروتينية، و 4 و 2% مواد رمادية، و 48، 5% مواد سيلوزية. وفي كل مئة غرام منه 219 ملغ من الفوسفور، و 50 من الكلور، و 930 من البوتاس، و 60 من الكلس، و 5,5 من الحديد، و قيمته الحرارية 335 حروريا، ولذا يعتبر ذا قيمة غذائية عالية، و هو يؤكل أخضر، و مسلوقا، و مطبوخا.

و هذا يعني أنه مغذ جدا، و مدر للبول، و مفتت للحصي، و مسمن، و منشط للأعصاب و المخ، و لذا ينصح بعدم التمادي و الإفراط في أكله، و بخاصة لذوي المعد و الأمعاء الضعيفة.

و الحمص الأخضر سهل الهضم، و يحوي فيتامينات و سكر، و لكن تكرار تناوله يضعف أنبوب الهضم، و يمكن إعطاء شوربة بالحمص للأطفال من سن 4-5 سنوات، و عند شراء الحمص الأخضر يجب الامتناع عن شراء الحبوب القاسية منه، و المائلة إلي الاصفرار.

و القضامة التي تصنع من الحمص قليلة التغذية، و يمكن تناولها بكميات ضئيلة، بشرط أن تكون جيدة التحميص، و هي تحوي 18% من وزنها مواد بروتينية، و 5% مواد دهنية و 61% مواد نشوية، و قيمتها الحرارية 361 حروريا.

## الحمص في الطب القديم

يلين البطن و يدر البول: ينفخ و يلين البطن و يدر البول و يزيد في اللبن و المني و يدر الطمث.

حصاة الكلي: ماؤه الذي يطبخ فيه يفتت حصاة الكلي.

سدد الكبد: فأما الجنس الآخر الذي يسمى حمصا كرسنيا فينقي و يفتح سدد الكبد و الكلي و الطحال و يجلو الجرب و القوباء و الأورام الحادثة عند الأذنين و في البيضتين إذا صلبتا و يشفي أيضا الخراجات إذا استعمل مع العسل.

القروح الخبيثة: الصنف من الحمص الذي يقال له أورنياس خاصة يطبخ بماء و يضمده به مع عسل لورم الخصي الحار و القواهي و قروح الرأس الرطبة و القروح السرطانية و الجرب و القروح الخبيثة.

الثآليل: الصنف الذي يقال له قريوس و هو الأسود الصغار يقلع الثآليل التي يقال لها

أفروحدوس، و الثآليل التي يقال لها مرمقيا بأن يؤخذ من الحمص حبة حبة و توضع واحدة علي كل ثؤلول في أول الشهر ثم يؤخذ ذلك الحمص الذي يوضع علي الثآليل فيصير في خرقة و يرمي به إلي خلف.

حكة الرأس و البدن: ابن ماسويه: نافع لما يعرض في الرأس و البدن كله من الحكة و إن أنقع و أكل نيئا و شرب ماؤه علي الريق زاد في الإنعاط و قوي الذكر.

الدود الذي في البطن: الطبري: إن أنقع الحمص في الخل ليلة ثم أكل علي الريق و صبر عليه نصف يوم قتل الدود الذي في البطن، و ينفع من وجع الظهر و المواضع التي تكون خدرة.

وجع الظهر: ينفع من وجع الظهر و تقيعه ينفع من وجع الضرس و ينفع من أورام اللثة الحارة و دهنه ينفع من القوباء.

أورام الأثنيان: إذا طبخ الحمص و وضع في خريطة و وضعت الأثنيان علي بخار، قد ينفع من أورامها و يجفف من أوجاعها.

ينمي البدن: إسحاق بن عمران: ينمي البدن و يقوي البدن كله.

الفالج و وجع المفاصل: الرازي: و ماء الحمص الأسود يصلح الفالج و الأمراض الباردة و وجع المفاصل الرطبة.

الأمراض البلغمية: و قال في دفع مضار الأغذية: ماؤه يلين البطن و يخرج الريح إذا طبخ مع الكمون و الشبث و أكل بالزيت و بالخردل، و ينفع من الأمراض البلغمية.

جفاف الرئة: الحساء المتخذ منه و من اللبن نافع لمن جفت رئته و دق صوته.

عن الصادق عليه السلام قال: نعم الدواء الأرز، بارد صحيح سليم من كل داء(1).

عن جعفر بن محمد (عليهما السلام)، أن رجلا من أصحابه شكاه إليه اختلاف البطن، فأمره أن يتخذ من الأرز سويقا ويشربه، ففعل فعوفي. وقال عليه السلام: مرضت سنتين أو أكثر، فألهمني الله الأرز، فأمرت به فغسل و جفف، ثم مس بالنار و طحن، و جعلت بعضه سويقا، و بعضه حسا، و استعملته فبرأت(2).

عن محمد بن إسحاق بن الفيض قال: كنت عند الصادق عليه السلام، فجاءه رجل من الشيعة فقال له: يا بن رسول الله، إن ابنتي ذابت و نحل جسمها و طال سقمها، و بها بطن ذريع.

فقال الصادق عليه السلام: و ما يمنعك من هذا الأرز بالشحم المبارك، إنما حرم الله الشحوم علي بني إسرائيل لعظم بركتها أن تطعمها حتي يمسح الله ما بها، لعلك تتوهم أن تخالف لكثرة ما عالجت.

قال: يا ابن رسول الله، و كيف أصنع به؟ قال:

خذ أحجارا أربعة فاجعلها تحت النار، و اجعل الأرز في القدر و اطبخه حتي يدرك، ثم خذ شحم كليتين طريا و اجعله في قصعة، فإذا بلغ الأرز و نضج فخذ الأحجار الأربعة فالقها في القصعة التي فيها الشحم، و كب عليها قصعة أخرى ثم حركها تحريكا

ص: 187

1- (1) مستدرك الوسائل ج 16 ص 377 ح 3.

2- (2) مستدرك الوسائل ج 16 ص 377 ح 4.

شديداً، ولا يخرج بخاره، فإذا ذاب الشحم فاجعله في الأرز لتحسّاه لا حاراً ولا بارداً، فإنها تعافي بإذن الله عز وجل، فقال الرجل المعالج: والله الذي لا إله إلا هو، ما أكلته إلا مرة واحدة حتى عوفيت(1).

عن يونس بن يعقوب قال: قال لي أبو عبد الله عليه السلام، و كنت أخدمه في وجعه الذي كان فيه، وهو الزحير: ويحك يا يونس، أعلمت أنني ألهمت في مرض أكل الأرز، فأمرت به فغسل ثم جفف ثم قلي ثم رضي فطبخ فأكلته بالشحم، فأذهب الله بذلك الوجع عني(2).

عن هشام بن الحكم، عن زرارة قال: رأيت داية أبي الحسن عليه السلام تلقمه الأرز و تضربه عليه فغممني ذلك فدخلت علي أبي عبد الله عليه السلام فقال: أنني أحسبك غمك الذي رأيت من دابة أبي الحسن؟ قلت: نعم جعلت فداك، فقال لي: نعم، نعم الطعام الأرز، يوسع الأمعاء، و يقطع البواسير و إنا لنغبط أهل العراق بأكلهم الأرز و البسر(3)، فإنهما يوسعان الأمعاء، و يقطعان البواسير(4).

عن خالد بن نجيج، قال: شكوت إلي أبي عبد الله عليه السلام وجع بطني، فقال:

خذ الأرز فاغسله، ثم جففه في الظل، ثم رضه، و خذ منه راحة في كل غداة(5).

عن حمران، قال: كان بأبي عبد الله عليه السلام وجع بطن، فأمر أن يطبخ له الأرز، و يجعل عليه السماق، فأكل، فبريء(6).

ص: 188

1- (1) مستدرک الوسائل ج 16 ص 377-378، ح 5.

2- (2) مستدرک الوسائل ج 16 ص 378، ح 6.

3- (3) مرشحها.

4- (4) بحار الأنوار ج 63 ص 261، ح 5.

5- (5) وسائل الشيعة ج 25 ص 124 ح 6.

6- (6) وسائل الشيعة ج 25 ص 125 ح 7.



عن أبي عبد الله عليه السلام، قال: أصابني بطن، فذهب لحمي، و ضعفت عليه ضعفا شديدا، فألقي في روعي أن آخذ الأرز، فأغسله، ثم أقليه و أطحنه، ثم أجعله حسا، فنبت عليه لحمي، وقوي عليه عظمي، ولا يزال أهل المدينة يأتون فيقولون: يا أبا عبد الله متعنا بما كان يبعث العراقيون إليك، فنبعث إليهم منه(1).

عن محمد بن مروان، قال: كنت عند أبي عبد الله عليه السلام و به بطن ذريع، فانصرفت من عنده عشية و أنا من أشفق الناس عليه، فأتيته من الغد فوجدته قد سكن ما به، فقلت له: جعلت فداك، فارقتك عشية أمس و بك من العلة ما بك، فقال: إني أمرت بشيء من الأرز، فغسل و جفف و دق، ثم استغففته فاشتد بطني(2).

عن يونس بن يعقوب، قال: قال أبو عبد الله عليه السلام: ما يأتينا من ناحيتكم شيء أحب إليّ من الأرز و البنفسج، إني اشتكيت و جعي ذلك الشديد، فألهمت أكل الأرز، فأمرت به، فغسل و جفف، ثم قلبي و طحن، فجعل لي منه سفوف بزيت و طيخ أتחסاه، فأذهب الله عني بذلك الوجع(3).

و عنه عليه السلام قال: ليس يبقى في الجوف من غدوة إلي الليل إلا خبز الأرز(4).

و عنه عليه السلام قال: أطعموا المبطون خبز الأرز، فما دخل جوف المبطون شيء أنفع منه، أما إنه يدبغ المعدة و يسلب الداء سلا(5).

ص: 189

- 1- (1) وسائل الشيعة ج 25 ص 125 ح 9.
- 2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 126، ح 11.
- 3- (3) وسائل الشيعة ج 25 ص 122-123 ح 1، باب 66.
- 4- (4) وسائل الشيعة ج 25 ص 13، ح 2، باب 3.
- 5- (5) وسائل الشيعة ج 25 ص 13، ح 3، باب 3.

## قيمة الأرز الغذائية:

الأرز غذاء يحوي نسبة عالية من المواد الدسمة، وفيه 73% من النشا، وهو أسهل هضمًا من البطاطا، ولذا فهو يفيد المرضى وذوي الأمعاء الضعيفة.

وفي الأرز مواد بروتينية ودهنية، ونشوية، وأملاح عضوية، و مواد معدنية كثيرة مثل الكبريت، واليود، والفسفور، والصودا، والحديد، و النحاس، والكلس، والبوتاس، والكلور، والمنغنيز بنسب مختلفة، كما فيه مقادير ضئيلة من فيتامينات (أ، ب، و).

وفيه مواد دسمة تتراوح بين 1,7 و 1,8 في المئة غرام. و قيمته الحرارية تتراوح بين 357-360 في كل مئة غرام، وترتفع في الأرز غير المقشور.

ومما يذكر أن المواد الغذائية الدسمة في الأرز موجودة في قشرته، فإذا أزيلت القشرة كما يتناوله الناس الآن بعد عملية تقشيريه وتبييضه و تلميعه - يخسر نصف مواد الدسمة، و ثلثي مواد المعدنية، و كمية كبيرة من فيتاميناته. و علي هذا، فإن الأرز - الذي تتناوله - فاقد المواد المنشطة للجسم، و ناقص التغذية، و غير كاف لبناء الجسم، و هذا ما يدعو إلي تعزيره باللحم، أو السمك، أو الخضراوات، و الزبدة و الجبن وغيرها؛ لزيادة قوته الغذائية، و لاجتناب الأخطار التي تنتج عن نقص العناصر الغذائية الحيوية فيه، و لو أن الناس اعتادوا تناوله - غير مقشور - لحصلوا منه علي الغذاء الدسم الكافي، و لما احتاجوا إلي إضافة عناصر أخرى إليه.

## الأرز في الطب الحديث

يمنع الأرز عن المصابين بمرض السكر، كما يمنع عن الراغبين في النحافة. و يسمح به لغير هؤلاء و بخاصة للأطفال و النساء الحاملات، و المسنين و الرياضيين و يوصف للمصابين بأمراض تحتاج إلي الإقلال من الملح، لأن الأرز فيه قليل من الملح - بنسبة 20 مليغراما في كل مئة كيلوغرام - و للمصابين بأمراض الأمعاء، و بخاصة أمراض المغص و الإسهال، و قد اشتهر الأرز بخواصه القابضة. و الأرز المطبوخ جيدا و ماؤه؛ هما علاج ناجح للزحار.

جنين الأرز يعرف تجاريا باسم «الجيرمة (le germe)» و ينفصل عنه أثناء التبييض. و فيه 18% من الدهن الخام، و 40% من النشويات، و 2,5% من الألياف.

وزيت الأرز يستعمل غذاء، و يعالج به النقرس و روماتيزما المفاصل دهونا. و رجيع الكون (قشر الأرز الداخلي) يحتوي 9% من البروتين، و 12% من الدهن، و 42% من النشويات، و 11% من الألياف، و هذا علف جيد للحيوانات و الدواجن.

يستعمل مسحوق الأرز في التجميل، ويدخل في مستحضرات التجميل مع التالك، أو البزموت، فيطري الجلد ويمتص العرق. ويستعمل المسحوق كمادات ضد الإلتهابات.

## الأرز في الطب القديم

حبس البطن: يحبس البطن حبسا معتدلا. الأرز يستعمله جميع الناس في موضع الحاجة إلي حبس البطن بأن يطبخوه كما يطبخ الحندروس.

إلهاب المحرور: يغذو غذاء حسنا، ويلهب المحرور إذا أكله.

يقلّ عقله للطبيعة: إن طبخ في اللبن الحليب، ودهن اللوز الحلو والسكر، قلّ عقله للطبيعة و غذيّ غذاء معتدلا حسنا.

إذا أكل بالسكر كان انحداره عن المعدة سريعا، فإن أراد مريد أن يقلّ يبسه أنقعه في ماء نخالة السميد ليلة أو ليلتين، أو في اللبن الحليب، ثم طبخه بالماء ودهن اللوز الحلو، فإن كره اللبن، صير مكانه لباب القرطم و ماء نخالة السميد، وخاصة ماء الأرز أعني طبيخه أن يدبغ المعدة و يعقل الطبيعة، ويجلو جلاء حسنا.

قروح الأمعاء و المغص: جيد لقروح الأمعاء و المغص، شربا أو احتقاناه.

زيادة المنى: الأرز يزيد في المنى، و يقلّ علي آكله البول و النجو و الريح.

يطول بقاؤه في المعدة: إذا طبخ بحليب الضأن، أو بحليب البقر غلظ و طال في المعدة بقاؤه.

يطفيء الحرارة و العطش: الأرز يسخن قليلا- و يجفف كثيرا، و إن طبخ مع السماق عقل البطن، و مع الرائب يطفيء الحرارة و يسكن العطش، و ذلك بعد جودة طبيخ الأرز نفسه.

إخصاب البدن: إذا طبخ باللبن و أخذ مع السكر، أخصب البدن و غذيّ غذاء كثيرا، و زاد في المنى، و نضارة اللون.

جيد اللذع: متي طبخ حتي يتهري و صار مثل ماء الشعير و شرب كان جيد اللذع في البطن عن أخلاط مرارية.

ينقي الجلد: إسحاق بن سليمان: الأرز موافق للجراحات الرطبة، و ينقي الجلد من الأوساخ إذا اغتسل به.

السحج: إذا صنع من دقيقه حسو رقيق، و بولغ في طبيخه مع شحم كلي ماعز، نفع جدا من إفراط الدواء المسهل، و من السحج العارض منه و هو من الأغذية المسمنة.

روي عن أبي عبد الله عليه السلام قال: إن الحزاء جيد للمعدة بماء بارد(2).

اللوبياء

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: اللوبياء تطرد الرياح المستبطنة(3).

ص:192

---

1- (1) الحزاء: قال الغافقي: قال أبو حنيفة: هو النبتة التي تسمى بالفارسية الدوراو... ريحها كريهة، و ورقها نحو من ورق السذاب، وليس في خضرته، وقيل أنه سذاب البر. الطبري: هو الزوفرا: وهو سذاب البر، شبيه بالسذاب في شكله. الرازي: الحزاء هو المسمي بالفارسية الدوراو. كتاب الفلاحة: هي بقلة حارة حريفة قليلا يشوبها مرارة، ورقها كورق الرازيانج، في ملمسها خشونة.

2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 202 ح 4.

3- (3) وسائل الشيعة ج 25 ص 130، ح 1، باب 70.

## اللوبيا في الطب القديم:

وصفت في الطب القديم بأنها تخلص البدن، و تدر الحيض و البول، و تلين الطبع. و تنفع من أوجاع الظهر و الكلي، و تهيج الرغبة الجنسية (خصوصا مع الزنجبيل)، و تقيد في أوجاع الصدر و الرئة. و هي تولد نفخا و رياحا و بلغما، و يدفع ضررها بأكلها مع الكمون و الصعتر و الفلفل و العسل و الزيت و الخردل و القرفة، و أجود ما أكلت رطبة بالجوز و الزيت.

## اللوبيا في الطب الحديث:

و وصفت في الطب الحديث بأن خواصها قريبة الشبه بالفاصوليا و البزليا و لكنها فقيرة في بعض المواد الموجودة فيهما و في غيرهما من الخضر المشابهة لها، كما أن قيمتها الحرارية لا تتجاوز 35 وحدة حرارية في المئة، و هي تحوي 86,1% من الماء، و 7,6 من المواد النشوية، 2,4 من البروتين، 1,5 من الألياف، و 0,2 من المواد الدسمة، و 2,2 من الرماد. و علي هذا فان قيمتها الغذائية أقل من قيمة الفاصوليا و البزليا، و تشاركهما في بعض الخصائص الحسنة أو السيئة الموجودة فيهما (ر. الفاصوليا، البزليا).

عن ذريح، قال: قلت لأبي عبد الله عليه السلام: إني لأجد في بطني قراقرا ووجعا.

قال: ما يمنعك من الحبة السوداء؟ فإن فيها شفاء من كلّ داء إلا السام(2).

وعن الصادق عليه السلام قال: الحبة السوداء شفاء من كلّ داء، وهي حبيبة رسول الله صلّي الله عليه وآله وسلم. فقيل له: إن الناس يزعمون أنّها الحرمل، قال: لا، هي الشونيز فلو أتيت أصحابه فقلت أخرجوا إليّ حبيبة رسول الله صلّي الله عليه وآله وسلم لأخرجوا إليّ الشونيز(3).

عن الفضل قال: شكوت إليّ أبي عبد الله عليه السلام أنّي ألقى من البول شدة فقال:

خذ من الشونيز في آخر الليل(4).

عنه عليه السلام قال: إنّ في الشونيز شفاء من كلّ داء، فأنا أخذه للحميّ والصداع والرمد، ولوجع البطن ولكلّ ما يعرض لي من الأوجاع، يشفيني الله عزّ وجلّ به(5).

ص: 194

1- (1) الحبة السوداء: حبة البركة - شونيز - كمون أسود - سينوج (المغرب).

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 227، ح 4.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 228، ح 8.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 229، ح 9.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 229، ح 10.

الزكام: يشفي الزكام إذا صير في خرقة و هو مقلوّ و شمه الإنسان دائماً.

الصداع: ديسقوريدس: إذا ضمدت به الجبهة وافق الصداع.

الماء النازل في العين: إذا استعط به مسحوقاً بدهن الإيرسا وافق ابتداء الماء النازل في العين.

البثور اللبنية و الجرب المتقرح: إذا تضمد به مع الخل قلع البثور اللبنية و الجرب المتقرح و حلل الأورام البلغمية و الأورام الصلبة.

الثآليل المسمارية: إذا دق و خلط ببول صبي لم يحتلم و وضع علي الثآليل المسمارية قلّعها.

وجع الأسنان: إذا طبخ بالخل مع خشب الصنوبر و تمضمض به نفع من وجع الأسنان.

الدود الطوال: إذا ضمدت به السرة مخلوطاً بماء أخرج الدود الطوال.

الزكام: إذا سحق و جعل في صرة و اشتم نفع الزكام. إذا أدمن شربه أياماً كثيرة أدرّ البول و الطمث و اللبن.

تسكين عسر النفس: إذا شرب بالنظرون سكن عسر النفس.

نهشة الرتيلا: إذا شرب منه مقدار درخمي بماء نفع من نهشة الرتيلا.

يطرد الهوام: إذا دخن به طرد الهوام.

الحمي و السوداء: ابن ماسه: خاصته إذهاب الحمي الكائنة عن البلغم و السوداء و قتل حب القرع.

الأوجاع المزمنة في الرأس: ابن سينا: إذا نقع في الخل ليلة ثم سحق من الغد و استعط به و تقدم إلي المريض حتي يستنشقه نفع من

الأوجاع المزمنة في الرأس و من اللقوة و هو من الأدوية المفتحة جداً للسدد و المصفاة.

البرص و البهق: ينفع من البرص و البهق طلاء بالخل أيضاً.

الحصاة في المثانة و الكلية: يسقي بالعسل و الماء الحار للحصاة الكائنة في المثانة و الكلية.

حب القرع: أحمد بن إبراهيم: الشونيز إن عجن بعد سحقه بماء الحنظل الرطب أو المطبوخ و ضمدت به السرة كان فعله في إخراج حب

القرع أقوى فإن عجن بماء الشيح أخرج الحيات.

البرد العارض للأذنين: إن سحق و خلط بشيء من دهن الحبة الخضراء و قطر منه في الأذن ثلاث قطرات نفع من البرد العارض للأذنين و الريح و السدد.

الزكام: إذا قلبي و دق و نقع في زيت و قطر من ذلك الزيت في الأنف ثلاث قطرات أو أربعة نفع من الزكام إذا عرض معه عطاس كثير.

تناثر الشعر: إذا أخذ شونيز و أحرق و خلط بشمع مداف بدهن سوسن أو بدهن حناء و طلي علي الرأس نفع من تناثر الشعر.

قروح الساقين: إذا قلبي الشونيز بنار لينة و دق و عجن بماء ورد طلي منه علي القروح التي تخرج في الساقين بعد أن تغسل القروح بالخل نفعها و أبرأها و أزالها.

الوضح: إذا سحق مع دم الأفاعي أو دم الخطاطيف، و طلي به الوضح غيره.

الفالج و الكزاز: إذا استعط بدهن الشونيز نفع من الفالج و الكزاز و قطع البلة و البرد الذي يجتمع فيصير منه الفالج.

الفالج و اللقوة: مسيح بن الحكم: دهنه إذا استعط به نفع من الفالج و اللقوة.

عضة الكلب: إذا سحق و نخل و استف منه كل يوم درهمان بماء فاتر نفع من عضة الكلب الكلب.

حميات الربع المتقدمة: إذا سحق و شرب بسكنجبين نفع من حميات الربع المتقدمة و الظاهرة النضج.

أوجاع النفساء: إذا عجن بسمن و غسل نفع من أوجاع النفساء عند إمساك دم النفاس و ينفع بهذه الصفة لأوجاع الأرحام و وجع الكلي.

قروح الرأس الشهدية: إذا سحق ببول و وضع علي قروح الرأس الشهدية، و تمودي عليه قلعها و أنبت الشعر فيها.

توالي النزلات: إذا نثر علي مقدم الرأس سخنه و نفع من توالي النزلات.

أنواع الجرب: إذا سحق و عجن بدهن الورد و خل نفع من أنواع الجرب.

أوجاع المفاصل: إذا تضمد به أوجاع المفاصل نفعها.

يخرج الأجنة: يدر الطمث إدرازا قويا و يخرج الأجنة أحياء و موتي و يسقط المشيمة.



اليرقان: الشريف: إذا أخذ منه 7 حبوب عددا و غمرت بلبن امرأة ساعة و سعط بها في أنف من به يرقان و اصفرت منه العين ينفع ذلك جدًا نفعا بليغا و حيا بشدة تفتيحه للسدد مجرب.

## الحبة السوداء في الطب الحديث

### إشارة

تتكون الحبة السوداء من مركبات عديدة أهمها الزيوت و التي تبلغ نسبتها حوالي 28%.

كما تحتوي علي الحديد بنسبة 631 جزء من المليون، و الفوسفات بنسبة 1123,5 جزء من المليون علي شكل أكاسيد.

و بذلك تعتبر الحبة السوداء مصدرا هاما لعنصر الفوسفور الهام لحياة الرجل من الناحية التناسلية.

و يمكن أن تجزأ الحبة السوداء إلي ثلاثة أجزاء و ذلك حينما ننظر إلي قطاع طولي أو عرضي منها كالآتي:

جزء أسود خارجي، و جزء أبيض هو لب الحبة السوداء، و جزء رمادي اللون يقع بين الجزء الخارجي الأسود و اللب الأبيض، و الحبة السوداء غير قابلة للذوبان بالماء، كما أن القليل منها يذوب بمحلول حمض الأسيتيك ذو تركيز 5% و جزء آخر يذوب بمواد كيماوية لا نستطيع حصرها في هذا الكتاب.

أما زيت الحبة السوداء فيذوب بالإيثانول المركز.

و فوائد الحبة السوداء متعددة، و حسبنا في حصرها أن نقول بأن فيها شفاء لكل داء إلا الموت.

كما أنها عرفت منذ زمن الفراعنة لاضطرابات الهضم كما ثبت أن لها فاعلية في شفاء الربو و إدرار البول كما ثبت علميا وجود المادة الفعالة فيها و التي يطلق عليها اسم (النجلون) و يطلق علي الحبة السوداء باللغة اللاتينية اسم (الغزلون) التي أثبتت بالتجارب فعاليتها علي المرضى الذين يعانون من الربو.

### علاج الجرب و القمل

و الدواء المستعمل لعلاج الجرب و القمل لا يختلف عن نظيره المستخدم لعلاج الصدف إلا أن الخل يجب الإكثار منه إلي ما يزيد عن درجة التشبع بقليل.

وإن كنت أخي القاريء جادا في تحضير هذا الدواء و تنقصك الأدوات اللازمة لاستخراج خلاصة الحبة السوداء فما عليك إلا أن تجهز الآتي:

1 - كوب من الحبة السوداء الناعمة. 2 - كوب وربع من خل التفاح. 3 - قطعة من القماش المسامي.

### و لاستخراج خلاصة الحبة السوداء عليك أن تتبع الخطوات الآتية:

يضاف الخل إلي الحبة السوداء و من ثم ترشح بواسطة القماش المسامي و يجمع الخل الملون بعد ذلك في وعاء ثم تصب محتوياته في طست متسع و يعرض إلي الشمس في أثناء النهار حتي يتبخر الخل و تجف المواد العالقة منه و التي منها يصنع الدواء بأن يضاف إليها الخل بالتدريج حتي تصبح مشبعة بالخل كالطين ثم يضاف قليلا من الخل لضمان الزيادة علي درجة الشبع.

و تجدر الإشارة هنا أن الجرب يصيب أماكن عديدة كالمرافق و الأعضاء التناسلية لدي الرجل و أصابع اليد و حلقات الثدي، و أماكن أخرى متعددة فعلي المريض الذي يشكو من الحكة باستمرار مع ظهور مثل هذه الأنفاق علي جسده أن يباشر باستخدام هذا الدواء.

### طريقة استعمال علاج القمل:

\* تدلك فروة الشعر بالدواء جيدا ثم يعرض الرأس لأشعة الشمس بالربع ساعة الأولي، ثم بعد ذلك يترك الدواء علي الشعر لمدة أربع ساعات يوميا.

\* فترة استعمال الدواء: أسبوع.

\* مدة صلاحية الدواء: أسبوعان علي أن يحفظ بالثلاجة.

### طريقة استعمال علاج الجرب:

\* يدلك الجزء المصاب بواسطة هذا الدواء و يترك علي الجسم لمدة أربع ساعات بصفة يومية.

\* فترة استعمال الدواء: أسبوع.

\* مدة صلاحية الدواء: أسبوعان علي أن يحفظ بالثلاجة.

## علاج صداع الرأس المزمن:

تلمنا المواد التالية:

1 - الحبة السوداء الناعمة. 2 - الينسون الناعم. 3 - مسمار القرنفل الناعم.

### طريقة تركيب علاج صداع الرأس:

تخلط ثلاث مقادير متساوية من الحبة السوداء الناعمة و الينسون الناعم و مسمار القرنفل الناعم، ثم تحفظ هذه الخلطة في إناء مغلق يؤخذ منه بعد ذلك المقادير المطلوبة من الدواء.

### طريقة استعمال الدواء:

\* ملعقة صغيرة مرتين في اليوم قبل و جبتي الإفطار و الغداء. و يتم بلعها بواسطة الماء.

\* بعد يومين أو ثلاثة سيزول هذا المرض المزعج بإذن الله.

كما أن لهذا الدواء فعالية لمن يتعرضون للصداع المستمر لكثرة الإجهاد الذي تتعرض إليه العين و خاصة عند الأذباء و هواة القراءة و كتابة القصص. و لمثل هؤلاء أنصح بملعقة متوسطة من هذا الخليط و بلعها بواسطة الماء و سيشعر المريض بتحسن خلال بضعة دقائق إن شاء الله.

كما أن لهذا أثر في تسكين وجع الأسنان باتباع الآتي: يعض علي مكان الألم بلفيفة صغيرة من القماش المسامي تحوي ملعقة صغيرة من الدواء لمدة 10 دقائق.

### علاج حصي الكلي و المثانة:

يجب أن يستمر المريض بعد ذلك في تناول نفس العلاج حتي تختفي الآلام من المثانة، و يشعر المريض أن البول قد أصبح صافيا و خاليا من أي تعكير. كما أن للدواء نفسه فوائد كثيرة منها علاج ضغط الدم و ذلك بتحضير التركيبة المكونة من:

1 - ملعقة متوسطة من الحبة السوداء الناعمة. 2 - ملعقة كبيرة من العسل. 3 - قطعة صغيرة من الثوم المهروس.

### طريقة استعمال علاج ضغط الدم:

\* تمزج المقادير جميعها.

\* يتناول المريض هذا العلاج صباحا وقبل تناول وجبة الإفطار.

\* مدة استعمال العلاج: 10 إلى 20 يوما حسب الشعور بالتحسن.

كما أن لهذا الدواء (علاج ضغط الدم) فائدة عظيمة، فهو يمد الإنسان بمواد غذائية هامة، إضافة إلى ما يحويه العسل من فوائد لا تحصى، و لا ننس أن نذكر فوائده الأخرى في إدرار البول و الحيض و اللبن.

### طريقة تركيب الدواء:

يمزج كوبان من الحبة السوداء الناعمة بنصف كيلو من العسل الطبيعي حتي يصبح الخليط متجانسا، ثم يحفظ بالثلاجة.

### طريقة استعمال علاج حصي الكلي و المثانة:

\* تمزج ملعقة كبيرة و نصف من الدواء بنصف كأس من الماء الفاتر، ثم يشرب المحلول و يليه الدعاء.

\* يؤخذ العلاج بصفة يومية قبل تناول وجبة الإفطار.

\* مدة صلاحية الدواء 15 يوما شريطة أن يحفظ بالثلاجة.

### علاج صعوبة النطق:

و لإعداد تركيبة الدواء يلزمنا:

1 - كوب من الحبة السوداء الناعمة. 2 - كوب من الرشاد الناعم. 3 - نصف كوب من المرة الناعمة. 4 - نصف كوب من قشر الرمان الناعم.

### طريقة تركيب علاج صعوبة النطق:

تخلط المقادير جميعها، و تحفظ في مكان بارد بوعاء مغلق لحفظه من الرطوبة.

### طريقة استعمال الدواء:

\* ملعقة صغيرة من الدواء تخلط مع ملعقة كبيرة من العسل مرتين في اليوم، الأولي قبل وجبة الإفطار، و الثانية قبل وجبة الغداء و يتلي بعدها دعاء تناول الدواء.

\* مدة استعمال الدواء: ثلاثة أسابيع.

\* مدة صلاحية الدواء: 3 أسابيع علي أن يحفظ في مكان بارد بوعاء مغلق.

## علاج السعال:

و ينقسم هذا العلاج إلي قسمين:

1 - شراب يشرب: كما يشرب الشاي الساخن مرتين يوميا. الأولي بعد وجبة الإفطار. و الثانية قبيل المغرب.

2 - بخار يستنشق: و هو بخار الحبة السوداء حيث يستنشق به لمدة ربع ساعة مرتين يوميا.

الأولي عند الظهيرة. و الثانية قبل النوم.

و للبخار فائدة أخرى و هي الشفاء من الزكام البارد، و تسهيل التنفس.

## و لتحضير تركيبة علاج السعال يلزمنا الآتي:

1 - ملعقة صغيرة من الحبة السوداء الناعمة. 2 - ملعقة صغيرة من عرق السوس. 3 - نصف ملعقة صغيرة من الينسون. 4 - ملعقة صغيرة من البابونج الناعم. 5 - كوب من الماء المغلي. 6 - عسل للتحلية (حسب الرغبة). 7 - أكياس الشاي بعد تفريغ محتوياتها و تعبئتها بالدواء يعاد إغلاقها.

طريقة تركيب علاج السعال:

## أولا: الشراب:

1 - يعبأ الكيس المفرغ بخليط من ملعقة صغيرة من الحبة السوداء الناعمة و ملعقة صغيرة من عرق السوس و نصف ملعقة صغيرة من الينسون و ملعقة صغيرة من البابونج الناعم ثم يغلق الكيس و يحكم إغلاقه.

2 - يوضع الكيس في كوب من الماء المغلي و يترك لمدة 10 دقائق مع تغطية الكوب.

3 - يعصر الكيس لتفريغ الماء منه.

4 - يستخدم العسل بدلا من السكر للتحلية.

5 - يشرب ساخنا.

فترة استعمال الدواء: عشرة أيام.

## ثانيا: البخار:

و لتحضير التركيبة يلزمنا الآتي: 1 - كوب من الحبة السوداء الناعمة. 2 - لتر من الماء المغلي.

## تركيب علاج السعال (بطريقة البخار):

يضاف كوب من الحبة السوداء الناعمة إلي لتر من الماء المغلي، ثم يحرك الخليط جيدا لمدة دقيقة، ثم يرفع عن النار و يوضع في مكان آمن و يبدأ المريض باستنشاقه.

طريقة استعمال الدواء: يستنشق المريض لمدة ربع ساعة.

فترة استعمال الدواء: أسبوع مع سؤال الله الشفاء.

## علاج السكري:

### و لتحضير تركيبة علاج مرض السكر بلزنا ما يلي:

1 - كوب من الحبة السوداء الناعمة. 2 - كوب من الرشاد الناعم. 3 - نصف كوب من المرة الناعمة. 4 - نصف كوب من قشر الرمان الناعم.

### طريقة تركيب علاج السكر:

تخلط المقادير السابقة جميعها جيدا و تحفظ في وعاء مغلق لحفظها من الرطوبة في مكان بارد.

طريقة الاستعمال: تؤخذ كل يوم ملعقة متوسطة من الدواء و تشرب صباحا قبل الأكل بربع ساعة و ذلك لأنها في بعض الأحيان و ليس دائما تحدث هبوطا مفاجئا بالسكر.

فترة استعمال الدواء: شهرا واحدا يقوم بعدها المريض بعمل تحليل للتأكد من نسبة السكر في الدم.

تاريخ صلاحية الدواء: سنة من تاريخ الصنع بشرط حفظه في وعاء مغلق و في مكان بارد.

تنبيه هام: ينصح المريض بعدم الإفراط في تناول السكريات أثناء العلاج لكيلا يعتقد المريض أنه سيصبح علي ما يرام حال تناول الدواء، لأن ذلك من شأنه أن يؤدي إلي نتائج عكسية و خيمة ليست في صالح المريض.

كما ينصح بعدم ترك العلاج الطبي الذي كان يستخدمه المريض، و عدم اعتبار هذا الدواء بأنه هو الدواء النهائي و الذي يغني عن غيره. لذا ينصح بأخذهما معا كلا حسب الطريقة الموضحة لاستعماله.

و يترك الدواء الطبي في حالة واحدة و هي إذا تبين بعد الشهر الأول بأن نسبة السكر قد هبطت

إلي المعدل المطلوب، فإن لم يكن كذلك فعلي المريض الاستمرار بأخذ الدوائين حتي تصبح نسبة السكر حسب المعدل المطلوب.

## علاج العقم: و تركيب علاج العقم يلزمنا:

1 - كوب من الحبة السوداء الناعمة.

2 - كوب من حب الرشاد الناعم. 3 - ثلثا كوب من الحلبة الناعمة. 4 - ربع كوب من المرة الناعمة.

## طريقة تركيب الدواء:

تخلط المقادير جميعها و يحفظ هذا الخليط في وعاء مغلق لحفظه من الرطوبة في مكان بارد.

## طريقة استعمال علاج العقم:

\* تؤخذ يوميا ملعقة متوسطة من الدواء مضافا إليها ملعقة كبيرة من العسل الطبيعي، و أخيرا أنبوبة بكامل محتوياتها من غذاء ملكة النحل، بعد ذلك يصبح الخليط علي شكل عجينة توضع بالفم مباشرة و تبلع بقليل من الماء و ذلك صباحا قبل تناول وجبة الفطور بربع ساعة، يتناول بعدها المريض كوبا من الحليب الطازج المبستر و ذلك بأن يضاف إليه ملعقة كبيرة من شراب الشعير المحلي بالعسل إن أمكن.

\* يستمر تعاطي هذا العلاج لفترة لا تقل عن 40 يوما، يجري بعدها التحليل الطبي العادي للكشف عن كمية النطف المنوية و نسبة نشاطها و غير ذلك من التحاليل الروتينية.

تأتي فائدة الحبة السوداء بهذا الدواء في فتح الانسداد أيا كان نوعه سواء في القنوات التناسلية.

أو مجري الدم في الإحليل، فالأولي لتسهيل اندفاع السائل المنوي، و الثانية لتسهيل جريان الدم في الإحليل لتتم عملية الانتصاب.

و تأتي فائدة حب الرشاد في تقوية شهوة الجماع بتنبيه الجهاز العصبي اللاإرادي ليقوم بمهمته في تحريك كل عضو بالجسم ذي علاقة بالعملية الجنسية ليتم الانسجام المطلوب و التجاوب مع الأعضاء التناسلية بالطريقة التي تسهل عليها مهمتها.

أما فائدة الحلبة فتتخصص في تقوية شهوة الجماع و علاج آلام الظهر التي تعقب الجماع أحيانا، كما أنها تحتوي علي بروتين بنسبة 33% و دهون بنسبة 52% و هذا يعتبر أعلي معدل من أي مادة غذائية أخرى.

وفائدة المرة تأتي في علاج التهابات البروستات إذا أكلت مع العسل. ولا داعي لذكر فوائد العسل و غذاء الملكة لأنها عديدة و واسعة.

## علاج الثعلبة:

### و المواد المطلوبة لإعداد علاج الثعلبة:

النوع الأول: 1 - كوب من الحبة السوداء الناعمة. 2 - كوب من خل التفاح.

و طريقة تركيب الدواء تتمثل بالآتي: يخلط كوب من الحبة السوداء الناعمة مع كوب من خل التفاح.

### طريقة استعمال الدواء:

\* تدلك فروة الشعر أو المنطقة المصابة و يبقى الدواء في المنطقة المصابة لمدة أربع ساعات تقريبا في النهار.

\* يستعمل العلاج لمدة 20 يوما بلا انقطاع.

\* يحفظ ما تبقي من العلاج بالثلاجة لحين الاستعمال.

النوع الثاني: 1 - كوب من الحبة السوداء الناعمة. 2 - كوب من الرشاد الناعم. 3 - كوب من العسل الطبيعي. 4 - نصف كوب من معجون الثوم.

### طريقة تركيب العلاج:

تخلط المقادير جيدا و بكل سهولة.

### طريقة استعمال العلاج:

\* تدلك به المنطقة المصابة مساء و تبقي لمدة أربع ساعات.

\* فترة استعمال العلاج: 20 يوما.

\* يحفظ الجزء المتبقي من الدواء في الثلاجة للمرات المقبلة و لكيلا يفقد صلاحيته.

## علاج التآليل الدهنية الشائعة و الزوائد الجلدية:

### و تركيب العلاج يلزمنا الآتي:

1 - قطعة من قماش الصوف الخشن و كلما كان القماش خشنا أكثر كلما كانت الفائدة أكبر.



2 - خل التفاح الأحمر بعد أن يخلط مع الحبة السوداء الناعمة بمقدار كوب حبة سوداء إلي كوبين من الخل ثم يؤخذ الخل الملون بعد عملية الترشيح و الذي أخذ معه خلاصة الحبة السوداء.

### طريقة استعمال العلاج:

\* بلل الصوف بخل التفاح الأحمر الملون و حك بها رؤوس الثآليل أو الزوائد الجلدية و ما تقدم من الأمراض لهذا الفصل.  
\* يجب عدم الإفراط في الحك كما يجب التلطف بالبشرة حين القيام بذلك فحك الرأس الأولي 10 مرات متتالية قد يؤدي إلي الغرض المطلوب.

\* فترة العلاج: 5 أيام متتالية بتكرار العملية مرتين يوميا.

### علاج الوردية و العد الشائع:

#### و تركيب علاج الوردية و العد الشائع يلزمنا الآتي:

أ - طريقة الاستخلاص: 1 - كوب من الحبة السوداء الناعمة. 2 - كوبان من خل التفاح.

3 - قطعة من القماش المسامي. 4 - جهاز القوة الطاردة المركزية.

#### و تحقق طريقة الاستخلاص باتباع الخطوات التالية:

\* يضاف كوبان من خل التفاح إلي كوب من الحبة السوداء الناعمة و تخلط بالخل جيدا.

\* يرشح الخليط بواسطة سكبته علي قطعة من القماش المسامي فيتسرب الخل المتلون باللون الرمادي و تبقي بقية أجزاء الحبة السوداء الغير قابلة للذوبان بالخل.

\* يسكب الخل المتكون في أنابيب جهاز القوة الطاردة المركزية و المبينة بالشكل و توضع في أماكنها بالجهاز ثم يشغل الجهاز بسرعة متوسطة و يترك لفترة خمس دقائق.

\* يسكب الخل النقي الذي انفصل بالأنابيب في وعاء و تجمع المادة الرمادية المترسبة في قاع الأنابيب في وعاء آخر، أما الخل فيمكن إعادة خلطه مع بقايا الحبة السوداء التي ظلت في قطعة القماش حيث تكرر نفس العملية السابقة لإذابة و من ثم فصل أي جزء متبق من المادة الرمادية و التي لم تفصل بالمرّة الأولى، و أما المادة الرمادية المتجمعة، فيخلط الغرام منها بغرام من زيت الحبة السوداء المهدرج. لمزيد من المعلومات حول زيت الحبة السوداء المهدرج انظر الفصل في علاج القوباء المعدية.

## و طريقة استعمال هذا الدواء في العلاج:

\* تدهن المنطقة المصابة مرة في اليوم و ذلك في الأيام الثلاثة الأولى ثم بعد ذلك يستعمل الدواء بمعدل مرتين يوميا.

\* فترة استعمال العلاج: حتي تزول آثار المرض.

\* مدة صلاحية الدواء: 3 أسابيع علي أن يحفظ الدواء بالثلاجة لكيلا يفقد صلاحيته.

## ب - الطريقة العادية:

و تتميز هذه الطريقة ببساطتها و سرعة تحضيرها و لكنها أقل فعالية من الأولى ذلك بأن الأجزاء من الحبة السوداء الغير قابلة للذوبان تعمل كحاجز علي الجلد لمنع تسرب الدواء إلي هذه المناطق التي تغطيها هذه الأجزاء و الله أعلم.

و لتحضيرها يلزمنا: 1 - كوب من الحبة السوداء الناعمة. 2 - كوبان من خل التفاح.

3 - كوب من زيت الحبة السوداء المهدرج أو من محلول النشا.

## أما تركيب العلاج فيتم بإتباع الخطوات الآتية:

\* يؤخذ كوب من الحبة السوداء الناعمة و يضاف إليها كوبان من خل التفاح و يسخن الخليط علي نار هادئة لمدة دقيقتين ثم يضاف إليها زيت الحبة السوداء أو محلول النشا بمقدار كوب واحد و يستمر في التسخين لمدة دقيقتين أخريين.

\* يبرد الخليط و يحفظ بالثلاجة.

## و طريقة استعمال علاج الوردية و العد الشائع:

\* تدهن المنطقة المصابة مرة في اليوم و ذلك في الأيام الثلاثة الأولى.

\* فترة استعمال العلاج: مرتين يوميا حتي تزول آثار المرض.

\* مدة صلاحية الدواء: 3 أسابيع علي أن يحفظ الدواء بالثلاجة.

## علاج الفطريات بأنواعها:

و لتركيب علاج الفطريات بأنواعها يلزمنا: 1 - كوبان من خل التفاح. 2 - كوب من الحبة السوداء الناعمة. 3 - كوب من محلول النشا المركز أو زيت الحبة السوداء المهدرج.

## طريقة تركيب الدواء:

\* يغلي كوبان من الخل مضافا إليهما كوب من الحبة السوداء الناعمة في وعاء معدني، وعند الغليان يضاف محلول النشا المركز أو زيت الحبة السوداء المهدرج.

\* يحرك الخليط حتي يتماسك في حالة استخدام محلول النشا ويرفع عن مصدر النار ويصب في وعاء آخر يمكن إغلاقه ثم يترك ليتساوي مع درجة حرارة الغرفة.

## طريقة استعمال علاج الفطريات:

يؤخذ كل يوم قبيل النوم مقدار ما يكفي لدهان المنطقة المصابة.

\* تكرر العملية يوميا ولمدة أسبوع.

## طريقة حفظ الدواء:

يحفظ الدواء بالثلاجة و ذلك للحفاظ علي صلاحيته.

## علاج الصداف

و يتميز الدواء بحرورته حين الدهان و يستمر علي هذا الحال لفترة لا تزيد عن الربع ساعة، كما أن المريض يحتاج لأن يستعمل العلاج لفترة لا تقل عن 60 يوما ليبرأ بعدها المصاب بالمرض بإذن الله تعالى. و لتحضير دواء الصداف يجب أن نقول بأنها وإن كانت صعبة و معقدة و تحتاج إلي أجهزة لتقوم بذلك، و لكنني سأتناول الطريقتين البسيطة و المعقدة ليكون للقارئ حرية الإختيار فيما بينهما:

أولا: طريقة الاستخلاص: 1 - كوب من الحبة السوداء الناعمة. 2 - كوبان من خل التفاح.

3 - قطعة من القماش المسامي. 4 - جهاز القوة الطاردة المركزية.

و تتحقق طريقة الاستخلاص باتباع الخطوات الآتية:

\* يضاف كوبان من خل التفاح إلي كوب من الحبة السوداء الناعمة و تخلط بالخل جيدا.

\* يرشح الخليط بواسطة سكبته علي قطعة من القماش المسامي فيتسرب الخل المتلون باللون الرمادي و تبقي بقية أجزاء الحبة السوداء الغير قابلة للذوبان بالخل.

\* يسكب الخل المتكون في أنابيب جهاز القوة الطاردة المركزية و توضع في أماكنها بالجهاز، ثم يشغل الجهاز بسرعة متوسطة و يترك لفترة 5 دقائق.

\* يسكب الخل النقي الذي انفصل بالأنابيب في وعاء آخر، أما الخل فيمكن إعادة خلطه مع بقايا الحبة السوداء التي ظلت في قطعة القماش حيث تكرر نفس العملية السابقة لإذابة و من ثم فصل أي جزء متبق من المادة الرمادية و التي لم تفصل بالمرّة الأولى، و أما المادة الرمادية المتجمعة فيخلط الجرام منها بجرام من زيت الحبة السوداء المهدرج(1).

### طريقة استعمال الدواء:

- \* يدهن الجزء المصاب من الجسم بالدواء مرتين يوميا.
- \* فترة استعمال العلاج: لا تقل عن 60 يوما بشرط استعماله يوميا.
- \* مدة صلاحية الدواء: ثلاثة أسابيع علي أن يحفظ بالثلاجة.
- \* يستحسن مسح الجلد المصاب بمحلول المرة(2) قبل دهنه بالدواء و ذلك أظهر للتقرح الناتج عن الصدف إن وجد.

### و تركيب العلاج يتم باتباع الخطوات التالية:

- \* يضاف لكوب من الحبة السوداء كوبان من خل التفاح و يسخن الخليط علي نار هادئة لمدة دقيقتين، ثم يضاف إليها كوب من زيت الحبة السوداء و بالإمكان إضافة محلول النشا بدلا من زيت الزيتون حتي يتماسك الخليط و يصبح سهلا للدهان.
- \* يبرد الخليط و يحفظ بالثلاجة.

### طريقة استعمال الدواء:

- \* من المحبذ مسح الجلد المصاب بمحلول المرة قبل دهنه بالدواء و ذلك أظهر للتقرح الناتج عن الصدف إن وجد.
- \* يدهن به الجزء المصاب مرة واحدة يوميا قبل النوم.
- \* يستحسن حين استخدام هذه الطريقة استعمال اللفاف لمنع تناثر الحبة السوداء خارج السطح المدهون.
- \* مدة استعمال الدواء: لا تقل عن 60 يوما بشرط استعماله يوميا.

ص:208

1- (1) المهدرج: أي يكون شكله كالسمن غير السائل (علي سبيل التقريب للفهم).

2- (2) محلول المرة 10 جرام مرة تذاب في 100 مل لتر من الماء.

\* مدة صلاحية الدواء: ثلاثة أسابيع علي أن يحفظ بالثلاجة.

## الحزاز البسيط.

كما توجد أنواع أخرى كثيرة.

## أولاً: الإكزيما:

### و يمكن علاجها بالطرق الآتية:

أ - إما بواسطة الدهان بزيت الحبة السوداء المهدرج.

ب - بواسطة الدواء الذي ذكر في فصل الصدفية و الذي يحضر بطريقة الاستخلاص.

ج - و هناك طريقة يسيرة و تنفع بإذن الله و يتطلب تحضيرها هذه التركيبة:

1 - كوب من الحبة السوداء الناعمة. 2 - كوب من زيت الزيتون.

### و طريقة تركيبه تتم كالآتي:

يخلط كوب من الحبة السوداء الناعمة بكوب من زيت الزيتون. يضرب الخليط حتي يصبح متجانسا.

- طريقة الاستعمال: يدهن الجزء المصاب مرة يوميا.

- مدة استعمال الدواء: إلي أن تختفي آثار الإكزيما.

- تاريخ صلاحية الدواء: ثلاثة أسابيع علي أن يتم حفظه في مكان بارد.

ثانيا: الإكزيما العقبولية: و تظهر علي شكل حبوب ذات رؤوس سوداء.

و لعلاجها ينصح بالآتي: استخدم قطعة من قماش الصوف الخشن و اغمره في الخل المتلون كما سبق ذكره في فصل التآليل، ثم حك الجزء المصاب بواسطة قطعة القماش المبللة مرة واحدة يوميا. و يلاحظ أن هذه الحبوب تبدأ بالتلاشي بعد ثلاثة أيام بإذن الله تعالى.

ثالثا: توجد هناك أشكال أخرى لهذا المرض تظهر علي الأخمسين (قاع الرجل) وراحتي اليدين، و هنا تستخدم تركيبة أخرى لعلاج مثل هذه الحالات.

### و لتحضير هذه التركيبة يلزمنا الآتي:

1 - كوب من الحبة السوداء الناعمة. 2 - كوبان من خل التفاح. 3 - قطعة من القماش



المسامي (كما هو وارد في فصل الصداف). 4 - كوب من محلول النشا المركز. 5 - كوب من زيت الزيتون.

### طريقة تركيب علاج الإكزيما علي الأخمصين و راحتي اليدين:

1 - يؤخذ كوب من الحبة السوداء الناعمة و يضاف إليه كوبان من خل التفاح. 2 - يرشح الخليط بواسطة قطعة من القماش المسامي، و يؤخذ المحلول المتكون و يوضع في إناء معدني.

3 - يسخن علي نار متوسطة حتي الغليان. 4 - عند البدء بالغليان يضاف كوب من محلول النشا و يحرك الخليط حتي يتماسك.

5 - يزاح الوعاء عن النار و يضاف إلي الخليط المتماسك كوب من زيت الزيتون و يمزج مع الخليط حتي يتجانس.

\* طريقة الاستعمال: تؤخذ من التركيبة ملعقة متوسطة الحجم و تفرك بها اليدان، ثم تغطي بقطعة من الشاش، و ذلك قبل النوم و حتي الصباح.

\* فترة استعمال الدواء: إلي أن تختفي آثار الإكزيما.

\* تاريخ صلاحية الدواء: ثلاثة أسابيع علي أن تحفظ في مكان بارد.

ملاحظة: تتبع نفس الإرشادات بالنسبة لراحة القدم.

و لتحضير تركيبة علاج حب الشباب نحتاج إلي:

1 - كوب من خلاصة الحبة السوداء. 2 - نصف كوب من قشور الرمان الناعمة. 3 - كوبين من خل التفاح.

### طريقة تركيب دواء حب الشباب:

الدواء الأول: يخلط كوب من خلاصة الحبة السوداء و نصف كوب من قشر الرمان الناعم مع كوبين من خل التفاح.

- طريقة الاستعمال: تدهن الحبوب يوميًا قبل النوم مع مراعاة الاستلقاء علي الظهر و ذلك بخلط المقدار من الدواء بمقدار مكافيء من زيت الحبة السوداء المهدرج، و إن لم تجد زيت الحبة السوداء المهدرج فلا بأس باستخدام الزيت غير المهدرج مع مراعاة الحرص علي عدم تساقط الدواء من الوجه إلي أسفل.

- فترة استعمال الدواء: في حالة عمل تركيبة مضاعفة من دواء حب الشباب يجدر بنا الإشارة

هنا إلى أن تاريخ صلاحية الدواء لا يتجاوز الثلاثة أسابيع.

- يحفظ هذا الخليط بعد ذلك في الثلاجة.

الدواء الثاني: وهي نفس طريقة تركيب الدواء الأول إلا أنه يختلف في عدم وجود قشور الرمان الناعمة.

ملاحظة: لا يختلف هذا الدواء عن سابقه في طريقة الاستعمال أو تاريخ الصلاحية و مدة استعمال الدواء و كيفية حفظه.

### علاج الحزاز:

لتركيب الدواء نحتاج للآتي: سنتعرض إلي علاج الحزاز البسيط فقط.

1 - الحبة السوداء الناعمة. 2 - خل التفاح. 3 - زيت الحبة السوداء المهدرج.

### طريقة تحضير الدواء:

أضف كوبا من الحبة السوداء الناعمة إلي ثلاثة أرباع كوب من خل التفاح و اضرب الخليط جيدا حتي يتجانس ثم بعد ذلك أضف نصف كوب من زيت الحبة السوداء و اخلط جيدا.

طريقة الاستعمال: يستخدم الدواء مرة واحدة باليوم علي شكل دهان موضعي و يكرر العلاج لمدة لا تقل عن أسبوعين و لا تزيد عن شهر.

\* يجب حفظ الدواء بالثلاجة.

### علاج القوباء المعدية:

### لعلاج هذا المرض نحتاج للآتي:

1 - خلاصة الحبة السوداء و تحضر من الحبة السوداء الناعمة و خل التفاح.

2 - زيت الحبة السوداء المهدرج.

### طريقة استعمال الدواء:

دهان مرة واحدة يوميا قبل النوم و لمدة عشرة أيام.

تنبيه: يجب حفظ الدواء بالثلاجة.



## علاج البهاق:

لتحضير الدواء نحتاج إلي ما يلي: 1 - حبة سوداء ناعمة. 2 - خل التفاح.

### طريقة تركيب الدواء:

يضاف الخل تدريجيا إلي الحبة السوداء الناعمة حتي درجة التشبع ثم يحفظ الدواء لمدة لا تتجاوز يومين بالثلاجة إذ إن فترة الصلاحية لا تتعدى هذين اليومين.

### طريقة الاستعمال:

يضمّد الجزء المصاب مرة واحدة يوميا و يجب ضمان عدم نزول الدواء عن الأماكن المضمّدة و ذلك بلفها بالشاش الأبيض.

البهاق الأبيض: و هو ناتج عن فقدان بعض خلايا الجسم لصبغتها و هو سريع الانتشار و يكاد يغطي الجسم كله إذا ما تداركناه.

لتحضير الدواء نحتاج للآتي: - حب الرشاد الناعم. - خل التفاح.

### تركيب الدواء:

1 - كوب من خل التفاح يضاف إليه بدقة و بالتدرج الرشاد الناعم بواسطة ملعقة تحمل باليد اليسري و أما اليد اليمني فتستمر بالتحريك السريع لتفادي تكتل الرشاد حين ملامسته للخل.

2 - استمر بالإضافة حتي يبدأ الخليط بالتماسك.

3 - ارفع الملعقة التي كنت تقلب بها الخليط مع التوقف عن إضافة الرشاد.

4 - احفظ الدواء في مكان بارد و لا يشترط بالثلاجة.

5 - مدة صلاحية الدواء أسبوع واحد.

طريقة الاستعمال: يدهن الجزء المصاب ليلا و يترك لمدة خمس دقائق حتي يجف علي سطح الجسم ثم يغطي بالشاش حتي الصباح. تكرر العملية يوميا و لمدة عشرة أيام.

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: ما استشفى الناس بمثل لعق العسل (1).

و عن أبي عبد الله عليه السلام قال: لعق العسل فيه شفاء، قال الله عز و جل: يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ (2).

عن الصادق عليه السلام، أنه شكأ إليه رجل الداء العضال، فقال: «استوهب درهما من امرأتك من صدقها، و اشتر به عسلا، و امزجه بماء المزن، و اكتب به القرآن و اشربه، ففعل فأذهب الله عنه ذلك، فأخبر أبا عبد الله عليه السلام بذلك، فتلا: فَإِنْ طِبَّنَ لَكُمْ (3) الآية يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا الآية وَ نَزَّلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً (4) الآية وَ نُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ (5) الآية (6).

ص: 213

1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 291.

2- (2) النحل: 69:16.

3- (3) النساء: الآية 4.

4- (4) ق الآية: 5.

5- (5) الإسراء: 82:17.

6- (6) مستدرک الوسائل ج 16 ص 369 ح 17.

وفي قوله تعالى: يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ قال القرطبي: فيه تسع مسائل:

الأولي: قوله: يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ يعني العسل، فقد ورد عن علي (ع) أنه قال في تحقيره للدنيا: أشرف لباس ابن آدم فيها لعاب دودة (يعني الحرير) وأشرف شرابه رجيع نحلة (يعني العسل).

الثانية: قوله: مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ يريد أنواعه من الأحمر والأبيض والأصفر، والجامد والسائل، دليل علي أن القدرة نوعته بحسب تنوع الغذاء، كما يختلف باختلاف المراعي.

الثالثة: قوله: فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ الضمير للعسل، قاله الجمهور، أي في العسل شفاء للناس، وقيل الضمير للقرآن. قال القاضي أبو بكر بن العربي: من قال إنه القرآن بعيد ما أراه يصح عنهم، ولو صح نقلا لم يصح عقلا فإن مساق الكلام كله للعسل.

الرابعة: اختلف العلماء في قوله تعالى: فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ هل هو علي عمومه أم لا، فقالت طائفة هو علي العموم في كل حال ولكل إنسان، فقد روي عن ابن عمر، أنه كان لا يشكو قرحة ولا شيئا إلا جعل عليه عسلا، حتي الدملي إذا خرج عليه طلي عليه عسلا. وروي أن عوف بن مالك الأشجعي مرض فقيل له ألا نعالجك؟ فقال: إيتوني بماء فإن الله تعالى يقول: وَنَزَّلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً مُبَارَكًا. ثم قال: إيتوني بعسل فإن الله تعالى يقول: فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ ثم قال: إيتوني بزيت فإن الله تعالى يقول: مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ، فجاءوه بذلك كله فخلطه جميعا ثم شربه فبريء.

وقالت طائفة إن ذلك علي الخصوص ولا يقتضي في كل علة وفي كل إنسان بل إنه خبر عن أنه يشفي، ففائدة الآية إخبار عنه أنه دواء لما كثر الشفاء به، وليس بأول لفظ خصص، فالقرآن مملوء منه، ولغة العرب يأتي فيها العام كثيرا بمعني الخاص، والخاص بمعني العام.

الخامسة: الماء حياة كل شيء وقد رأينا من يقتله الماء إذا أخذه علي ما يضاره. وقد رأينا شفاء العسل، علي أن النبي (ص) قد حسم الإشكال وأزاح عنه وجه الاحتمال حين أمر الذي يشتكي بطنه بشرب العسل، فلما أخبره أخوه بأنه لم يزد إلا استطلاقا أمره بعود الشراب فبريء، وقال: صدق الله وكذب بطن أخيك.

السادسة: لسنا نستظهر علي قول نبينا (ص) بأن يصدقه الأطباء، بل لو كذبوه لكذبناهم وصدقناه (ص).

السابعة: قوله: فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ دليل علي جواز التعالج بشرب الدواء خلافا لمن كره ذلك من العلماء.

الثامنة: ذهب مالك وجماعة من أصحابه إلي أنّ لا زكاة علي العسل.

التاسعة: قوله تعالي: إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ أي يعتبرون، و من العبرة في النحل يانصاف النظر و إطفاف الفكر في عجيب أمرها، فيشهد اليقين بأن ملهمها الصنعة اللطيفة و حزمها في تفاوت أحوالها هو الله سبحانه و تعالي، يقول العلامة الزجاج في قوله تعالي: يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا :

(... إلا أنّها تلقيه من أفواهها، و إنّما قال من بطونها، لأن استحالة الأطعمة لا تكون إلا في البطن فيخرج كالريق الدائم الذي يخرج من فم ابن آدم).

و في تعليقه علي آيتي النحل يقول الفخر الرازي: «إعلم أنه تعالي لما بين إخراج الألبان من النعم و إخراج السكر و الرزق من ثمرات النخيل و الأعناب دلائل قاهرة و بينات باهرة علي أن لهذا العالم إليها قادرا مختارا حكيما فكذلك إخراج العسل من النحل دليل قاطع و برهان ساطع علي إثبات هذا المقصود».

و لقد دافع عن عمومية شفاء العسل العلامة الشنقيطي في شرحه لحديث «صدق الله و كذب بطن أخيك» فقال: و وجه قوله عليه الصلاة و السلام «صدق الله» هو كون النكرة في قوله: فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ للعموم لأنها سبقت للامتنان، فهي إحدى النكرات الأربع التي تعم، كما نص عليه السيوطي و غيره كالعطار علي جمع الجوامع و غير واحد من المحققين مثالها قوله تعالي: وَ أَنْزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً طَهُورًا و قوله: فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ .

و يري الدكتور النسيمي أنّ الآية تفيد أنّ العسل لشفاء لبعض الأمراض... إلا أنه يمكن لفئة خاصة من أهل اليقين و الصدق و الصفاء أن يستشفوا به لكل علة، و يمكن أن يحدث الشفاء بذلك كرامة أو معونة من الله تعالي لهم و ذلك خصوصية لبعض المتقين لا تعطي حكما عاما. و يري أن لفظ شفاء في الآية الكريمة نكرة و النكرة في سيقان الثبوت لا تعم (كما قال القرطبي) و مع ذلك فإنّ تنكير شفاء و عدم تعيين الفوائد العلاجية للعسل، يحرك همّة المؤمنين المختصين أن يجروا التجارب ليكتشفوا المزيد من الفوائد الدالة علي عظيم منفعة العسل العلاجية، كما يري النسيمي أن فعل النبي (ص) و تداويه بالحجامة و وصفه لأدوية أخرى كالحبة السوداء و غيرها يدل علي أن العسل ليس شفاء من كل داء. كما يري أن الواقع الطبي العملي لا يشير إلي امكانية كون العسل أو غيره يمكن أن يكون شفاء لكل داء. كما يؤكد أن التصور العقلي لا يبيح ذلك لوجود أمراض متناقضة كفرط الدرق و قصوره و انخفاض الضغط و ارتفاعه و غيرها، فلا يعقل (كما يري النسيمي) أن يكون العسل سببا

ماديا للشفاء من حالتين متضادتين وبالتالي لا يتصور أن يكون دواء لكل داء.

ويري الدكتور ظافر العطار أن آية النحل فيه شفاءً للناس صريحة في عمومها، ولا يري أي مبرر لتأويلات بعض المفسرين كالسدي وغيره، وهو إن صح عنه، يجعل الطب في المقدمة لا الشرع، ويفهم منه أن ما أقرته التجربة يصبح عنده شفاء. ويرد علي الدكتور النسيمي بأن تعدد العلاجات النبوية، إنما هو رحمة بأمتة (ص) فعدد لها الدواء، فقد لا يتيسر العسل لبعض الناس فأفسح لهم المجال بتعدد الدواء، لكن هذا لا يعني بحال أن العسل لا يفيد الشقيقة وغيرها، و حول رأي الدكتور النسيمي بعدم تصوره دواء يصلح لحالتين متضادتين، يجب أن العسل منظم للجسم البشري يعيد إليه توازنه الطبيعي و انسجامه، كما لا يرضي الدكتور العطار بجعل العسل علاجا روحيا لأهل الخصوص، فقله تعالي: فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ ، و كلمة ناس يستوي فيها المسلم و الكافر فكيف بالمؤمن!..

ويقف الدكتور حسان شمسي باشا هنا ليتساءل: لماذا قال الله تعالي: يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ و لم يذكر صراحة أن العسل هو الذي يخرج من بطون النحل، و نجيب علي تساؤله بنقل قول الدكتور البني: فالنحل لا ينتج العسل وحده فحسب بل إنه ينتج الغذاء الملكي و السم و الشمع و العكبر... و حبوب اللقاح. و لم يذكر القرآن صراحة أن العسل هو الذي يخرج من بطون النحل، أو أنه هو الذي فيه شفاء للناس، لأن الله يخرج من بطون النحل مواد متعددة شافية، لكنها لم تكن معروفة حين نزول القرآن علي سيد المرسلين... فكان هذه الآية الموجزة تتضمن المعني الذي كان معروفا في عهد الرسول (ص) عن القيمة العلاجية للعسل و المعني الذي لم يعرف إلا في القرن العشرين عن القيمة العلاجية لسم النحل و الغذاء الملكي و غيرها من منتجات النحل.

و نحن نري أن الشراب الذي وصفه المولي سبحانه و تعالي في الآية: يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ هو العسل حصرا. فليس لمفسر أن يدلي برأيه بعد أن ثبت في الحديث الصحيح «صدق الله و كذب بطن أخيك، اسقه عسلا» أن النبي (ص) فسر الشراب بالعسل، ثم إن الوصف اللغوي الذي جاءت به الآية، أتى بصيغة المفرد ليدل أن الشراب نوع واحد و إن اختلفت ألوانه و هذا ينطبق علي العسل. ثم إن الشمع ليس بشراب، و الغذاء الملكي و العكبر يفرز في فم النحلة و لا يخرج من البطن (من الناحية التشريحية) و أخيرا فإن سم النحل لو تناوله امرؤ علي شكل شراب لفسد في معدته، فهو لا يفيد مطلقا إذا ما أخذ علي شكل شراب.

و هكذا فإن المادة العلاجية القرآنية الوحيدة هي العسل، و هذا لا يعني أن المواد الأخرى التي تصنعها النحلة ليس فيها شفاء، فقد أشبعنا في كتابنا هذا، الخواص العلاجية لهذه المواد دراسة و بحثا

ولكننا لا يمكن أن نضعها ضمن الأدوية القرائية التي نص القرآن علي الاستشفاء بها.

## العسل غذاء قيم

يعتبر العسل بحق مادة غذائية قيّمة، تقف في المكان الأول كمصدر للسكريات بين كافة الأغذية. وهي، وإن كان بعضها (المصنوع من السكر العادي) يقدم من الطاقة أكثر مما يقدم العسل (1 كغ سكر تعطي 3900 حريرة، بينما يعطي 1 كغ من العسل 3150 حريرة) إلا أن غناه بالعناصر الأخرى وبنوعية سكاكره تجعل له أفضلية مطلقة لا تقبل الجدل. هذا ويجب أن ينتبه إلي عدم تسخينه فوق درجة 60 حتي لا يفقد خواصه.

وتمتاز سكاكر العسل بسرعة امتصاصها من الأمعاء وسرعة وصولها إلي الأنسجة وتمثلها في الكبد. كما أنه أفضل من السكر العادي من حيث إنه يجدد ويحفظ القوة العضلية. ولهذا نجد أن المصارعين الأمريكيين يرفعون نسبة تناولهم للعسل أثناء تدريباتهم الرياضية. و يصفه البرفسور تاوونسن Townsend بأنه الطعام الحيوي للرياضيين، فهو مصدر سريع للطاقة لا تؤدي كثرته إلي رد فعل مؤذ، كالآلام المعدية التي تحصل عند تناول كمية كبيرة من السكر العادي. وقد لاحظ أن الرياضيين الذين يتنافسون لدرجة الإرهاق، يستطيعون استعادة نشاطهم بسرعة كبيرة عند ما يتناولون شاي أو قهوة أو عصيرا محلاة بالعسل.

كما أن العسل عند ما يؤخذ بعد التمارين الرياضية فإنه يعوض النقص في الطاقة المبذولة أثناء الأنشطة العنيفة. لقد تبين في تجارب دوام القدرة أن الذين كانوا يعطون العسل قبل التجربة وأثناءها قد تحملوا مستوي أعلي من الجهد من الذين لم يتناولوه. أما الدكتور وودارد Woodard المستشار الفخري للفرق الأولمبية، أكد أنه في المباريات العنيفة يحتاج المتنافس إلي كمية كبيرة من السكر ويحدث لديه رجفان يمكن تلافيه بإعطاء العسل.

ويساعد العسل علي نمو العضوية وخاصة الفتية منها، ويلعب وجود الزيوت العطرية فيه دورا منسحطا للجهاز العصبي والقلب، لذا يؤكد البرفسور كوستوغلوبوف فائدة العسل للأشخاص المنهكين أو المجهدين فيزيائيا أو فكريا، وللناقهين من الأمراض الشديدة.

وتزداد أهمية العسل الغذائية باحتوائه علي الفيتامينات الضرورية للعضوية، فالفيتامين ب 2 يلعب دورا هاما في استقلاب المواد الغذائية و يزيد في مناعة البدن تجاه الأمراض الإبتانية. أما الفيتامين ب 6 فيلعب دورا مماثلا في الاستقلاب البروتيني و يؤدي فقده من الغذاء إلي أن تصبح البروتينات و حاصلات هضمها سموما للعضوية، و يحدث اختلاجات عند الرضع عند نقصه من

غذائهم. و حمض الغوليك يساعد في عملية توليد الدم و يشارك في عمل الغدد الصماء. فالهرمون الجنسي (ستلسترون) يصبح أكثر فعالية بوجود حمض الغوليك.

و يؤكد البروفسور شوفان R.Chauvin أن العضوية الإنسانية يمكنها أن تمتص كميات كبيرة من العسل دون أي أذى، وقد جرب العالم Noecker علي نفسه إذ تناول (300) غ من العسل يوميا مع الزيت و الطحين دون أن يشعر بأي اضطراب. كما تابع س. ملادينوف تغيرات مستوي السكر في الدم و البول عند 500 مريض كانوا خاضعين للمعالجة بالعسل (من 100-500 غ) طيلة عشرين يوما، فلم يلاحظ أي ارتفاع في مستوي سكر الدم، كما لم يلاحظ أي أثر للسكر في البول عندهم.

و وفقا لرأي زايس Zaiss و فيليبس Phillips و كيلاس Caillas فإن العسل يساعد علي هضم الأغذية الأخرى و تمثلها. أما إيوريش Ioyrish فيقول بأن التجارب أثبتت الخواص المقوية العامة للعسل: فقد زاد وزن المرضى و ارتفع الخضاب في دمائهم و نقصت نسبة التنبه في الجهاز العصبي مما جعلهم يشعرون بالراحة و النشاط. و قد ورد ذكر العسل في بعض دساتير الأدوية العالمية مثل Oxymel Simplexi و هو مزيج من العسل و الخل (بنسبة 1/3). و هذا المزيج اهتم له الأطباء المسلمون و كانوا يسمونه السكنجبين (لقوله (ص): خير الأدم الخل). و هناك أيضا Mel Calchici

و هو مزيج من العسل و اللقاح يوصف للمصابين بالنقرس. Mel Rosatum و هو مزيج متساو من العسل و منقوع الورد (50 من الورد ل 300 غ ماء) و يستعمل كمقبض...

## العسل و الداء السكري:

يحدث الداء السكري نتيجة قصور في غدة المعثكلة Pancreas حيث إنها لا تنتج كفاية البدن من الأنسولين - الهرمون الضروري لحرق السكريات و تخزينها - مما يؤدي إلي عدم استفادة البدن من السكاكر بشكل كامل و يطرح الفائض منها مع البول، لذا فبول السكريين - حلو غالبا. و يري كل من بيك Beck و سمدلي Smedley أن الداء ينجم عن تصلب المعثكلة و التهابها نتيجة الإفراط في تناول السكر العادي و ملح الطعام.

و يعتبر نقص الغلوكوجين من أهم مظاهر الاضطراب في الداء السكري. و يختزن الغلوكوجين في الكبد عادة ثم يستعمله البدن كأهم مصدر للطاقة علي شكل سكر عنب. لكن المصاب بالسكري يعجز عن حرق السكريات كما يضطرب عنده استقلاب الدهن و يؤدي إلي عدم احتراقها الكامل و إلي تشكل الحموض الأمينية غير المؤكسدة (الخلون Aceton).

و استعمال «الأنسولين» و هو هرمون المعثكلة يصلح الوضع المرضي و يحول السكاكر إلي

غلوكوجين كما يعمل علي حرق سكر العنب في الانسجة فالأنسولين ملحق في معالجة الداء السكري وليس وسيطا للشفاء. و استعماله عملية شاقة، إذ يتحتم حقنه في أوقات معينة و بمقادير يجب أن تتناسب و نوعية الطعام و مقدار سكر العنب في الدم. و لذا فإن أي مادة يمكن أن تستعمل عن طريق الفم بدلا عن حقن الأنسولين. لا- تقدر بثمن. كما أن الحمية التي تمنع المصابين بالسكري عن تناول السكريات طيلة عمرهم أمر لا يحتمل أيضا.

فإذا كان المريض المصاب بالسكري يستطيع استعمال العسل لتحويله إلي غلوكوجين لتمويل الجسم بمورد للطاقة يحتاجه كثيرا فإن ذلك يكون ذا قيمة كبرى، و هناك أدلة ثابتة تشير إلي إمكانية ذلك. فالعسل و السكر العادي يختلفان كثيرا في تركيبهما الكيميائي و في تأثيرهما الغريزي و خاصة بالنسبة للمصاب بالسكري. إن السكر العادي يستقلب في البدن إلي سكر عنب، أما العسل فيتكون من سكر عنب و سكر فواكه. و هناك اختلاف كبير بين سكر العنب و سكر الفواكه، و الذي يشكل كما رأينا السكر الرئيسي في العسل (يشكل أكثر من 40% من تركيب العسل).

و لقد تمكن منكوفسكي(1) بتجاربه علي الكلاب بعد استئصال معثكلتها أن يبرهن أن كبد هذه الحيوانات تستطيع تكوين الغلوكوجين من سكر الفواكه بالرغم من عدم تمكنها من بنائه من سكر العنب. و برهن كريج أن حقن سكر الفواكه في وريد السكريين لا يرفع سكر الدم عندهم إلا- قليلا- إذ إنهم تمكنوا من تغييره في الكبد. كما تمكن سايجي Seige أن يبرهن أن تمثل سكر الفواكه (حرقه + تكوين الغلوكوجين) سهل في العضوية و لو كانت مصابة بالسكري.

كما أن تجارب كثيرة أجراها أموس Amoss و روت Rute و بفزرنر(2) و غيرهم أثبتت أن تحمل سكر الفواكه و استقلابه في عضوية السكريين أفضل من تحمل غيره من السكاكر و خاصة سكر العنب. و من أجل هذا ينصح ريزغا السكريين أن يتناولوا العسل عوضا عن كافة ما ورد في حميتهم من ماءات فحم.

و أكد كل من كوخ(3) و بوم غارتن أن حقن سكر الفواكه في الوريد لا يرفع سكر الدم إلا بمقدار ضئيل، أقل بكثير من ارتفاعه بعد إعطاء سكر العنب، و عند إعطاء محاليل العسل وريديا فإن مستوي سكر الدم يهبط أيضا.

ص:219

1- (1) عن (Kilian و Tobiash.) .

2- (2) عن كتاب (النحلات و الطب).

3- (3) عن مقالة (H.Lempp) .



و لقد قام العالمان كيليان و توبياش من جامعة فرانكفورت بتجارب هدفها إثبات إمكانية استعمال العسل كمادة للتخلية لدى السكريين فأعطيا كمية متعادلة من العسل و سكر العنب لأشخاص أصحاء و آخرين مصابين بالسكري. فتبين أن ارتفاع سكر الدم بعد إعطاء سكر العنب يكون أكثر و أطول أمدا من ارتفاعه بعد إعطاء العسل، و أن اختلاف تغير سكر الدم هو اختلاف واضح و جلي و بعيد عن خطأ التجربة بما لا يقبل الجدل. و عند المصابين بالسكري، الذي يطرحون في أبوالهم كميات متعادلة من السكر يوميا فإن هذه الكميات لا تزيد مطلقا بعد إعطاء العسل لهم. و هناك حالات هبطت كمية السكر المطروحة في البول بعد إعطاء العسل. كما أثبت المؤلفان أن إعطاء السكريين 20 غ من العسل صباحا و 20 غ بعد الظهر دون أي تغيير في كمية الأنسولين أو نوعية الحمية لا تؤثر علي مستوي سكر الدم عندهم. و يؤكد هذان العالمان، أن العسل الصيفي، حيث لا تطعم النحلة غير رحيق الأزهار، هو عسل ممتاز للسكريين، أما العسل الشتوي، حيث تطعم النحلة السكر العادي فهو عسل لا يناسب السكريين.

و يؤكد ستراوس و روزنفلد أن سكر الفواكه، و كل السكاكر التي تعطي بعد تحللها سكر الفواكه، كالدكسترين و الملزيتوز (يعطي ذرتين سكر فواكه + ذرة سكر عنب) يتحملها السكريون أكثر من سكر العنب و لها نفس التأثير الحسن عندهم و لقد توصل منكوفسكي بتجاربه علي الكلاب بأن للعسل فائدة كبرى كمداواة داعمة لإحمضاض الدم Acetonemia الذي يصادف كاختلاط خطير للداء السكري. و كان العالم فون نوردن قد أوحى في كتابه منذ عام 1898 بإعطاء سكر الفواكه لمعالجة تخلون الدم و ما يرافقه من سبات أحيانا.

و لعل أقدم مشاهدة عن معالجة الداء السكري بالعسل تعود إلي الطبيب الروسي أ. دافيدوف(1)

عام 1915 حيث يقول: «إن العسل يمكن أن يكون ضروريا للمصابين بالداء السكري في كثير من الأحوال، فهو كمادة حلوة لذيذة، يمكنه إذا ما أضيف إلي جدول الحمية الخاص بالسكريين أن يفي برغباتهم نحو المادة السكرية دون أن يحيجهم إلي تناولها بأشكالها الضارة لهم، كما ثبت أن العسل يمنع تخلون الدم و ينقص إفراغ سكر العنب في بول المصابين».

و قد درس البرفسور(2) فاتيف Vatev تأثير العسل علي الأطفال المصابين بالداء السكري و يبين له بشكل لا يقبل الجدل حسن تأثير العسل علي سير الداء عندهم. فقد عالج 36 طفلا مصابين

ص:220

1- (1) عن مجلة (الطبيب الروسي).

2- (2) عن كتاب (العسل و المعالجة بالعسل): ملادينوف.

بالسكري بإعطاء الطفل ملعقة شاي من العسل قبل كل طعام (3 ملاعق يوميا).

و من أمريكا(1) أشتهر كل من الدكتور مريك (من أوهايو) وغوس من (Middel Perry) بمعالجة الداء السكري بالعسل، بنجاح. أما البرفسور جيورجي (مكتشف الفيتامين ج) فقد نشر بحثا عن استعمال حمض العنبر Succinic acid لمعالجة السكريين. وهذه الملاحظة تبين دور الحموض العضوية الموجودة في العسل إلي جانب حمض العنبر كحمض اللبن والتفاح وغيرها في الداء السكري و يبدو أنها تعدل من تشكل مادة الخلون عند المصابين.

و اعتمادا علي ما اكتشف حديثا من أن العسل يحتوي علي مواد تعادل بتأثيرها الأنولين، و أنّ سكره هو سكر الفواكه فإن إيوريش(2) ينصح السكريين بتناول العسل و خصوصا (العسل الفيتاميني) الذي حضر في معهد الفيتامينات للأبحاث في موسكو. و هو عسل طبيعي مضاف إليه الفيتامين ب 1 و ب ب و ج، التي ثبت أن لها تأثيرا حسنا علي استقلاب السكريات في عضوية المصابين بالسكري.

و نحن نري أن المصابين بالسكري يمكنهم أن يجربوا ما ورد علي لسان مشاهير الأطباء من تناول العسل بشرط أن يتحروا العسل الصافي الخالي من الغش، و أن يتأكدوا من أن النحل نفسه لم يطعم السكر العادي و أن تجري المعالجة تحت إشراف طبيب اختصاصي.

### العسل للوقاية من نخر الأسنان:

(3)

تؤيد أبحاث الفيزيولوجي الكندي ف. بانتنغ(4) التأثير السيء للسكر العادي علي الأسنان و أن تزايد النخور السنية في العالم بشكل مريع يتبع زيادة مقدار السكاكر في القوام الغذائي. و يشير ماكليدون إلي أن الشاي يحوي علي الفلور بكمية كافية للوقاية من نخر الأسنان، غير أن اعتياد الناس شرب الشاي مع السكر، و هي مادة تسرع في النخر يفقد الشاي تلك الخاصية الهامة، و لذا يوصي ماكليدون بشرب الشاي دون سكر، أو أن يحلي بالعسل، لاحتوائه علي الفلور أيضا.

وقد نشر كل من جيمس غاريس و لطفي السامري نتيجة دراستهم لوثيقة فرعونية وجدت في أحد الأهرامات أن الفراعنة عرفوا تقنية عالية في المداواة السنية و كانوا يستعملون من أجل تقوية

ص:221

1- (1) عن كتاب Honey and Your Health لبيك و سمدلي.

2- (2) عن كتابه (النحلات صيدلانيات مجنحة).

3- (3) راجع مقالة د. ظافر العطار (مجلة عالم الطب و الصيدلة) آذار 1988.

4- (4) عن كتاب (النحلات و الطب).

الأسنان خليطة تحتوي علي العسل و الكلس و خلاصة نبات الشيح. فالعسل يقي من النخر و يطهر جوف الفم.

وقد قام ل. فوج (1 L.Waugh) و مساعدوه بدراسة علي قبائل الأسكيمو الأكثر بدائية و التي لم تتصل إلا نادرا بالرجل الأبيض و لم تعرف سكاكره المصنعة (السكر الأبيض) و قد أكدت هذه الدراسة علي أن هؤلاء الأسكيمو الذين بقوا علي طعامهم البدائي الذي لا يحوي علي السكاكر القابلة للتخمر (السكر الأبيض)، لم يكن للنخر بينهم أي وجود و لكن لما توفر لهم طعام الرجل الأبيض، ظهر النخر بينهم بشكل يتناسب طردا مع مقدار ما يتناوله من سكاكر مصنعة.

أما دراسة العلماء أوسبورن و نوريسكن (2) في قبائل البانتو في جنوب أفريقيا فقد أكدت أن السكاكر المنقاة أظهرت في الأسنان مقدارا كبيرا من انحلال الكلس، كما أكدت أن العامل الواقي من النخر الموجود في السكاكر الطبيعية يزول عند التصنيع و التنقية (السكر الأبيض). و قد شملت الدراسة فئتين: فئة قدم لها سكاكر طبيعية (عسل، دبس، تمر، تين). و قدم للفئة الثانية أطعمة حاوية علي سكاكر مصنعة (شوكولا، سكاكر، مربي...).

أما نتائج الدراسة بين فئتي السكاكر الطبيعية و المصنعة فكانت مختلفة بدرجة واسعة لذا نستطيع قبولها بكل حزم، و هي أن السكاكر الطبيعية و منها العسل لا تحدث نخرا و لا تسبب نمو العصابات اللبنية.

و يظهر البحث الذي كتبه الدكتور فرانسيسكو بوكسي (3 F.Pucci) أهمية العسل كمادة محلية تبعد عن الإنسان خطر النخر السني المبكر، و تشير الدراسة إلي أثر العسل الجيد في تثبيت الكلس في الأسنان و العظام عند حيوانات التجربة، كما أن له تأثيرا ممتازا علي العظام في طور نموها، كما يؤكد أن العسل أفاد كثيرا في نمو العظام و بزوغ الأسنان و حسن التكلس العظمي و السني.

## العسل و طب الشيوخ:

يحدث مع تقدم الإنسان في العمر تغيرات هامة في أنسجته، يرافقها شكاوي متعددة يراجع الشيوخ من أجلها أطباءهم، لعل أبرزها جفاف الجلد و تجعده و الشيب و ثقل الحركة و ضعف البصر و السمع و تصلب الشرايين و القبض المزمن، و الضعف الجنسي و غيرها، و إن رغبة الإنسان في إطالة

ص:222

1- (1) عن مجلة American J.Dis.of child ، 4، 1939.

2- (2) عن مجلة Ben-Reswarch حزيران 1937.

3- (3) عن مجلة مونتوفيديو السنوية (الأورغواي) ترجمة د. غنوم غنوم، و نشرته مجلة طب الأسنان السورية.

عمره، جعلت شغله و تفكيره يهتم في محاولة معالجة هذه الشكاوي لإعادة الشباب و النشاط إليه.

و في القرون الوسطي، أضاع حشد كبير من العلماء أوقاتهم في البحث عما دعوه بإكسير الحياة.

و علي مدي قرون، جرت محاولات متعددة، منها محاولة براون - سيكار(1) لإعادة شبابه بحقن خلاصة مائية لخصية من أرانب و كلاب، و ادعاء البرفسور «بوغوموليتش» أن نقل دماء شابة من 25-100 مل علي فترات تعتبر منشطا غريزيا فعلا يقوي وظائف العضوية الكهلة، و منها ما نشره البرفسور بارخون و أنا أصلان (1951) عن آثار إيجابية لبرنامج علاجي يقوم علي حقن مقادير متزايدة من النوفوكائين و الذي جري تصنيفه مع العقاقير المجددة للشباب. و تشير أبحاث Mora

و لينز Lenze و غيرهم إلي النتائج الجيدة لمعالجة ظواهر الشيخوخة المبكرة بالنونوكائين مشركا مع الفيتامينات أو الهرمونات(2)...

أما غسل النحل فقد أعطاه الحكماء منذ غابر العصور أهمية خاصة (بيثاغور و أبو قراط) معتقدين أن تناوله بشكل مستمر يساعد علي إطالة العمر، و قد ذكر العالم البولوني «فتفتسكي» منذ القرن الماضي عن علماء مشهورين أمثال تريمبسكي و مولباخر عمروا طويلا و كانوا يبدون حيوية و نشاطا و نضارة في الوجه، كانوا يتناولون العسل بشكل يومي مع طعامهم. و يؤكد إيوريش أن معظم المعمرين في الاتحاد السوفياتي، يعيشون في الجبال و يتعاطون تربية النحل و يتناولون العسل بكميات كبيرة.

و في عام 1959 كتب ب لوت P.Luth عن زيادة فعالية البروكائين في معالجة مظاهر الشيخوخة عند مزجه بالمحاليل العسلية. لقد درست آلية تأثير البروكائين علي بعض عوارض الشيخوخة، و أن ذلك يرجع إلي فعل محصوله الاستقلابي في البدن، و هو حمض أميني، يعتبر في الحقيقة طليعة تشكل الكولين، و الأستيل كولين في البدن، أي أنّ فعله هنا كمقو للخواص الكولينية، و كانت تحريات Luth تنحصر في البحث عن مادة غير سامة، تمتلك زيادة فعالية البروكائين فلم يجد أمامه سوي العسل الذي هو غذاء و دواء في نفس الوقت.

و بناء علي هذه النتائج، تنتج شركة Woelm الألمانية مستحضرا هو Procopin G2 يتكون من:

بروكائين 2% + روتين 0,5% + غلوتامينات الصوديوم 1% + محلول عسلي مصفي من غروياته 10% أعطي هذا المستحضر ل 24 مريضا من الشيوخ و كانت النتائج بشكل عام مدعاة للغبطة، فقد أبدى تأثيرا حسنا علي سير الثعلبة و علي الشيب، و كانت تأثيراته ممتازة علي مظاهر الجلد الشائخ المختلفة

ص:223

1- (1) عن كتاب (النحلات صيدلانيات مجنحة).

2- (2) عن مجلة Arztlische Praxis الألمانية و عربه د. عبد الرحمن القادري.

(Gerodermia) وعللي سير كثير من شكاوي الشيوخ من انحطاط ووهن عام و آلام في الرأس ووهن عصبي و نفسي و التي تشكل بمجموعها ما يدعي بتناذر انخفاض القدرة علي العمل، و في إزالة هذه العوارض عند معظم المعالجين. كما تبين بالدليل القاطع أن للبروكائين مع العسل تأثيرات ضابطة و منظمة لخوارج الانقباض و تسرع القلب الإشتدادي، و علي الإعلالات المفصلية المزمنة غير المشوهة، كما أبدت حالات من تصلب الدماغ تحسنا ملحوظا.

### أهمية العسل في تغذية الأطفال:

أكدت المشاهدات السريرية لعدد كبير من الباحثين القيمة الكبرى لعسل النحل كمادة غذائية و وقائية ممتازة لعضوية الطفل. و لقد تبين لجميع الباحثين أن العسل يزيد الخضاب و عدد الكريات الحمر في دماء الأطفال. و هناك تقادير كثيرة من بلدان العالم، و حيث تكثر التجارب في حقل تغذية الأطفال و خصوصا بالنسبة لأمراضهم التي تترافق باضطرابات هضمية أو سوء تغذية أو فاقة دموية، تشير إلي أن العسل حين يدخل في جداول الحمية لهؤلاء الأطفال فهناك تحسن ملحوظ و سريع في حالة الطفل المريض و صحته العامة.

و أثبت غولومب (1) (من معهد دنير وبتروفسك الطبي) أن إضافة العسل إلي جدول تغذية الأطفال المرضى، أدي إلي إسراع شفائهم بشكل ملحوظ علاوة علي الزيادة البيئية في وزنهم، و توضح مقالة لابورد (2) Laborde كذلك ما للعسل من تأثير ممتاز علي تحسن الخط البياني لوزن الطفل. و العسل، بخاصيته المضادة للجراثيم، يساعد صغار الأطفال علي تجنب الإصابة بالتعفنات المعوية الجرثومية. و يبين إيوريش (3) أن الأطفال المصابين بالزحار العصوي و المعالجين بالدي سولفون تغيب عصيات الزحار في برازهم بعد 5 أيام من المعالجة أما إذا أشركت المعالجة بالعسل فإن تلك العصيات تغيب نهائيا من البراز بعد 24 ساعة فقط علي بدء المعالجة.

و نظرا لأن تغذية الطفل لم تعد خالصة من لبن الأم، رغم فائدته للأم و الرضيع معا، فإن الأطباء في كل أنحاء العالم ينصحون بالعسل كمادة محلية سواء للحليب أو لصنع أغذية الأطفال من خبيصة أو سميد و غيرها، و ذلك لأنه سكر بسيط يقدم طاقة وافرة و تغذية ممتازة في المرحلة الحرجة من نمو الطفل، و بسبب غناه بالمواد الحياتية المعدنية Oligorlemnts، فإن تجارب ماغني Magni و غيرها

ص: 224

1- (1) عن إيوريش (النحلات صيدلانيات مجنحة).

2- (2) عن كتاب The'se Bordeaux .

3- (3) عن كتابه (النحلات و الطب).

برهنت أن لمادة العسل قدرة علي القيام بنشاط حاث Stimulant علي نمو الطفل مبعدا عنه أيضا خطر الكساح لما فيه من الفيتامينات و بقية مقومات النمو. و أكد كومبي(1) أن إضافة العسل إلي الحليب المعقم بالغليان يعيد إليه خواصه، كما لاحظ خواص العسل المليئة عند الأطفال. فالأطفال الذين يعتمدون في تغذيتهم علي العسل يمتازون بحالة جيدة لجهازهم الهضمي و بانعدام الغازات البطنية عندهم، يعود ذلك لفعل الأحماض العضوية و الزيوت الطيارة الموجودة في العسل و التي تنبه بشكل مستمر شهية الطفل و حركة الأمعاء.

و في مركز رعاية الأطفال التابع لكلية طب باريز أجري الطيبان(2) أليسون و ناربونون تجارب علي الخدج(3) فأضافا كمية زهيدة من العسل إلي غذائهم، ثم تزداد تباعا كمية العسل لتصل إلي 10 غ يوميا لكل كغ من وزن الطفل، و قد تبين لهم أن الخدج يقبلون جيدا علي الرضاعة من الحليب المحلي بالعسل و يصبح المص أكثر قوة مما لو حلي الحليب بالسكر العادي. كما ظهرت خواص العسل المليئة. و قد تبين أنه حين إصابة الخدج ببعض الإضطرابات الهضمية فإن إعطاء الشاي المحلي بالعسل (بنسبة 5%) هو الحل المثالي. هذا و يمكن أن يشار للأطفال بعمر فوق 3 شهور بقليل من العسل الصافي (ملعقة شاي كل يوم)، و هو إجراء رائع عند تهينة الطفل للفظام.

و يري ب. لوتينغر(4) P.Lutinger أن العسل مفيد جدا للأطفال بعكس السكر العادي الذي يجلب الكثير من الأذي - علي حد قوله، كما ينصح بإعطاء ملعقة شاي واحدة من العسل مع 200 غ من مغلي الشعير لوقف أي إسهال صيفي عند الطفل. كما يري أنّ للأعسال ذات الرائحة الشديدة خواص مسكنة و تؤدي إلي نوم الطفل ذي المزاج العصبي. أما جارفيس(5) فيؤكد فائدة العسل (20 غ يوميا مع العشاء) لمعالجة الأطفال المصابين بالتبول الليلي. و يصرفيليس(6) علي تحلية المصاصات Beberons بالعسل عوضا عن السكر، بإضافة ملعقة شاي من العسل للمصاصة في الشهرين الأولين من عمر الطفل، و ملعقتين في الشهرين 3-4 ثم ب 3 ملاعق. و يعلل ذلك بأن هضم السكر العادي قد يعسر عند بعض الأطفال بينما سكاكر العسل مهضومة و سهلة الامتصاص، كما يري أن الاستمرار علي هذا البرنامج يسهل ظهور أسنان الطفل و يجعله أقل عرضة لأعراض التسنن.

ص:225

1- (1) عن مجلة (Arch.Am.med.Inf.J.) ، 1926.

2- (2) عن مجلة 'Revue de die'te'tique' و عربها د. سروجي و د. مصري.

3- (3) الخدج جمع خديج: الطفل المولود قبل الأوان.

4- (4) عن كتاب Honey and Your Health لبيك و سمدلي.

5- (5) عن كتابه (الطب الشعبي) ت. رويحة.

6- (6) عن كتاب Trahte de Biol.del L'Abeille .

و يستعمل ميخائيليس(1) العسل في إصابات الفم و الأمعاء حيث لا يخلو تناول السكر العادي من خطر بالنسبة للطفل الصغير. أما زايس فيجزم بحسن تأثير العسل علي نمو الأطفال و يري ريزغا(2) أن إدخال العسل في حمية الأطفال يقوي عضوية الضعفاء منهم و القليلي النمو. و قد أجري الأستاذان(3) هافيغي Haffeige و موزا (1985) Mosa دراسة في قسم الأطفال في جامعة ناتال استخدموا فيها محاليل العسل للرضع و الأطفال المصابين بالتهابات معدية و معوية و أظهرت النتائج أن العسل يقصر مدة الإسهال عند الأطفال المصابين بالتهابات هضمية ناجمة عن جراثيم ممرضة كالسلمونيلا و الشيغيلا و غيرها، كما أنه لا يطيل أمد الإسهالات غير الجرثومية، و يمكن استعماله بأمان كبديل عن سكر العنب محلولا في سائل يحتوي علي الشوارد بالتركيز الموصي به علميا لإزالة التجفاف. و قد أجري العالمان فيجنك Vignec و جوليا Julia دراسة علي 387 طفلا قسموا إلي 3 مجموعات و أعطوا نفس الراتب المغذي، غير أن المادة المحلية للمجموعة الأولى كانت السكر العادي، و للثانية: دكستين سكر الشعير و الثالثة: العسل فتبين تفوق الأطفال الذين أطمعوا العسل من حيث الوزن و النمو و نسبة خضاب الدم. و يؤكد إيوريش(4) أن إضافة ملعقة شاي واحدة من العسل إلي قوام الطفل الغذائي يعطيه من الفائدة أكثر مما يعطيه 25 غ من السكر. فالسكر هو ماء فحمي كثير الحريات فقط أما العسل فهو مركب حيوي فيه العديد من الخمائر و الفيتامينات و الهرمونات، و خاصة الدور الذي يلعبه حمض الغوليك في النمو و تكوين عناصر الدم، و دور البريدوكسين (vit.b6) في استقلاب البروتينات و منعه ظهور الاختلاجات عند الأطفال الناجمة عن نقصه غالبا.

و للعسل تأثير حسن علي تمثل الكالسيوم و المغنيزيوم في العضوية و يزداد احتباسهما فيها عند ما يدخل العسل في قوام الطفل الغذائي مما يمنع إصابته بالخرع و الكساح(5). و هكذا نري أهمية العسل الكبرى في قوام الطفل الغذائي علي اختلاف مراحل نموه، سواء من أجل النمو الطبيعي السوي أو من أجل وقايتهم من أمراض الطفولة المختلفة.

ص:226

- 1- (1) عن مقالة (الوقاية بالعسل) تعريب قدسي و عطفة في مجلة العلوم اللبنانية.
- 2- (2) عن كتاب (النحلات و الطب).
- 3- (3) عن مقالتهما في مجلة الأمراض الأطفال الأمريكية، عربها د. نبيه الغبرة.
- 4- (4) عن كتابه (مفكرة النحال)، عربها د. الدقر و نشرتها مجلة جيش الشعب.
- 5- (5) عن مقالة (Knott and Schultz).

## معالجة الجروح و القروح و آفات الجلد بالعسل:

إن معالجة نقيحات الجلد و تقرحاته و الجروح العفنة بالعسل معروفة منذ القدم. فعلي أوراق البردي عند الفراعنة وجدت و صفة لمعالجة الجروح، أن تضمّد بصوف مغمّس بمزيج من العسل و البخور. و في تفسير ابن كثير رواية عن ابن عمر (رض) أنه ما خرج له دمل إلا لطفه بالعسل و قرأ عليه شيئا من القرآن لينال الأجر ضعفين. و في (القانون في الطب) لابن سينا و صفات لمراهم جلدية يدخل فيها العسل و خاصة لمعالجة قرحات الجلد العميقة و المتعفنة. و في كتاب البروفسور الروسي (جاروكوفسكي) (1) نصائح عن كيفية معالجة أمراض الجلد بالعسل. و في الطب الشعبي يعالجون الجروح و السحجات الرضية بمزيج متساو من العسل و الخل.

و قد نشر لوكه (2) (H.Lucke 1933) نتائج معالجته للجروح المتقيحة بمزيج يدخل فيه العسل و زيت السمك. و يعتبر منطلقا له تأثير العسل في التئام الجروح و نظافتها و تأثير زيت السمك علي التبرعم.

و الجراح الشهير كرينتسكي (1938) عالج بنجاح مصابين بالتهاب الغدد العرقية، التهاب عظم و نقي و حروق متنوعة بمزيج دهني - عسلي. و يري أنه بتأثير العسل يزداد بكثرة محتوى مفرزات الجروح من مادة الغلوتاتيون التي تلعب دورا هاما في الأكسدة و الترميم . Regeneration

و في مشفى فرونزة العسكري عالج كل من بلنيك و كيريك 45 جريحا مصابين بجروح مزمنة معندة بعضها مختلط بذات عظم و نقي، بتطبيق العسل صرفا في الجروح، استمرت المعالجة من 20-45 يوما و كانت النتائج باهرة. فقد شفي منهم 40 مريضا بشكل تام، و أوقف العلاج عند 3 مرضي لحدوث تخريش شديد موضعي، و لم يظهر تأثير العسل في حالتين فقط.

و في عام 1944 أجري سمرنوف (3) Smernov أستاذ الجراحة في معهد مولونوف الطبي في مدينة أومسك تجارب بمداواة الجروح بالعسل. و أكد أن الجرح ينظف من القيح خلال بضعة أيام و يتحسن الدوران الدموي في المنطقة و يظهر نسيج حبيبي و ردي. فالعسل يحرض نمو النسيج الحبيبي إذ يصبح أشد كثافة و حيوية و تتحسن عملية التغطية الجلدية Epithelization . أما ملء

ص:227

1- (1) عن كتاب (النحلات صيدلانيات مجنحة).

2- (2) عن كتاب (Bees and people) .

3- (3) عن مجلة البيولوجيا الأوزبكية. عربها د. محمد وليد حمودة و نشرت في المجلة الطبية العربية.



الفجوات العظمية بالعسل بعد تشطّيتها فلم يعط النتائج المرجوة.

الطبيب الصيني (1) ك. ل. يونغ أكد (1944) أن العسل علاج ممتاز لتقرحات الساق المزمنة وفي معالجة الجروح والقشب. وقد طبق مرهما مكونا من العسل 5/4 و الفازلين 5/1 أو Petrolatum Gelly. أما بوادي من أوكرانيا فقد طبق ضمادا من العسل الصرف لمعالجة القروح الواهنة، التي طال الأمد دون شفاؤها، وحصل علي التئام سريع لها.

وقد أكد كل من خاتشاتوريان و بابوفا (2) (من معهد الطب الثاني في موسكو) نجاح المعالجة بالعسل لمصابين بأفات جلدية متنوعة (دمامل، جمره حميدة، تينة عنقودية).

أما أ. جلفمان (3) Gelfman فقد كتب (1946) عن معالجته لجروح واهنة، بعضها مختلط بذات عظم و نقي و كسور عظمية مفتوحة بتطبيق محاليل العسل بالتحريد الكهربائي Electrophoresis

أدت المعالجة إلي نشاط فعّال للتحجب الخلوي Granulation ، كما نظفت الجروح من القيح بسرعة ثم التامت بشكل جيد.

أما الدكتور ميخائيل بولمان (4) ، المولد و الجراح النسائي فقد كتب مقالة (1955) شرح فيها معاناته من المطهرات الكيماوية التي كان يستعملها أثناء عملياته الجراحية و كيف أنّ لكل منها آثارا سميّة عامة، و تفاعلات موضعية تخريشية، و كانت خبرته مقتصرة علي عمليات قطع الفرج، التي يصعب فيها إجراء تطهير جيد، و التي تجري في منطقة تعرف سلفا بنتائجها غير المرضية، و التي كثيرا ما كان سطحها الخارجي يسير أشهرا لئتم التئامه. لقد تغير سير العمليات جذريا عند ما استبدل العسل بما كان يطبقه من مطهرات كضماد يغير كل 24 ساعة حتي الاقتراب من الشفاء حيث يطبق ضمادا جافا. و يورد بولمان حالة مصابة بسرطان الثدي، عولجت بالأشعة، و خلّفت الآفة تقرحا كهفيا عفنا صعب التئامه فعالجه بصب العسل داخله، مما أدّى إلي نظافة سريعة غير متوقعة و إلي التئام سريع بعد ذلك.

و يختم بولمان مقالته عن الضمادات العسلية بقوله «عندي كل المعطيات الإيجابية كي أفكر بهذه المادة البسيطة التي تجيب علي كل الأسئلة حول مشاكل القروح المتقيحة: فهي مادة غير مخرشة غير سامة، عقيمة بذاتها، مضادة للجراثيم، مغذية للجلد، سهلة التحضير و الاستعمال،

ص: 228

1- (1) عن كتاب (النحلات و الطب).

2- (2) مجلة أمراض الجلد موسكو (1945).

3- (3) عن كتاب (Bees and people).

4- (4) عن مجلة النحل البريطانية و قد عربها د. نبيه الغبرة.

وفوق كل ذلك فهي مادة جد فعالة».

البروفسور(1) ديموفيتش (من معهد الطب الثاني - موسكو) نشر (1957) بحثا ضمّنه النتائج الباهرة لمعالجته ل 330 مريضا بمرهم كونكوف العسلي(2).

شملت الحالات المعالجة حروقا و جروحا بطيئة الالتئام و تقرحات جلدية و خراجات و التهاب عظم و نقي و التهاب حول الأظافر و فلغمونات و دمامل و جمره حميدة و التهاب ما حول الشرج وغيرها. و يؤكّد أن العسل يملك خواص مضادة للجراثيم و مسكنة للألام علاوة علي خاصته المرممة و تنشيطه لنمو البراعم الحبيبية.

أما أدرف(3) Raff فكان يعالج الخراجات و الدمامل بتطبيق لصوق مكوّن من عجينة من العسل و الطحين. و ينصح ب. ريزغا المحروقين بالماء الساخن بتطبيق العسل الصرف موضعيا. أما غ. إيفاخنكو فيطبق مزيج العسل و الزيت لمعالجة حروق الجلد الحرارية.

أما ألبرت شويتز (1965) فيوضح تأثير العسل في شفاء الجروح(4) بما فيه من مواد مضادة للجراثيم، علاوة علي أنّ تركيزه السكري العالي يزيد من ورود الدم و اللنف إلي ناحية التقرح، و اللنف بألية ميكانيكية يجرف معه الجراثيم حيث تنشط البالعات لاجترارها، فلو أخذت لطاخة من قعر الآفة أثناء المعالجة و فحصت لوجد فيها أعداد كبيرة من ملتهمات الجراثيم (Macrophage) .

و يفسر برغمان(5) (A.Bergman 1983) تأثير العسل في التئام الجروح بأليات ثلاث: أولا هما احتواؤه علي خميرة الكاتالاز، و الثانية وجود المادة المانعة لنمو الجراثيم (الإنهيين)، و الثالثة أن العسل يوفر مصدرا ممتازا للطاقة فهو يغذي الأنسجة و التي تكون غالبا في حالة الهدم Catabolic

. State

وقد أشار الدكتور ويبر(6)(من كلية اسبورغ) إلي تأثير العسل المسكن للحكة و المنذب في حالات الحكة الشرجية أو الفرجية بحيث يطبق علي المنطقة مع مسّاج خفيف جدا بحيث نحصل علي

ص:229

1- (1) عن كتاب (النحلات و الطب).

2- (2) مرهم كونكوف يتكون من العسل 62 غ زيت سمك 33,5 غ قطران خشبي 3 غ ريفانول أو أكرينولين 0,3 غ ماء معقم 1,2 غ.

3- (3) عن كتاب (النحلات و الطب).

4- (4) عن مجلة La Gazette Appicole .

5- (5) عن مجلة 145 ، Amer.J.Surg ، لعام 1983.

6- (6) عن مقالة (عسل النحل): أعدّها بديه الحسيني.

تحسّن مجد بصورة آنية و تتوقف الحكمة غير المحتملة خلال عدة أيام.

و في عام 1974 نشر دانييلوف(1) نتائج معالجته لمرضي مصابين بأكزيمة منتشرة، و التهاب الجلد العصبي و التأتب الجلدي بتطبيق العسل بالتشريد الكهربائي، و أتبعه بنفس الوقت بمرهم عسلي يدخل فيه القطران الخشبي بنسبة 2%. مما أدى إلي تراجع عناصر الإندفاع و توقف الحكمة و تناقص الارتشاح في منطقة الإصابة عند معظم المعالجين. كما عالج الدكتورع. الخطيب(2) حالات حروق شديدة و حالات من العد الشائع (حب الشباب) و التأتب الجلدي بمرهم عسلي.

و في عام 1978 أجري الدكتور بيرلانندو(3)(من جامعة بايطاليا) دراسة ممتعة مقارنة تأثير العسل علي حروق صناعية أحدثت علي جلد الجرذان بالنسبة إلي مجموعات أخري لم تعالج بالعسل. فالحروق التي عولجت بالعسل كانت النتائج أكثر من ناجحة و تم الشفاء بسرعة مدهشة حيث أبدي الجلد المحروق حيوية مدهشة عند تطبيق العسل و ظهرت فيه علائم توليد بعض الأربطة و قلّ الإفراز النتحي و حدث تشكّل شبكي و غرائي جديد و ظهر النسيج الحبيبي بوفرة في الأدمة و اتجهت البشرة الظاهرة نحو التغطية الجلدية المبكرة و هي غنية بمولدات الليف. مما يؤكّد أنّ العسل يحتوي علي مواد مضادة للجراثيم و الالتهاب إلي جانب منشطات النمو و التكاثّر الخلوي.

و من بريستول كتبت هلتون(4) Hulton عن النتائج الحسنة لتضميد القرحات التوسّدية يوميا بالعسل الصافي مع تغطية الآفة فوق الشاش بساتر كتيّم يمنع نفوذ الماء.

و في الحقيقة فبالرغم من تقدم الطب و ظهور المزيد من العقاقير فإننا لا نزال نشاهد في ممارستنا اليومية حوادث من تقيحات جلدية و تقرحات و هنية لا تعنو للعلاجات التي بين أيدينا و لو استعملنا أوسع المضادات الحيوية طيفا و أشدها فتكا و لذا فقد قررنا (1971) تجربة العسل في تلك الحوادث المختارة التي عندت علي المعالجة و طال الأمد دون شفائها(5).

الحالة الأولى (المريض د. ك 43 سنة) راجعنا بتقرح واسع في صيوان الأذن اليمني مع خبز و نزقيحي و ألم شديد في الناحية. بدأت الآفة قبل 2,5 شهر علي شكل دمل، تقرح بعد أسبوعين و امتد التقرح و اتسع، عولج بالمضادات الحيوية و المطهرات الموضعية بدون فائدة، تفاعل السلين

ص:230

- 1- (1) عن مجلة (النحالة) موسكو 1974.
- 2- (2) عن كتابه (عسل النحل: شفاء نزل به الوحي).
- 3- (3) عن مقالة لأسامة قوتلي و ظافر عطار (مجلة عالم الطب و الصيدلة) أكتوبر 1987.
- 4- (4) عن مقالة لأسامة قوتلي و ظافر عطار (مجلة عالم الطب و الصيدلة) شباط 1986.
- 5- (5) ألقيت في محاضرة في المؤتمر السنوي للخريجين في الجامعة الأمريكية في بيروت، مارس 1974.

سليبي و اللايشمانيا غير موجودة. طبقنا ضمادا (عسل + زيت سمك) يغير يوميا مع معالجة مناعية (استدما ذاتي). شاهدنا نظافة التقرح بعد 3 أيام ثم ظهر نسيج حبيبي شامل و تراجعت الودمة و الألم تدريجيا ثم بدأ الجلد في محيط الآفة يمتد نحو المركز. و قد تم الشفاء خلال 14 يوما.

الحالة الثانية (المريض ع. س 42 سنة) راجعنا بتقرح و هني في أخمص القدم (4 \* 6 سم) حوافه غير منتظمة، قعره متسخ يظهر النسيج العضلي في منتصفه. بدأت القصة منذ 4 شهور حيث استؤصل للمريض ثفن عرطل تقيح الجلد بعدها و أدي الضياع المادي مع التقيح الثانوي إلي تشكل التقرح الذي عالجه المريض طيلة هذه الفترة بالمضادات الحيوية و المطهرات دون جدوي. طبقنا للمريض ضمادا يوميا بمزيج العسل مع زيت السمك فنظفت القرحة خلال 4 أيام و تم التئام التقرح كاملا خلال 20 يوما.

الحالة الثالثة (المريض أ. ع 46 سنة) راجعنا من أجل تقرح رضي علي ركبته اليمني (5 \* 7 سم) حوافه غير منتظمة و يشمل طبقات الجلد كلها. بدأت الآفة منذ 7 شهور عقب رض في حادث سيارة أدي إلي ضياع مادي و تقيح ثانوي، عولج طيلة هذه المدة دون تحسن. طبقنا للمريض ضمادا عسليا مع زيت السمك لمدة 10 أيام، ثم انتقلنا إلي ضماد عسلي صرف. لاحظنا أن سير الالتئام كان بطيئا لاتساع سطح الآفة و شمولها طبقات الجلد، و لتعرض الآفة (منطقة الركبة) للحركة المستمرة. و قد تم الالتئام خلال 6 أسابيع.

الحالة الرابعة (المريض ا. ع 65 سنة) ألزمته آفته القلبية الفراش فحدثت تقرحات واضحة في الإليتين و القطن، عولجت دون جدوي، و كان عيار سكر الدم 1,45 غ/ل. طبقنا للمريض ضمادا عسليا صرفا يغير يوميا مع التوصية بتحريك المريض و تغيير وضعيته. سار الالتئام بشكل سريع و جيد حيث اكتمل خلال 12 يوما.

و في بعض الحالات طبقنا مرهما عسليا يدخل فيه زيت الزيتون و الكالامين. و كانت مجموع الحالات المدروسة من قبلنا 21، منهم 2 - قروح دوائية، 3 - حروق، 4 - خشك ريشات اضطجاعية (تقرحات توسدية)، 1 - جرح و هني عقب استئصال ورم خبيث جراحيا، 2 - جمرة حميدة، 4 - تقرحات أو تقيحات اكيمائية عميقة، 7 - تقرحات و هنية عقب رضوض أو عمليات جراحية رافقها ضياع مادي كبير.

و نستطيع القول من خلال مشاهداتنا و من النتائج الممتازة التي توصلنا إليها بواسطة الضمادات أو المراهم العسلية، إن للعسل تأثيرا ممتازا علي سير الالتئام و الترميم في كافة القروح الجلدية و علي دحر الإلتان المرافق أو المسبب للآفة. و نحن نري ضرورة تجربته علي نطاق واسع سواء كعلاج و حيد

أو كسواغ في المراهم التي تستعمل في آفات الجلد الالتهابية و تقرحاته المزمنة و كضماد ممتاز عقب العمليات الجراحية و خاصة الملوثة منها.

و ما زالت الأبحاث تتوالي من مختلف أنحاء العالم تؤكد النتائج التي توصلنا إليها. فهذا محاسن وادي و زملاؤه من السودان(1) نشروا بحثا عن نتائج معالجتهم بالعسل ل 12 مريضا مصابين بتقرحات مزمنة لم تكن لأي من المعالجات المعهودة. حيث لاحظوا التأثير المبيد للجراثيم للعسل و تحسن الدورة الدموية في المنطقة و نشاط نمو البراعم الحبيبية و سرعة عملية التغطية الجلدية حتي الشفاء الكامل.

و هذا الجراح البريطاني(2) سبنسر إفم (Spenser Efem 1988) يعلن نجاح معالجته بالعسل ل 59 مريضا مصابين بجروح و تقرحات مختلفة منها: 3 - موات فورنير، 10 - حروق، 6 - قرحات استوائية، 6 - تقرحات رضية، 4 - تقرحات عند سكريين، 4 - تقرحات توسدية و غيرها، شفيت كلها عدا حالة واحدة شخصت علي أنها قرحة بورولية(3) لم تستجب للمعالجة. فالتقرحات أصبحت عقيمة خلال أسبوع، كما أنّ العسل يعجل من التئام القرحات مستبدلا بالنسيج المتموت نسيجا حبيبيا كما أنه يحضّر علي التغطية الجلدية Epithelization و علي امتصاص الوذمات من محيط الآفات.

و يذكر أنّ المرضي السكريين الأربعة الذين ثبت أنّ داءهم السكري يصعب ضبطه، أصبح مسيطرا عليه بعد التعقيم الناجح لآفتهم بالعسل. و قد تم تجنب البتر بعد معالجة تقرحاتهم و التئامها بالعسل.

### حقن العسل في مداواة الأمراض الجلدية:

أورد البروفسور أميش(4) نتائج مذهلة لمعالجته بمحلول M2 WOELM العسلي ل 71 مريضا مصابين بآفات جلدية حاكة مزمنة و معدنة علي المعالجة لأكثر من 10 سنوات كان منها آفات أكزيمية و أكالات و التهاب جلد عصبي، تم شفاؤهم خلال أيام بعد عدة حقن وريديّة من هذا المستحضر.

و يري أميش أنّ المحلول العسلي يبدي تأثيرا مضادا للحكّة، و مهدئا سريعا أفضل بكثير مما

ص:232

- 1- (1) عن مقالة له في مجلة (عالم الطب و الصيدلة) حزيران 1987.
- 2- (2) عن مقالة (أيوب و عطار) مجلة المهندس الزراعي العربي بدمشق.
- 3- (3) القرحة البورولية: قرحة جلدية تتصف بانتشار التنخر الخلوي في النسيج الدهني تحت الجلد و تنجم عن الجراثيم الفطرية المقيحة، و تنتشر في أوغندة علي ضفاف النيل.
- 4- (4) O.Ammich: «Zschr Fur Haut.U.Geschtskz»N ، 1947 (4)

بيديه محلول غلوكونات الكلس أو اللومينال. فهو علاج فريد في هذا المضمار وأنّ الداء السكري لا يشكل مضاد استطباب لاستعماله. و أيد العالم شيرم(1) هذه النتائج في مقدرة المحلول العسلي علي إيقاف الحكّة علي اختلاف منشئها. وأثبت بنغولد Bingold حسن تأثير هذا المستحضر العسلي في مداواة الحكات المختلفة وخاصة عند مرضي الكبد الذين يشكون من حكّة غير محتملة مع اليرقان.

و أكد دليلر Deller أنّ حقن مزيج معادل من السكاكر لا يحدث التأثير نفسه، وبرهن علي وجود مادة «مجهولة» في العسل مسؤولة عن هذا التأثير المضاد للحكّة تختلف تماما عن تأثير السكاكر.

### قناع من عسل و نتقي مظاهر الشيخوخة المبكرة:

يعاني الجلد بعد سن الأربعين من تغيرات ضمورية واستحالية تشمل كافة النسيج المكونة له، يفقد معها الجلد خاصيته للاحتفاظ بالقدر اللازم من الرطوبة ويضعف إفرازه الدهني فيصبح جافا وتبدأ التجعدات بالظهور فيه.

و إنّ إطالة فترة شباب الجلد ورونقه وإبعاد شبح الشيخوخة عنه ممكن إلي حد ما باستعمال تمارين متنوعة لعضلات الوجه و مساجات فاعلة، وأخيرا تطبيق معاجين لتغذية البشرة وإغنائها بالغلوكوجين و الفيتامينات مما يزيد في مقويته وحيويته، وفي مقدمة هذه المواد يحتلّ العسل المكان الأول.

وقد عرفت حضارات العالم القديم من فرعونية و يونانية وغيرها خاصية العسل في المحافظة علي نضارة الجلد وحيويته. وقد عرف أنّ أشهر ملكات العالم بجمالهن: كليوباترا و بلقيس و ملكة إنكلترا السابقة (آن) كنّ يدلكن أجسادهنّ و جوههنّ بمراهم العسل.

وفي الوقت الحاضر فإنّ كميات هائلة من العسل وشمع العسل تستهلك لتحضير العديد من مستحضرات التجميل الرائعة حقا، فالبشرة تتعرض دوما للتقلبات المناخية و فعل الرياح، مما يجعلها تجف و تخشن وقد تتوسف و يقوم العسل بفعل مطهر ووقائي لها. و ينصح البرفسور أ. كارتاميشف(2) بتطبيق قناع عسلي (50 - عسل، 30 - طحين، 20 ماء) للبشرة الجافة و لمعالجة تجعدات المبكرة. ينظف الوجه بالماء و يهيأ بوضع كمادات ساخنة لمدة 3 دقائق، ثم يطبق المزيج السابق علي الوجه بين طبقتين من الشاش مجهزة بفتحات مكان الأنف و الفم و العينين، و يبقى لمدة

ص:233

1- (1) عن مقالة (ريمي شوفان): تعريب قدسي و عطفة، مجلة العلوم البيروتية.

2- (2) عن كتابه (العناية التجميلية بالجلد) موسكو.

20 دقيقة، ثم تطبق بعد إزالته كمادات ساخنة لدقيقتين و يغسل الوجه بعدها بالماء.

أما البروفسور أستفانتاتورف و الدكتور كولغونينكا (1) (من معهد موسكو المركزي للعلاج التجميلي) فينصحان ذوي البشرة الجافة و المتجعدة بوضع قناع العسل مع صفار البيض (ملعقة شاي من العسل + صفار بيضة واحدة، و قد يضاف إليه ملعقة زيت نباتي) تمزج و تطبق علي الوجه مباشرة بعد تنظيفه لمدة 15-20 دقيقة ثم يغسل الوجه بماء عادي.

و يري إيوريش (2) أن أفنعة العسل من أفضل الوسائل في العلاج التجميلي. فالعسل يطري الجلد و يغذيه، إذ يغذي أليافه بالغلوكوجين الضروري لحركة و مرونة عضلاته الملس، كما يساعد علي ارتشاف الفضلات السائلة من الجلد علاوة علي تأثيره المطهر من الجراثيم، مما يعني أن العسل و نضارة الوجه صنوان.

و يؤكد س. تونزلي (3) فضل العسل للوقاية من اضطرابات البشرة و التهاباتها نتيجة الإكثار من استعمال مواد الزينة المتنوعة (الماكياج). و يورد العديد من الوصفات العسلية. فمن أجل الحفاظ علي الشعر قويا لامعا، يدعك مقداران من العسل مع مقدار واحد من زيت الزيتون و تحفظ في مكان دافئ، ثم يدعك بها الشعر لعدة دقائق، ثم يعرض علي حرارة مصفف الشعر (السيشوار) لمدة نصف ساعة ثم يغسل. و تضمن هذه المعالجة رونق الشعر و نظافة الفروة و تطبق 1-2 مرة كل شهر.

و ينصح ربات البيوت و كل من يشكو من خشونة و جفاف اليدين أو تشققهما بتطبيق مرهم يتكون من (ملعقة كبيرة من العسل + ملعقة شاي من الغليسيرين + بياض بيضة + كمية من الطحين تصاف للمزيج حتي يصبح بشكل عجينة مناسبة).

و تورد ماريا لوبنتو (4) عددا من الوصفات التجميلية منها قناع العسل (3 ملاعق عسل صغيرة + ملعقة واحدة من ماء الورد أو ماء زهر البرتقال + طحين مقدار كاف لصنع عجينة مناسبة). و تنقل عن الصينيين و صفة لمرهم مطر للوجه و اليدين (ملعقة شاي من زيت اللوز + ملعقتان من العسل الفاتح + صفار بيضة واحدة + بضع نقاط من عطر المفضل)، و يفيد هذا الرهيم جيدا لمعالجة القشب.

و لمعالجة فرط التصبغ في الوجه من كلف أو نمش (زهرة) يحضر المزيج التالي: 6 ملاعق من العسل (و يفضل عسل الحمضيات) تمزج مع ملعقة شاي من الغليسيرين في إناء فوق بخار ماء

ص: 234

1- (1) عن كتابهما (الجمال للجميع) بالروسية.

2- (2) عن كتابه (النحلات صيدلانيات مجنحة).

3- (3) عن كتابه (Honey for Health).

4- (4) عن كتابها «Eat Honey and live longer» .

ساخن. تطفأ النار ثم يضاف ملعقة من الغول Alcohol مع بضع قطرات من عطر العنبر و ملعقة من عصير الليمون. يدهن الوجه بهذا المزيج بعد تنظيفه، ثم يزال بعد ساعة بماء فاتر.

ولتطرية الوجه تصف المرهم التالي: يذاب (مقدار) من شمع العسل علي حمام بخاري ثم يضاف إليه مقدار من عصير الليمون، 2/1 مقدار من زيت الزيتون، (مقداران) من ماء الورد أو زهر النارنج + 3 مقادير من العسل. و تصف لتشقق الشفتين و القشب مزيجا من العسل و عصير الليمون و الكولونيا بنسبة الثلث من كل منها حيث تعطي نتائج ممتازة.

و ينصح أيوريش باستعمال مغاطس العسل لكامل البدن (200-250 غ عسل لكامل المغطس) و التي تملك خواص وقائية و علاجية للجلد و للعضوية كافة. أما درجة حرارة تلك المغاطس فيقررها الطبيب المعالج حسب الوضع الصحي العام للمريض.

و من هنا نري ما لأفئعة العسل و مراهمه من تأثير ممتاز علي الجلد فهي تنشطه و تعطيه النضارة و النعومة و تخفف من تجعداته فتعيد إليه رونقه و شبابه.

### معالجة أمراض العين بالعسل:

لقد عرف العسل كعلاج ناجح في أمراض العيون منذ عهد الفراعنة الذين استعملوه في كثافات القرنية، كما عرف الهنود الاكتحال بعسل السدر لمعالجة الساد. و ذكر المقرئزي(1) أن الصحابي الجليل عوف بن مالك الأشجعي كان يكتحل بالعسل و يداوي به كل سقم.

و في أيامنا الحاضرة فإن العسل لم يفقد مكانته لمعالجة آفات العين، و حتي في كثير من الآفات المعقدة، فإن مشاهير الاختصاصيين في العالم ما زالوا يشيرون باستعماله و يشيدون بنتائجه الطيبة.

ففي سوخومي عالج ميخائيلوف(2) التهاب حواف الأجفان و التهابات و تقرحات القرنية بعسل الأوكالبتوس و حصل علي نتائج باهرة. و أكدت بلوتيفا (معهد الطب الثاني في موسكو) أن العسل علاج ممتاز في التهابات القرنية.

و في مشفي أوديسا قام الدكتور أوسالكو(3) G.Osaulko بالتحقق من فائدة العسل كسواغ لمرهم السولفيدين 3% عوضا عن السواغ الفازليني. ففي تقرحات القرنية البطيئة الالتئام جدا أدي

ص:235

1- (1) عن كتابه (نحل عبر النحل).

2- (2) عن مقالته (استعمال العسل في أمراض العين) - مجلة المنتجات النحلية العدد (2) لعام 1950.

3- (3) عن مجلة Vest.Ophthalmd (موسكو).



استعماله إلي إسرار عملية التندب، و كان فتحا غير منتظر بالنسبة للسير المعروف للمرض. كما أدّي تطبيقه عند مصابين بالتهاب قرنية مترق إلي كسر طوق عناد الآفة و أبدت تحسنا ملحوظا، و يذكر مشاهدة لمصابة بالتهاب قرنية وردّي ناكس أدّي تطبيق المرهم العسلي إلي تراجع الآفة و عودة شفافية القرنية و الرؤية كاملة (بعد أن كانت 10/4) خلال 16 يوما.

و في التهابات القرنية السلية و الإفريقية أدّي العسل إلي تراجع الارتشاح العكر و تحسن الرؤية، كما كان له نتائج جيدة في معالجة آفات القرنية من منشأ تراخومي. كما شملت مشاهدات أوسالكو حروق القرنية بالكلس (الجير) و قد شملت دراسته (135) مريضا. و يلخص ما وصل إليه من أنّ العسل يبدي بدون شك تأثيرا ممتازا علي سير مختلف آفات القرنية الالتهابية، و في حروق العين سواء بتطبيقه صرفا أو باستعماله كسواغ للمراهم العينية. و ينبه أنّه لا يجوز غلي العسل أثناء تحضير المراهم حتي لا يفقد خمائره و فيتاميناته و التي فيها سر خفي من قوته العلاجية.

و ينبه أوسالكو أنّه عند تطبيق العسل قد يبدي بعض المرضي تفاعلا موضعيا من احمرار في الملتحمة و دماغ و حكة، لكنها عوارض تزول بسرعة و لا تمنع من إتمام العلاج. و هو يدعو كافة مؤسسات طب العيون أن تفتح الباب علي مصراعيه لتطبيق العسل في معالجة أمراض العين للتحقق من فعله الدوائي.

و يؤكّد روزنشتين فائدة العسل لمعالجة جروح و التهابات القرنية. و أنّه يطبق في الحالات الحادة مرهم السولفيدين أو الستروبتوسيد العسلي في حواف الأجفان، أما بعد هدوء الحالة فيطبق العسل صرفا 2-3 مرات يوميا. و يؤكّد أنّ الندبات المتبقية بعد العلاج بالعسل أكثر نعومة و ألطف مما تخلفه الآفات بعد العلاجات الأخرى.

و من معهد لفوف الطبي عالجت أ. ماكوخينا(1) حروق العين بالعسل حيث تستخدمه كسواغ لمرهم البوسيد السوديوم أو قطراتها (15%) حيث تطبق المرهم العسلي مساء مرة واحدة و تطبق القطرة مرة كل ثلاثين دقيقة في اليوم الأول، ثم مرة واحدة كل ساعة في اليوم الثاني ثم كل ساعتين حتي الشفاء. و قد عالجت 66 مريضا (88 عينا) مصابين بحروق مهنية. و منذ اليوم الأول ظهر تحسن كبير عند 59 منهم فقد تناقص الشعور بالألم و أصبحت القرنية أكثر شفوفا و بدأت الأماكن المتنخرة تتوعي بالدم و تنورد. و لقد تم شفوف القرنية التام عند 63 عينا، و تحسنت الحالة عند 15 و بقيت 6 أعين فقط في حالة كثافة شاملة للقرنية.

ص:236

أما ن. مالانوف(1) فقد أكدت حسن تأثير العسل سواء بتطبيقه صرفاً أو كسواغ لمرهم الزئبق الأصفر لمعالجة التهابات القرنية و الملتحمة و التهاب الصلبة و ما فوق الصلبة.

أما أ. بيلتوكوفا(2) فقد عالجت بالعسل أربعين مريضاً مصابين بالتهاب القرنية منها حالات تراكمت باضطرابات اغتذائية في القرنية، و أخرى مع تقرحات في القرنية. و قد حصلت علي نتائج باهرة بتطبيق قطرات العسل مع الديوين و العسل مع زيت السمك (4 مرات في اليوم)، أو قطرة و مرهم العسل مع البوسيد الصوديوم (6 مرات في اليوم). كما طبق التشريد الكهربائي لمحلول العسل 5% في حالات وجود تغيرات ندية في القرنية و أدي إلي شفوف القرنية و زيادة الرؤية إلي درجة كبيرة. و تري بيلتوكوفا أنّ تطبيق المعالجة بالعسل ليست معالجة إمرضية سببية، و إنّما تعتبر كعامل منشط لعمليات الاستقلاب و إعادة التعمير الخلوي Regeneration في نسيج القرنية.

و في معهد أومسك الطبي(3) طبق ف. ماكسيمكو و مساعده أتلر العسل صرفاً في حروق العين مشركا مع الاستدمااء الذاتي و العلاجات العرضية. و يري ماكسيمكو أنّ العسل يمنع حصول الإلتان الثانوي الذي كثيرا ما يضاعف من أذية الإصابة. كما ينطلق من العسل مجموعة من السكاكر و الخمائر و الفيتامينات و عناصر مجهرية تعتبر عاملاً فعالاً في عودة الأفعال الاستقلابية إلي حالتها الطبيعية.

و نشر ماكسيمكو و بالوتينا(4) بحثاً عن معالجة قصر البصر عند الأطفال Myopia بالعسل بإعطائه داخلا (40-80 غ) يوميا ليحسن من مقوية الجسم عموماً مع تطبيقه موضعياً خلف الجفن السفلي 3 مرات يوميا، أو بتطبيق محاليل العسل (20%) بالتشريد الكهربائي (20-40 جلسة) حيث يزيد التروية الدموية. و يجزم المؤلفان بأنّ معظم الأطفال المعالجين شعروا بتحسّن ملحوظ، فبعد 10 أيام من بدء المعالجة خفت شكاوي الأطفال من تعب العينين عقب القراءة. و مع نهاية الدورة العلاجية (2-4 شهور) تحسنت قوة الرؤية بنسبة 1-10/2 بنفس التصحيح.

و في مستشفى المنصورة الجامعي عالج الدكتور ع. الخطيب(5) بالعسل الصرف حالات من التهاب الملتحمة و التهاب جفاف الجفون البشري و حالة من سحابة القرنية و كانت النتائج ممتازة.

ص:237

- 1- (1) مقالة مالانوف نشرنا تعريبها في مجلة العلوم اللبنانية - 1972.
- 2- (2) مقالة بيلتوكوفا نشرنا تعريبها في المجلة الطبية العربية - أيلول 1971.
- 3- (3) مقالة (العسل في حروق العين) عن كتاب (الحروق و معالجاتها) موسكو 1968.
- 4- (4) المقالة عربيها د. قصاب و د. الدقر و نشرتها مجلة الثقافة العربية (ليبيا) و الثقافة الأسبوعية دمشق.
- 5- (5) عن كتابه (عسل النحل شفاء نزل به الوحي).

و أخيراً فقد عالج ف. ماكسيمنكو(1) و بالوتينا 76 مريضاً مصابين باضطراب الدوران الدموي في شبكية العين مشاركة عند بعضهم بعثامة الجسم البلوري، بتطبيق العسل صرفاً 3-4 مرات يومياً، كما طبّق محاليله بالتشريد الكهربائي علي العين المريضة بواسطة القطبين علي التوالي (20-40 جلسة، بواقع 7 دقائق للجلسة)، كما أعطي بعضهم محاليل M2 Woelm العسلية حقناً في الوريد. و يعترف المؤلفان بعدم حصول شفاء كامل، لكن تحسناً ملحوظاً طرأ عند معظم المعالجين إذ تحسنت الدورة الدموية في قعر العين و تمّ ارتشاف الدم النازف و ازدادت القدرة البصرية إلي حد كبير.

### الاستشفاء بالعسل في أمراض الجهاز الهضمي:

عرفت معظم الشعوب القديمة العسل كعلاج في آفات الهضم. فقد ذكره ديوسكوريد لمعالجة أمراض المعدة. و وصفه النبي (ص) لأحد صحابته يسأل الدواء لاستطلاق بطنه. و الحكمة الشعبية الروسية تنادي (العسل... أفضل صديق للمعدة). و جاءت الأبحاث الحديثة لتؤكد حسن تأثير العسل علي سير الهضم.

و يري نوسباومر(2) أنّ العسل خير علاج لإراحة المريض بعد العمليات الجراحية علي الأمعاء، كما أنّه علاج جيد لمكافحة الإمساك. و ينسب ذلك لتأثير سكر الفواكه الجيد علي الحركات الحوية للأمعاء و لوجود الزيوت العطرية فيه و التي يفقدها العسل إذا ما سخن و يفقد بذلك تأثيره المضاد للقبض. و يرجع (ماير) تأثير العسل علي الحركات الحوية المعوية لوجود المواد العطرية الطيارة. أما (بيريز) فيضيف بأنّ الحموض العضوية و خاصة حمض النمل تؤثر علي جراثيم الأمعاء و تكافح التخمر.

و حسب رأي نوففي(3) فإنّ للخمائر الموجودة في العسل أثر لا ينكر علي سير و انتظام عمليات الهضم. و خاصة الدياستاز و خميرة النشاء التي لا- تتخرب في الوسط الحامضي. كما أنّ لغرويات العسل دوراً وقائياً هاماً. و يعالج (لوديانسكي)(4) المصابين بالإمساك التشنجي بإعطاء 30 غ عسل

ص:238

1- (1) عن كتاب (مجموعة أعمال أومسك) لعام 1976.

2- (2) عن شوفان (Produits Pharm).

3- (3) عن شوفان (Produits Pharm).

4- (4) عن مجلة «النحالة» 12-1976.

(مرتين يوميا) و لمدة 3 شهور. فلاحظ نقص المقوية العضلية و زوال التشنج عند معظم المعالجين، و يعزو تأثيره للجهاز الخمائري فيه و خاصة الكولين - استراز.

و يشير معظم المؤلفين بأنّ العسل ينقص الحموضة الزائدة للعصارة المعدية. وقد أورد غريغوريف مشاهدة لمريض مصاب بالتهاب في المعدة و فرط حموضة فيها مترافق بآلام نوبية، لم يتحسن بأي علاج و كان شفاؤه بعسل النحل وحده. و تشير الأبحاث السريرية(1) أنّه في نفس الوقت الذي يؤدي فيه العسل إلي نقص الحموضة عند ذوي الحموضة المرتفعة، فإنّ تناوله من قبل المصابين بانعدام هذه الحموضة أو نقصها، فإنّ العسل يستدعي عندهم زيادة معتدلة في الحموضة العامة للعصارة و من هنا نفهم الدور الحقيقي للعسل كعامل منظم للحموضة المعدية.

و يؤكّد رايشار(2) الدور الناظم للعسل للحموضة المعدية، و أنّ القروح المعدية يلائمها العسل يفعل الحموض الأمينية الفعالة الموجودة فيه. و يرجع (لاريزا) تأثيرات العسل هنا لوجود هرمون جرايبي أو مادة استروجينية فيه.

و في معهد اركوتسك الطبي(3) عالجت البروفسورة م. خوتكينا بالعسل (600) مريض مصابين بقرحة هضمية (معدية أو عفجية) مع مجموعة مقارنة لم تعط العسل بل عولجت بالمعالجات العادية. كان الشفاء السريري عند مجموعة المقارنة 61% و بقي 18% من المرضى مع آلامهم. أما بالمعالجة العسلية فقد بلغ الشفاء السريري 84% و بقي 5,9% من المرضى دون أن يزول عندهم الألم نهائيا. و قد أثبتت الفحوص الشعاعية أنّ نسبة التام القرحة شعاعيا لم تتجاوز بالمعالجات العادية 29% في حين رفعت المعالجة بالعسل نسبة الشفاء الشعاعي إلي 59,2% من المرضى المعالجين به، كما أنّ هذه المعالجة قصرت سير و أمد العلاج. كما لاحظت خوتكينا خواص العسل المقوية، و زيادة وزن المرضى المعالجين به و ارتفاع الخضاب الدموي عندهم، و اعتدلت الحموضة المعوية و تناقصت شدة التهيج في جهازهم العصبي و أصبحوا أكثر هدونا و رغبة في العمل.

و في مستشفى أوسترو أو منوفا(4) (موسكو) تبين للباحثين مولر Muller و أرخييفا أنّ العسل يضبط إفراز عصارة المعدة و يعدّل حموضها و يكافح حسّ اللذع و الفواق و يقضي علي الألم القرحي.

فالعسل في الداء القرحي له تأثير مضاعف. فهو يؤثر موضعيا بتماسه مع الغشاء المخاطي المقترح

ص: 239

1- (1) عن إيوريش (مفكرة النحال).

2- (2) عن شوفان (Produits Pharm).

3- (3) عن كتاب (النحلات صيدلانيات مجنحة) لإيوريش.

4- (4) عن (النحلات و الطب) لإيوريش.

إلي التنام، و له تأثير عام بفعله المقوي للبدن و تهدئته للجهاز العصبي. و ينصح المقرووحون بتناول العسل قبل الطعام بساعة و نصف إلي ساعتين أو بعده ب 3 ساعات. و الأفضل تناوله قبل الفطور و الغداء بساعتين و بعد العشاء بثلاث ساعات. و يفضل محاليل العسل الدافئة مع الحليب أو الماء فهي تؤمن تخلخل المفرزات المخاطية و إلي سرعة الامتصاص دون تخريش للأمعاء و إلي نقص الحموضة المعدية. أما المقدار العلاجي من العسل (100-150 غ يوميا) تقسم علي ثلاث وجبات. أما المصابون بنقص أو انعدام الحموضة المعدية فينصحون بتناول محاليل العسل الباردة قبل الطعام مباشرة فهي تزيد الحموضة.

و هكذا نري أنّ العسل علاج رائع للمصابين بالقرحة الهضمية، المعدية و العفجية، و له تأثير ممتاز علي كافة عسرات الهضم و خاصة ذات المنشأ العصبي، ملين في الإمساكات، معدّل للحموضة، و علاج جيد في الإلتانات المعوية و الإسهالات عند الأطفال (راجع بحث العسل في طب الأطفال).

و في دراسة تجريبية علي الفئران قام بها الدكاترة أبو الطيب محمد علي و زملاؤه أثبتوا فيها أنّ العسل إذا ما أعطي مع العلاجات المقترحة (كأدوية الروماتيزم: الأندوميتاسين مثلا) أو قبل تناولها، فإنه يحمي من التفرح المحدث بالأندوميتاسين و يمنع حدوثه. و هذا يعني أنّ العسل قد يكون معادلا لتصنيع البروستاغلاندين المانع لتخريش الأندوميتاسين. و هذا يؤكّد وجود عامل مضاد للتفرح ضمن مكونات العسل. هذا العامل قد يكون بسبب تغير نسبة الحموضة و القلوية في المحتوي المعدي: إمّا بمنع الإفراز الحامضي، أو بتثبيط آلية إفراز الفحمت الثنائية في المعدة.

و لمعرفة تأثير العسل علي وظائف الأمعاء قام إيوريش(1) و بيشف بدراسة علي الكلاب و الأرانب و تبين لهما أنه كلما ازدادت كمية العسل و ارتفع تركيزه كلما ازدادت العصارة المعوية، أما إذا ازداد تركيزه إلي حدود عالية جدا فإنّ العصارة تبدأ بالتناقص و العسل يؤهب لإفراز عصارة معوية أكثر قلوية، كما أنه ينظم إفراز الأمعاء و حركتها، و أفضل تركيز له هو محاليله بنسبة 12,5%.

و في عام 1982 نشر الدكتور سالم نجم و زملاؤه(2) دراستهم عن 53 مريضا مصابين بإسهال مزمن لشهور أو سنين، ترافقت آفتهم بعسر هضم و آلام بطنية، و قد استبعدت الفحوص المجرة أية

ص:240

1- (1) عن كتابه (منتجات النحلة و استعمالاتها).

2- (2) عن مواد المؤتمر العالمي الثاني للطب الإسلامي - الكويت.

آفة طفيلية أو جرثومية أو ورمية. أعطي المريض منهم 3 ملاعق كبيرة من العسل يوميا. وكانت النتائج جيدة، فقد اختفي الإسهال أو خفت حدته تماما عند 83% من المرضى و تلاشت الأعراض البطنية الأخرى حيث كانت سعادتهم كبيرة بعد أن أصبحوا في غني عن الأدوية المختلفة و ما تكلفهم من مبالغ باهظة، وقد نكس الإسهال عند 28% من هؤلاء بعد إيقاف العسل فأعيدت المعالجة لمدة أسبوع و كانت الاستجابة هذه المرة طيبة. هذه الدراسة تذكرنا طبعاً بالإعجاز النبوي في قول النبي (ص): «صدق الله و كذب بطن أخيك».

## العسل و الكبد:

كثيرا ما يوصف العسل في الطب الشعبي لمعالجة آفات الكبد المختلفة. فغناه بالسكاكر و خصوصا الأحادية منها تزيد احتياطي الكبد من الغلوكوجين. و الغلوكوجين يرفع طاقة الكبد و قدرتها علي تعديل السموم و الديدانات الجرثومية. و يؤكد مياسنيكوف و لوغينوف(1) أنه بديء في السنوات الأخيرة باستعمال العسل لغايات علاجية بحثة في أمراض الكبد و الطرق الصفراوية. أما فالترستامبوليو(2) فقد أكد ضرورة إدخال العسل في جداول الحمية الخاصة بالمصابين بالتهاب الكبد و أمراضه المختلفة. فالعسل بما فيه من أملاح معدنية و حموض عضوية و خمائر و غيرها، يلعب دورا رئيسيا في تنشيط وظائف الكبد، و يمكن اعتباره أكثر العلاجات فعالية في معالجة أمراض الكبد و خاصة بعد مزجه بقليل من غبار الطلع و الغذاء الملكي.

أمّا العالم شيرم(3) فقد استخدم محاليل العسل بنجاح لمعالجة المصابين بالتهاب الكبد الاتتاني و التهاب المرارة فقد تحسنت الحالة العامة بسرعة و تراجع اليرقان و زال الاحتقان بالكبد عندهم.

و يؤكد العالم كوخ(4) حسن تأثير العسل، و خاصة حقن محاليله المصفاة في الوريد، علي وظائف الكبد و تنشيط استقلاب السكاكر فيه. و يرجع كوخ ذلك لوجود عامل نوعي في العسل أسماه (العامل الغليكويتيلي) و الذي يحسن وظائف القلب و الكبد و الدورة الدموية.

و قد قام الدكتور عادل قنديل و أسماء منير(5) بدراسة علي حيوانات التجربة لمعرفة تأثير العسل علي التسمم الكبدي المحدث عند الفئران، بعد إعطائها الغول الإيتيلي و رابع كلوريد الكربون، و التي

ص:241

1- (1) عن مقالتهما (حافظ علي كبدك) مجلة الصحة - موسكو.

2- (2) عن إيوريش (النحلات و الطب).

3- (3) عن (Chuvin) .

4- (4) عن مقالة ليمب في مجلة Der Chirurg .

5- (5) عن المؤتمر العالمي الرابع للطب الإسلامي - الكويت.

تؤدي إلى اختلال كبير في وظائف الكبد و حيث قسمت الفئران إلى 3 مجموعات: المجموعة الأولى تركت دون علاج، وأعطيت المجموعة الثانية العسل عن طريق الفم، وعولجت المجموعة الثالثة:

قسم منها بالهيبارين و الآخر بالماء المقطر. وقد أظهرت نتائج التجربة، أن جميع الحيوانات قد ماتت خلال أسبوعين فيما عدا المجموعة الثانية و التي عولجت بالعسل، إذ بقي علي قيد الحياة 90% من أفرادها، مع عودة وظائف الكبد عندها إلى حالتها السوية. و كذلك فإنّ المجموعة المعالجة بالهيبارين بقي 60% من أفرادها حيا، مما يوضح الفائدة العظمي للعسل في معالجة التسمم الكبدي.

و يعلل تأثير العسل بتحسينه حالة هبوط الدم، و إلي زيادة المخزون الكبدي من الغلوكوجين، و إلي تنشيطه الخلايا الكبدية و التغلب علي الترسيب الدهني فيها.

### العسل و أمراض الحساسية:

أكدت الأبحاث الحديثة أنّ للعسل دورا هاما في تدريب العضوية علي الإزالة التدريجية للتحسس. و يري الدكتور لوري كروفت(1) أنّ استعمال العسل في معالجة ما يسمى بحمي القش Hay

Fever أو التهاب الأنف و الطرق التنفسية العليا التحسسية، له ماض طويل يتسم بالنجاح. و خلافا للأدوية الأخرى، فالعسل علاج غير ضار، و هو خال من أي من الأعراض الجانبية الأخرى. و من المعلوم أنّ سبب حمي القش، تفاعل تحسسي أرجي لغبار الطلع. و علي الرغم من أنّ العسل يحضره النحل من رحيق الأزهار و غبار الطلع، إلا أن عمليات التصنيع التي تقوم بها النحلة - و سبحان من أهمها ذلك - تجعله شفاء لمن كان لديه تحسس من هذا الغبار.

وقد أكدت التجارب السريرية التي قام بها كروفت أن تناول العسل الصافي، و خاصة الغني بغبار الطلع يمنع حدوث نوبات «حمي القش» و الزكام التحسسي، و قد يكسبهم مناعة حينما يتعرضون لحبوب الطلع مرة أخرى. و يري - أنّ مضادات الأجسام - التي تنتج عند المرضي الذين تناولوا العسل، تقي ضد غبار الطلع المسبب.

و أثبت ل. كروفت L.Croft بتجاربه، أنّ حبيبات الطلع حينما تدخل مع العسل إلي الأمعاء، تمتص هناك و تصل إلي الدم الجائل. و من ثم فإنّ مولدات الضد فيها (المواد المحسنة) تبدأ بالانتشار خارج المحفظة المحيطة بحبة الطلع، و تحرض - من ثم - علي تشكل الأضداد الخاصة بها، و التي تقي الجسم من حدوث نوبة جديدة لحمي القش أو الزكام التحسسي حين يتعرض المريض لحبيبات الطلع نفسها في الربيع المقبل.

ص:242

و يري كروفث أنّ هذه الآلية التي يؤثر بها العسل في الأمراض التحسسية ليست الآلية الوحيدة الفاعلة فيه، فعسل اللفت مثلا يحتوي علي مادة ستيرونيدية هي البراسينوليد - شبيهة بالكورتيزون - كما أنّ فلافينويدات الطلع و الموجودة ضمن مكونات العسل تحتوي علي مواد شبيهة بتركيب الكروموجلليكات Cromoglycate العقار الذي يعالج المصابين بالربو و لوقايتهم من حدوث نوباته المزعجة.

و يقول كروفث: «إنّ العسل لا يفيد مطلقا في معالجة نوبة ربو حادة، لكن تناوله بكميات صغيرة يوميا و لفترة طويلة تمتد بضعة شهور، يمكن أن يقي المريض من حدوث تلك النوبات الشديدة.

و ينقل كروفث رأيا يفترضه عدد من الباحثين، و هو أنّ فعل العسل النافع في الربو إنّما يعود لاحتوائه علي كميات ضئيلة جدا من سم النحل يتضمنها العسل. و حسب هذا الرأي، فإنّ العوامل من النحل، و عند ما تختم النخروب الشمعي بعد أن تملأه بالعسل، تحقن تحت غطاءه الشمعي كمية قليلة جدا من سمها، تساهم في حفظ العسل. و السم يحتوي علي مواد مضادة للإلتهاب، تتفاعل هذه المواد مع حبيبات الطلع بطريقة تمكنها من العبور عبر غشاء الأمعاء المخاطي و الوصول إلي الدم حيث تمارس فعلها.

و يري كروفث، أنّ العسل كي يكون فعالا- في معالجة الربو و حمي القش و الزكام التحسسي و غيرها من الأمراض التحسسية، يجب أن يكون صافيا، خاليا من الغش، و أن يكون غنيا بحبيبات الطلع، أي (غير مصفي Non Filtered)، و أن لا يكون قد تعرض للتسخين أثناء الفرز (أو أي تعرض كان لأقل ما يمكن من الحرارة). و أن يتناول بكميات ضئيلة و لفترة طويلة من الزمن.

### شفاء النزلات الشعبية بالعسل:

يمكن للمصاب بنزلة شعبية من كريب و رشح و انفلونزا أن يعتمد كليا علي العسل. و يصف كل من إيوريش و أولدفيلد و كوستوغلوبوف، ملعقة كبيرة من العسل لكأس حليب أو شاي ساخن أو مع عصير الليمون أو شراب الخردل. و نظرا لكون العسل مادة معرقة فيحسن للمريض البقاء في فراشه.

و يعتبر شوفان العسل كمخفض للحرارة بسبب ما يحتويه من حموض عضوية. و يفضل لهذه الغاية محاليل العسل الدافئة. أما ستولت(1) فيعالج التهاب اللوزتين بطليها بالعسل مرتين في اليوم، و إنّ

ص:243

1- (1) عن ريمي شوفان «Produits Pharmac» .



مدة أسبوعين كافية لزوال الجراثيم من مكان الإصابة. أما الطيبان(1) ي. يوفيا Yofa و يا. غولد Gold فيعالجان التهاب اللوزتين المزمن بالاعسل (50 غ عسل + 2/1 مليون وحدة بنسلين، تحفظ في مكان جاف و مظلم) حيث تدهن اللوزتان 3 مرات يوميا، مع إجراء غرغرة بماء فاتر قبل الدهن، مع إعطاء المصاب العسل داخلا (20-30 غ يوميا).

### معالجة آفات الأنف و الأذن و الحنجرة بالاعسل:

يعود استعمال المستنشقات (التبخيرات (Inhalation العسلية إلي عصور غابرة(2)، حيث تعطي نتائج ممتازة في معالجة آفات الطرق التنفسية العليا. و قد عالج كيزل شتاين Kizelstein بالتبخيرات العسلية مصابين بآفات ضمورية في الطرق التنفسية العليا حيث استعمل محاليل العسل المائية (10%) ضمن أجهزة الإنشاق العادية، حيث يصل تأثير الرذاذ العسلي إلي الحويصلات الرئوية متجاوزا أغشية الأنف و البلعوم و منها إلي الدم، حيث يبدي فعلا مقويا عاما علاوة علي تأثيره الموضعي المضاد للإنتان.

أما م. بوركشيان وي. بايان(3) فيطبقان محاليل العسل (20-30%) إرذاذا لمعالجة التهاب الأنف و البلعوم الضموري و التهاب الأنف النتن (5-7 Ozeena جلسات) حيث يصبح الغشاء المخاطي رطبا و تزول القشور. كما عالجا بنجاح التهاب الجيوب المزمن و التهاب الأذن الوسطي القيحي بغسلها بمحاليل عسلية.

أما دوروشنكو(4) فقد عالج التهاب الأنف الحاد و المزمن بدكّه فتائل من القطن مغموسة بمحلول عسلي (40%) أو تطبيق قطرة لمحلوله الطازج 20% مع البتروكائين 2% و الاديمدرول 1%.

كما عالج التهاب الجيوب الحاد و المزمن بإرذاذ محلول العسل 30% أو تطبيقه بالتشريد الكهربائي.

كما طبّق مرهما مكونا من (العسل 7,5 غراء النحل 7,5 بنزوكائين 2 فازلين 10 لانولين 25)، و حصل علي الشفاء بنسبة عالية. و عالج المصابين بالتهاب بلعوم حاد أو مزمن بالمستنشقات العسلية مع دهن الآفة بالاعسل و إعطائه داخلا عن طريق الفم. و بنفس الطريقة عالج التهاب الحنجرة الحاد

ص:244

1- (1) عن مجلة أمراض الأنف و الأذن و الحنجرة - موسكو 1965.

2- (2) عن كتاب (Bees and People) .

3- (3) عن كتاب (مباحث في الطب النظري و العملي) روستوف 1969.

4- (4) مجلة النحالة - موسكو 1977.

والمزمن، إلا أنه أضاف في الحالات الشديدة معلق الهدروكورتيزون و الشيموترسين إلي محلول الارذاذ.

أما الدكتور جيرهارد ريدل(1) فقد عالج التهاب الأنف الضموري الجاف، و التهاب الأنف المزمن النتن و التهاب البلعوم الجاف بالحقن الموضوعي لمستحضر بروكوبين العسلي(2)، حيث يحقن (1 سم) من المستحضر المذكور في كل من الطرف الأنسي للجزع البلعومي الجانبي، و تحت الغشاء المخاطي مباشرة. حيث لاحظ تحسن التروية الدموية بعد الحقنة الأولي، و لاحظ غشاء مخاطيا طبيعيا بعد الحقنة الثانية. و لم يحتج الحقنة الثالثة سوي عدد قليل من المعالجين. أما في التهابات الأنف فقد أجري الحقن في مكانين تحت الطبقة المخاطية المبطنة لوتيرة الأنف، و احتاج الأمر إلي 3-4 حقن فقط. أما في التهاب الأنف النتن فلم يحصل شفاء كامل لكن التحسن كان واضحا.

و ينصح أوخوتسكي(3) المصابين بالتهاب الأنف النتن بإجراء غسولات أو غرغرة بمحلول عسلي ساخن (ملعقة كبيرة لكأس ماء). و ينصح س. تونزلي (4) المصابين بالتهاب الجيوب الحاد بمضغ ما يملأ الفم من قرص عسلي بشمعه لمدة ربع ساعة، تكرر 4-6 مرات يوميا. حيث وجد تراجع الهجمة الحادة خلال يوم أو يومين حيث تزول الآلام و يبدأ المجري الأنفي بالانفتاح تدريجيا، و تحتاج المعالجة لمدة أسبوع.

و يعالج أ. شانتورف (5) التهاب الجيوب الفكية المزمن بحقن محلول العسل داخل الجيب مرة كل 2-3 أيام، و ذلك بعد بزله و غسله بمصل فيزيولوجي، أو بإدخال محاليله (10-20%) بطريقة التشريد الكهربائي عن طريق الغشاء المخاطي لباطن الأنف، يكرر التشريد يوميا و لمدة 20 دقيقة و يواقع 10 جلسات لمجموع المعالجة. و قد حصل الشفاء بنسبة 76% من المعالجين، و كانت النتائج البعيدة طيبة للغاية. و يري بأن للعسل تأثيرا معقدا تشترك فيه كل مكونات العسل من صادات للجراثيم و هرمونات و فيتامينات و عناصر مجهرية و غيرها. و ينصح بإدخال المعالجة العسلية لالتهاب الجيوب المزمن في الممارسة اليومية علي اعتبارها طريقة ناجحة و غير معقدة.

ص:245

1- (1) عن مجلة Medizin Klinik . و ترجم مقالته د. عبد الرؤوف الريس.

2- (2) مستحضر Prokopin من إنتاج شركة I.C.N.Woelm الألمانية و يتكون من محلول عسلي مصفي من غرويائه 20% مع البروكاين 2%.

3- (3) عن مجلة النحلة (7) 1977.

منذ القديم، أشار كلافدي غالن إلي فائدة العسل في معالجة تقرحات الأغشية المخاطية و منها الفم. و أورد أوسان(1) Osann في موسوعته (1838) استعمال العسل لمعالجة التهاب و تقرحات الفم. و في قاموس Stedman الطبي (1961) و صفة لمعالجة التهاب الفم و القلاع تتكون من (العسل - 8، بوركس - 1، غليسرين - 0,5). و ينصح قاموس Dorland بمعالجة القلاع بمسّه بالعسل. أما الطبيب الهندي سينغ(2) فيؤكد أن دعك الأسنان بمزيج العسل مع مسحوق الفحم الطبي يجعلها بيضاء كالثلج.

و أكد ل. فيدجس(3) نجاح العسل في معالجة المصابين بالتقرحات الفموية القلاعية بدهنه موضعيا لمكان الآفة 3-4 مرات يوميا و لمدة خمس دقائق. و توصي المؤسسة العالمية للنحالة(4)

Apimondia بمعالجة السرطان البدئي (قبل الجراحي) بمزيج من العسل و غبار الطلع (خبز النحل) مع شمع العسل. كما تؤكد أن العسل يزيل من الفم و البلعوم الآثار السمية للمعالجة الشعاعية. و يوصي د. ظافر العطار باستعمال العسل كمادة مطهرة فعّالة في مداواة الأفتية السنّية التي تحتاج إلي قاتل فعال، و في نفس الوقت غير مؤذ لفوهة القناة السنّية، و هي شروط لا تنطبق إلا علي العسل.

## أمراض الجهاز التنفسي و العسل:

يري (أبوقراط) أنّ الشراب المحضّر من العسل يمتص الرطوبة و يهديء السعال. و كان ابن سينا يصف مزيج العسل و الجوز لمعالجة السعال المزمن و شراب الورد مع العسل للسل الرئوي.

و في دراسة قام بها إيوريش(5) مع أودينتسف لمجموعة من مرضي السل الرئوي أعطي كلّ منهم (100-150 غ) من العسل يوميا، فوجد، بالمقارنة مع مجموعة أخرى لم تتناول العسل، زيادة في الوزن و الخضاب و تناقص في السعال و سرعة التثفل. و يؤكّد ملادينوف النتائج المشجعة لمعالجة التهاب الحنجرة و القصبات بالعسل. و يؤكّد كل من فيهيه(6) Fiehe و زايس و فيليبس أثر

ص:246

1- (1) عن مقالة محمد البيروتي في مجلة حضارة الإسلام.

2- (2) عن رسالة د. عبد المجيد منصور الجامعية (العسل غذاء و دواء).

3- (3) عن كتاب (أبحاث في الوقاية و المعالجة المبكرة لأمراض الفم) عربيها د. فاروق هواش.

4- (4) عن مقالة د. العطار (العسل كعلاج في طب الأسنان).

5- (5) عن (النحلات صيدلانيات مجنحة).

6- (6) عن شوفان (حياة النحل).

العسل الممتاز علي السعال الديكي و الالتهابات الحنجرية البلعومية. و يري فرانكه أنّ وجود الزيوت الطيارة أو التربينات في العسل يعتبر عاملا منبعا للقصبات علاوة علي أثر العسل المضاد للجراثيم.

و لمعالجة آفات الرئتين يطبق محلول العسل علي شكل إرذاذ أو مستنشقات (كيزل شتاين) حيث يؤدي تماس الرذاذ إلي تمييع المفرزات القصبية و تحسين الوظيفة الرئوية. و قد عالجت بتروسوفا(1) برذاذ العسل 5 سم 3 محلول عسلي 10-20% + محلول كلور الكلس 10% بمقدار 2 سم + محلول ديمدول 1% - 0,2 سم) أطفالا مصابين بذات رئة مزمنة و كانت النتائج جيدة.

### الاستشفاء بالعسل في أمراض الدم:

تجمع الأبحاث الطبية علي اعتبار العسل من أهم العقاقير فعالية لمعالجة الأشكال المختلفة من فقر الدم. فالأطباء، الذين عالجوا مرضاهم بالعسل، لاحظوا أثره الممتاز علي زيادة الكريات الحمر و ارتفاع الخضاب في دمائهم. ففي أحد المصحات السويسرية(2) ألزم Frau Feldy الأطفال علي تناول العسل بمقدار 1-2 ملعقة شاي يوميا فلاحظ زيادة الخضاب في الدم بعد أسبوع من بدء المعالجة كما لاحظ زيادة في وزن الأطفال و قوتهم العضلية. و أعطت تجارب العلماء الأمريكيين Vignee و Julia نفس النتائج.

و حصل بيريز علي نتائج ممتازة عند تحلية المصاصات بالعسل عوضا عن السكر في تغذية الطفل الخديج. و جرب بالمر(3) معالجة فقر الدم المحدث عند الفئران بالعسل و حصل علي نتائج ممتازة و يري أنّ العسل الغامق كان ذا تأثير أكبر. و يؤكد زايس بأنّ الأعسال الغامقة تحتوي علي نسبة أكبر من الحديد و المنغنيز و النحاس نسبة للأعسال الفاتحة أو الشقراء. و يرجع إيوريش أهمية العسل لمعالجة فقر الدم لاحتوائه علي نسبة عالية من حمض الفوليك الذي يلعب دورا كبيرا في التصنيع البروتيني و تكوين الدم.

و قد لاحظ العلماء أنّ درجة التخثر الدموي عند الفئران المعالجة بالعسل تكون عالية(4). كما أثبت كل من وارنر Warner و فلاين أنّ العسل يحتوي علي مواد لها خاصية مضادة للنزف. و أكّد

ص:247

- 1- (1) عن مقالة لها في مجلة الصحة لروسيا البيضاء 1966.
- 2- (2) عن شوفان Chauvin .
- 3- (3) عن مجلة الأطفال الأمريكية (1954).
- 4- (4) عن مقالة د. عبد الإله طليمات في مجلة طب الفم السورية.

فيغينو و زملاؤه أنّ العسل عند مزجه بالأغذية الخالية من الفيتامين ك قد رفع زمن طليعة البروترويين بشكل واضح، وهذا يؤكد التأثير الفعال للعسل كمادة معوضة عن الفيتامين ك.

## العسل في أمراض القلب:

إنّ عضلة القلب التي تعمل باستمرار طيلة الحياة و تفقد أثناء عملها طاقة كبيرة، تتطلب لتعويضها كمية كبيرة من السكاكر. و يلعب سكر العنب دورا كبيرا في تغذية عضلة القلب. فقد تبين أنّ عزل قلب حيوان في محلول سكر العنب 1% يمكن أن يتابع عمله، و خارج جسم الحيوان فترة طويلة من الزمن.

و معلوم أنّ السكر العادي الذي نتناوله هو سكر القصب و هو سكر مركب يحتاج البدن إلي جهد و وقت و عمليات معقدة لتحويله إلي سكر العنب. و العسل في قسمه الأكبر هو سكاكر أحادية لا تحتاج إلي هضم، تمتص بسرعة لتصل إلي الدم و لتقدم للكبد و العضلات و القلب حاجتها من الطاقة، و من هنا تتضح أهمية العسل لعمل عضلة القلب و في سرعة شفائه من أمراضه المختلفة(1).

يؤكد تيوبالد(2) Theobald أنّ العسل يقدم في آفات القلب خدمة ثمينة لعضلة القلب الواهنة.

فوظيفة القلب تتحسن بصورة أكيدة عند تناول العسل. و عند ما يتوقف الشفاء علي زيادة مردود القلب فعلينا مشاركة العسل بالديجيتال، حتي لا نحث عضلة القلب علي العمل فحسب بل و نقدم لها الغذاء اللازم لذلك.

و يؤكد غولومب(3) أنّ العسل يوسّع الأوعية الإكليلية و يزيد من تروية العضلة القلبية. و إنّ إعطائه لفترة طويلة للمصابين بآفات قلبية شديدة، و بمقدار 50-140 غ/يوميا، يحسن الحالة العامة للمريض و يؤدي إلي اعتدال النبض و انتظام عمل القلب.

و يقبل العالم كوخ(4) Koch بوجود عامل نوعي خاص في العسل دعاه بالعامل الغليكوتيلي، يقوم بتأمين استخدام أفضل السكاكر من قبل عضلة القلب، يؤدي بها إلي تحسن الدوران الإكليلي و تعدل الضغط الدموي، كما أنّ له فعلا منظما لخوارج الانقباض غير المنتظمة.

ص:248

1- (1) عن مقالة د. وليد القوتلي.

2- (2) عن (النحلات صيدلانيات مجنحة).

3- (3) عن كتاب (العسل و صحة الإنسان).

4- (4) عن المجلة الألمانية (Arztliche Praxis).

و يري لوث (1) Luth أنّ تأثيرات هذا العامل الضابطة لخوارج الانقباض فعّالة جدا في معالجة تسرع القلب الاشدادي.

و يري شيرم Schirm مشاركة العسل مع الستروفانتين و الفيتامين ج كمقوّ للقلب. أما عن طريق الفم فيشارك العسل مع الديدجيتالين و العنصل.

و يؤكّد إريخ بوهم (2) E.Bohm أنّ مشاركة العسل مع الستروفانتين أمر ضروري عند معالجة المصابين بالآفات القلبية، إذ إنّ للستروفانتين إذا استخدم وحده تأثيرات سمية فهو يؤدي إلي اضطرابات النظم القلبي العميقة. و العسل إذا مزج مع الستروفانتين يدعم تأثيره الدوائي للقلب و تجنب الجسم شر تأثيراته الجانبية، كما تجعل بالإمكان استخدام جرعات أكبر منه.

و يشارك ميتز Metz الستروفانتين مع المحلول العسلي الوريدي لمعالجة التهاب العضلة القلبية التسممية، كما يعالج بنجاح هجمات الربو القلبي بحقن محلول العسل في الوريد.

و يلخص شيمرت الحالات القلبية التي ينجح العسل في معالجتها بما يلي:

1 - جميع حالات القصور التاجي الخفيفة، و يشاركه مع الديدجيتال أو الستروفانتين في الحالات الشديدة.

2 - التهاب عضلة القلب مع تغير النظم أو التالي للدفريا، كما يعطي كعلاج مساعد عند إعطاء الهتروزيادات المقوية للقلب.

3 - عقب العمليات الجراحية كمنعش قلبي.

أما لوراندينصح المصابين بأفة قلبية مزمنة مترافقة بأرق شديد بشرب كأس ماء فاتر محلي بالعسل قبل النوم. و يعالج أوخوتسكي (3) فرط التوتر الشرياني بمزيج العسل مع التوت البري (ملعقة كبيرة بعد كل طعام). أما في الذبحة الصدرية فيعطي مقدار ملعقة كبيرة قبل الطعام ب 10 دقائق من المزيج التالي (عسل 300 غ، عصير الصبر 100 غ، مسحوق الجزر 500 غ + عصير ليمونتين).

أما ملادينوف فيصف للمصابين بفرط التوتر الشرياني مقدار ملعقة شاي من المزيج التالي:

(مقدار عسل + مقدار عصير فجل + عصير ليمونة واحدة).

ص:249

1- (1) عن مقالة Lempp في مجلة (Der Chirurg) .

2- (2) عن مقالته في مجلة (Therapie Der Gegenwart) .

3- (3) عن مقالة له في مجلة النحالة، موسكو 1977.

دلت الأبحاث الحديثة أنّ للعسل قيمة دوائية كبيرة في أمراض الكليتين، واقترحه الكثيرون في جدول الحماية للمكروبين، يعود ذلك لانخفاض ثروته من البروتينات والأملاح المعدنية التي تضر بأمثالهم. ويعطي العسل نتائج حسنة عند مشاركته مع بعض الأدوية النباتية كالورد الجبلي (سويت برير) وعصير الفجل. كما يشاركه البعض بنسب متساوية مع زيت الزيتون وعصير الليمون (مقدار ملعقة كبيرة من المزيج 3 مرات/اليوم) لطرح الرمال الكلوية(1).

و تؤثر آفات الكليتين علي وظائف الجسم كله إذ يضطرب فيها استقلاب الماء والملح، والعسل يكون بالنسبة للعضوية وسيطا مفرط التوتر، فهو ينظم انتقال الشوارد عبر الأغشية الحيوية ويساعد علي ضبط التوازن الحلولي بين الدم والأنسجة وله بذلك فعل مدر للبول في حالات قصور القلب والكولة وانحباس السوائل في البدن. ويفيد حقنه (كما يري زايس) للمصابين بوذمات في الطرفين السفليين المرافقة لأزمة قلبية أو كلوية.

## العسل في أمراض الجهاز العصبي:

اعتبر الرومان واليونان القدامي العسل كمادة مهدئة ووصفه ابن سينا بكميات قليلة في حالات الأرق بينما اعتبره بكمياته الكبيرة منشطا ومنبها للجملعة العصبية. وفي الطب الحديث، تعطي المحاليل السكرية المفرطة التوتر نتائج ممتازة في العديد من الآفات العصبية، و ما العسل إلا- محلول سكري مفرط التوتر!.. وقد بين بوغولبيوف وكسيليفا(2) التأثير الرائع للعسل علي مريضين مصابين بداء الرقص Chorea، حيث عادا لنومهما الطبيعي وزال الصداع ونقصت سرعة التهيج وأبديا نشاطا ممتازا.

وفي عام 1976 اشترك لوديانسكي مع بليانينا(3) في تطبيق محاليل العسل (10%) بالتشريد الكهربائي علي كلا القطبين لمعالجة العديد من التناذرات العصبية. ففي الوهن العصبي طبقت أقطاب التشريد علي منطقة الرقبة. وفي التهاب العظم والغضروف في المنطقة قرب الفقارية، وعند المصابين بعنائة من منشأ عصبي بوضع قطب علي شكل بنطال غلفاني. وكانت المعالجة فعالة جدا

ص:250

1- (1) عن مقالة د. وليد القوتلي.

2- (2) معالجة داء الرقص بالعسل: مجلة الطب السوفياتية 2-1949.

3- (3) عن (مجلة النحالة) - 12-1976.

(يطبق من 10-15 جلسة). وفي بعض التناذرات الألمية (التهاب عظم و غضروف، التهاب مفاصل...) طبق كمادات مغمّسة بمحلول العسل، أو طبق العسل صرفا و غطي بقماش كتيّم في المساء، حيث لوحظ امتصاصه الكامل في الصباح.

و ينصح إيوريش(1) المهتاجين و العصبيين بتناول كأس من الماء الساخن محليّ بملعقة كبيرة من العسل. أما تساندر فيقول «ليس هناك مادة مهدئة، و محضرة لنوم طبيعي أفضل من محلول عسلي مائي ساخن». و يؤيد أولدفييل(2) هذا المعني و يقول: «إننا هنا في مستشفى الليدي مرغريت نستعمل العسل بالأطنان كمادة مرممة و مهدئة للجهاز العصبي و مقوية له».

### معالجة الأمراض العقلية بالعسل:

و قد أجرى برونو بتزي اختبارات بشأن محلول العسل و تأثيره علي كافة الأعراض التي يشكو منها المصابون بالأمراض العقلية منها حالات من خناق الصدر Angina Pectoris ، حيث نجحت مشاركة المعالجة بالكوكابوسيلاسي مع الحقن العسلية الوريدية في تحسين مردود العمل العقلي و الرقاد، و في تراجع الآلام الصدرية. و في حالة من الصرع البطني Abdominal Epi.Lepsey معندة تماما، أدت مشاركة حقن العسل مع خلاصات فوق الكلية إلي تحسنها.

و في تناذر الوهن العصبي Neurosthenia أدّي حقن العسل إلي نقص في الوهن و تحسن في النوم و تحسن في المزاج، كما تحسنت حالات من الهوس النفسي الهمودي (الكآبة) و حالات فصامية من ازدواج الشخصية Schizophrenia بتلك الحقن.

و يلخص برونو بتزي نتيجة أبحاثه في القول: «إنّ المصابين بالأمراض العقلية يعانون من أوضاع معقدة للغاية، و إنّ المعالجة بالصدّات و المنومات و غيرها من المعالجات لا تزيل نهائيا كل الأعراض، و تتطلب في كل مريض علي حدة معالجات إضافية تناسبه. و من المؤكد أن إعطاء سكر العنب مشركا مع الفيتامينات، قد أدّي في عدد كبير من الاضطرابات إلي نتائج جيدة منذ سنين، أما اليوم فإنّ محلول العسل المحقون و ريديا يشكل تنويجا و إتقانا لهذه الصيغة الطبية. و نحن نؤكد ملاحظات كولومباتي حول المفعول السريع للحقن العسلية للحصول علي اليقظة من السبات و بنتائج هذه المعالجة القيمة...»

ص:251

1- (1) عن (مفكرة النحال) 1970.

2- (2) عن كتابه (Honey for Health) .



## شفاء الانسمام الغولي بالعسل:

في عام 1953 أشار الدكتور وردورث (1) Wordworth إل فعل الفيتامين ب 6 في تصحية المخمورين و خاصة في حالات التهيج، لكنّ مفعوله يزول خلال ساعة. أما بيرج و كلاين و غيرهما فقد لاحظوا أثر استخدام سكر الفواكه في تسريع استقلاب الغول Alcohol بنسبة كبيرة، و هذا مهم، ذلك لأنّ لتفاعل سكر الفواكه مع الغول مفعول مصحّ و مهدئ للمخمر، لكنّ فعله أبطأ من فعل الفيتامين ب 6 بحوالي نصف ساعة، كما أنّه يدوم لفترة أطول، و يتبعه رغبة بالنوم تجعل المخمور غير راغب بالمزيد من الشراب.

و هكذا فإنّ إعطاء سكر الفواكه مع الفيتامين ب 6 يدعم كل منهما الآخر بطريقة تبدو أكثر فائدة، و قد طوّر مارتسن لارسن (2) إلي الطريقة السهلة بإعطاء العسل. و ما علي المريض إلّا أن يتلع ما مقداره (125 غ من العسل) يكرر بعد نصف ساعة، علما بأنّ 40% من تركيب العسل هو سكر الفواكه. و أنّه ليس للعسل أي محذور، في حين أنّ إعطاء معادلة من سكر الفواكه قد يسبب غثيانا و أقياء و خفقانا و غيرها من العوارض المزعجة.

و أشار برونوبتزي (3) إلي النتائج الرائعة لحقن محاليل العسل 40% لمعالجة حالات الاعتقاد الغولي و المورفيني المزمنين. و نوّهت مجلة الجمعية الطبية للنساء الأمريكيات (4) أنّ تأثير العسل علي المصابين بالانسمام الغولي (الكحولي) واضح و أكيد، و هذا تابع لعدة عوامل، منها الهدم السريع للغول بتأثير سكر الفواكه و مجموعة الفيتامينات ب التي تؤكسد الفضلات الغولية و تمنع احتراقها.

## الاستشفاء بالعسل في الأمراض النسائية:

العسل في أقياء الحمل المعنّدة: إنّ معظم الحوامل يشتكين في أشهر الحمل الأولي من بعض الأقياء و هي تشكل جزءا من مجموعة أعراض معتادة عند الحامل تدعي (الوحام). إلّا أنّ هذه الأقياء قد تكون شديدة و معنّدة و تؤثر تأثيرا سيئا علي الحالة العامة للحامل، و هي حالات تستوجب معالجة

ص:252

1- (1) مقالة د. غبرة و د. مصري (معالجة التسمم الغولي بالعسل).

2- (2) عن Bee med.Journal-1954 .

3- (3) عن مقالة (معالجة الأمراض العقلية بالعسل) د. مهاني.

4- (4) عن كتاب Les 3 elements Meracles (كيلاس).

طبية وعناية فائقة(1). وفي هذه الحالات الشديدة هناك اضطراب في استقلاب السكاكر، وعلني الخصوص في محتوي السكاكر منها، و من الثابت علميا أن حقن الحوامل بمصل سكري يحتوي مزيجا من سكر العنب و سكر الفواكه يعطي نتائج ممتازة في معالجة أقياء الحامل المعنفة.

و نظرا لأن العسل هو محلول سكري أساسه هذا السكرين، مما شجع الدكتور هيرمن غينسل(2)

أن يجرب محلول الملكاين(3) Melcain العسلي في معالجة هذا المرض. يجري الحقن في الوريد و المريضة مضطجعة، وقد حصل الشفاء بنسبة جيدة بعد 2-3 حقن فقط، و إذا لم يحصل تحسن بعد 3 حقن فلا فائدة من متابعة العلاج. أما الدكتور منك(4) Mink فقد استخدم لهذه الغاية مستحضر الأمبليتول(5) Implitol العسلي بحقنه موضعيا في جانبي الرباطين العريضين (علي جانبي عنق الرحم) و حول الرباطين الرحميين العجزيين و في الغدة الدرقية أيضا، و لاقى نجاحا كبيرا.

العسل و الانسمام الحملي: عالج عبد الفتاح علي(6) عشرين مريضة مصابة بالانسمام الحملي Eclampsia (يشكين من ارتفاع ضغط و وذمة في الساقين مع زيادة الزلال في البول) بإعطاء المريضة 3 ملاعق صغيرة من العسل قبل الفطور بساعة و بعد الغداء و العشاء. وقد تمّ شفاء 75% من المعالجات خلال 7-19 يوما. أما المريضات الخمسة المتبقيات فلم يستجبن للعسل وحده، حيث أضيف إلي العلاج مقدار قليل من غبار الطلع فتمّ الشفاء خلال أسبوع واحد.

الولادة بلا ألم: أعلن برونوتيزي(7) علي حصوله علي ولادة بلا ألم بواسطة الحقن الوريدية العسلية 40%، و يعلل ذلك بأنّ العسل يساعد الألياف الرحمية علي قيامها بالتقلصات اللازمة بسهولة.

العسل و التهاب المهبل بالتريكوموناز: أول من درس خاصيّة العسل المضادة للحيوانات

ص: 253

1- (1) مقالة د. صادق فرعون (طبيبك).

2- (2) عن مجلة Der Landarzi الألمانية 1952.

3- (3) مستحضر لمعمل ICN.Woelm الألماني يتكون من محلول عسلي 40% مصفي من غرويائه + نوفوكاين 1%.

4- (4) عن مجلة Neuria Midizine الألمانية.

5- (5) و هو مزيج من النوفوكاين مع محضر البروكويين الحاوي بدوره علي العسل 40% مع النوفوكاين 1%.

6- (6) Japan 1985 «XXXth.International Apic.Congress» . Ali A.F.

7- (7) عن كيلاس (Les 3 elements Mir).

الأوالي و من جملتها (التركوموناز)<sup>(1)</sup> كل من تومينغ - رينتام<sup>(2)</sup> و جورافليوفا (1960) عند (50) امرأة وجد الطفيلي في غسالة مهبلهن. توافقت الآفة عند 7 منهن بتقرحات في عنق الرحم. طبق العسل دهنا هلي جدران المهبل وعنق الرحم والفرج لمدة 6 أيام. وفي الحالات الجادة يغسل جوف المهبل قبل الدهن بمحلول الماء الأوكسجيني 3%. في اليوم التالي لبدء المعالجة زالت الحكمة وحس الحرقه، وبعد يومين تناقصت الضائعات إلي حد كبير وزال الاحتقان، وانعدم وجود الطفيلي وكل الجراثيم المرافقة بعد اليوم الثالث. و تحققت الشفاء الكامل عند 45 مريضة في اليوم 4-5 من المعالجة. أما المريضات الخمس المتبقيات اللواتي لم تتحسن حالتهم فقد كانت إصابتهن حادة.

فطبق لهنّ غسولات بمغلي البابونج لبضعة أيام وأعيدت المعالجة العسلية فكانت النتائج جيدة. و من هنا يخلص المؤلفان إلي أنّ المادة المضادة للجراثيم والتي افترض دولد وجودها في العسل تفعل أيضا كمادة مضادة للتركوموناز، كما لا يمكن أن ننفي هنا الأثر الخمائري للعسل.

معالجة الحكمة الفرجية بالعسل: و تقصد هنا الحكمة الفرجية المضنية و المجهولة السبب و التي تدعي «الحكمة الفرجية بالخاصة» و قد تترافق بطلاوة أو تقرن ضموري و تشاهد عند المسنات. و هي حكمة معندة نادرا ما تعنو إلي المعالجة المعروفة من مغاطس مطهرة ساخنة، و حقن النوفوكائين موضعيا و إعطاء هرمونات المبيض كما قد يلجأ البعض إلي الأشعة المجهولة رغم مخاطرها.

و كون الآفة «لغزا طبييا» محيرا فقد سمح شولتز رونهوف<sup>(3)</sup> لنفسه بتجربة العسل حيث طبقه بكمية وافرة علي منطقة الفرج، و كان يأمر المريضات بلبس سروال داخلي قصير محكم الحواف لتلافي لزوجة العسل المزعجة. لقد توقف حس الحكمة خلال أيام من تطبيق العلاج، إلا أنّه نصح مرضاه استمرار الدهن مساء فقط لبضعة أسابيع و انتهت بالشفاء و لم يشاهد حدوث نكس.

لقد كانت النتائج ممتازة رغم أن نجاحها لم يكن مطلقا في كل الحالات إلا أنها أثبتت بدون شك الأثر المهديء للعسل علي الحكات الفرجية. أما سبب تأثيره، هل هو تركيزه السكري العالي؟ أم لوجود الفيتامينات، أو الهرمونات؟

يقول رونهوف: إنّنا لا نعرف، لكنني أنصح بتطبيقه علي الأساس التجريبي فقط.

ص:254

1- (1) التركوموناز حيوان طفيلي وحيد الخلية يشبه الكمثري له سيات يتحرك بها يتطفل علي مهبل المرأة مؤديا إلي بعض المفرزات و قد ينتقل إلي الأليل عند المرأة نفسها أو إلي الزوج أثناء الجماع مؤديا إلي التهاب الأليل.

2- (2) عن مجلة التوليد و أمراض النساء - موسكو 1961.

3- (3) مقالة S.Rhonhof عن مجلة Zent.Fur Gynkoilogie .

رأينا كيف طُبق بولمان(1) العسل بنجاح كضمد يغير يومياً عقب عمليات استئصال الفرج و كيف أنّ العسل، كما يري، قد غيّر من إنذار و سير تلك الجروح. كما أنّ البروفيسور سكوت روسل (1968) طُبق العسل كغيار يومي علي جروح البطن المتقوبئة في مشافي شفيلد و سانت لويس و كانت النتائج باهرة(2)..

و في مشافي القديس لويس في لندن قام دينيس كافانا D.Cavangh و جون بيزلي(3) J.Beazley

بتطبيق العسل الصافي علي 12 مريضة أصبن بتهتك في جرح العملية عقب استئصال الفرج. و كان العسل يصب مرتين كل يوم علي الجرح ثم يغطي بالشاش دون ضغط. لقد أصبحت الجروح عقيمة بعد اليومين 3-6 من بدء المعالجة، ثم ظهر تحجب نظيف في كل الجروح، مما جعلها لا تحتاج إلي أي مطهر آخر، كما أنّها لم تعد بحاجة إلي تطعيم جلدي. استمرت المعالجة من 3-8 أسابيع.

و يري المؤلفان نتيجة البحث أنّ العسل يفضل كل المراهم المعروفة، للسرعة التي يتم بها ترميم الجروح و سهولة تطبيقه.

### معالجة التهاب الإحليل و المثانة بحقن العسل:

لأول مرة عام 1959 كتب كل من خولاروف ولوره(4) عن معالجة التهاب الإحليل بالتركوموناز بحقن محلول العسل المائي 50% ضمن الإحليل و لمدة 3 دقائق يومياً، (6-10 حقن). و في عام 1966 نشر شكليار N.Shkliar مقالا- عن نجاح معالجته 50 مريضا مصابين بالتهاب الإحليل بالتركوموناز بحقن محلول عسلي 50% ممدد في محلول النوفوكائين 0,5% ضمن الإحليل، يمنع المريض بعدها من التبول لمدة ثلاث ساعات. تكرر المعالجة يومياً (4-5 أيام). و يمكن تحضير المريض قبل حقن العسل بحقن محلول النوفوكائين 1% في الإحليل لمدة 10 دقائق ثم يحقن المحلول العسلي.

في الحالات الحادة يعطي المريض المضادات الحيوية واسعة الطيف لبضعة أيام قبل المعالجة

ص:255

- 1- (1) راجع التفاصيل في مبحث (معالجة الجروح و القروح بالعسل) في مكان آخر من هذا الكتاب.
- 2- (2) عن مجلة Obst.and Gynacolgy البريطانية، عربتها د. زكية الأعوج.
- 3- (3) عن مجلة Obst.and Gynacolgy البريطانية، عربتها د. زكية الأعوج.
- 4- (4) عن مقالة Shkliar في مجلة العمل الطبي (موسكو) 1966.

بحقن العسل. أما في الحالات المزمنة فيمكن أن تشرك المعالجة بمعالجة عامة مناعية و مضادات حيوية تناسب الجراثيم المرافقة.

أما الدكتور كابلون (1) M.Kaplun فقد عالج بنجاح رائع 50 مريضا مصابين بالتهاب المثانة الحاد بحقن محلول العسل المائي 33% ممددة في محلول النوفوكائين 0,5% فقد خفت الآلام و تراجع البول بعيد الحقنة الأولى و بعد 2-3 حقن لم يتبق عند غالبية المرضى أية شكوي، مدة المعالجة من 3-8 أيام و كانت نسبة الشفاء الكامل 94% و مما يجدر ذكره أنه ليس هناك أي مدلول لاختبار تحسس الجراثيم في الزجاج نحو العسل من أجل المعالجة بحقن محاليله.

و تحت إشراف د. فاهم عبد الرحيم (2) تمت معالجة 40 مصابا بتقرحات مزمنة في المثانة ناجمة عن الإصابة بالبلهارسيا، بإعطاء المريض ملعقة كبيرة من العسل يوميا حيث زالت الحرقة بعد أسبوعين في 44% من المرضى و تراجعت البيلة الدموية و اختفت التقرحات بنسبة 56%. و نحن نرى أن الفائدة أعظم لو تم حقن المحلول العسلي ضمن المثانة مع إعطاء العسل داخلا.

### العسل و أمراض الأوردة:

أكد الدكتور ب. أوخوتسكي (1977) نجاح معالجته لدوالي الساقين (3) و التهابات الوريد الخثرية بواسطة الضمادات العسلية، حيث طبق كمادات، هي عبارة عن قطع من الشاش مغموسة في محلول عسلي (10-20%) توضع فوق الإصابة مباشرة و تغطي بقماش كتيتم دون قطن لمدة ساعتين أول الأمر، ثم تزداد تدريجيا و حتي 12 ساعة (طيلة الليل). مدة المعالجة 15-20 يوما و نتائجها جيدة. و يمكن في المراكز الصحية المجهزة تطبيق المعالجة السابقة مع التشريد الكهربائي لمحلول العسل لمدة 15-20 دقيقة، ثم تبقي الكمادة العسلية إلي صباح اليوم التالي.

أما لمعالجة البواسير: فإن أوخوتسكي يوصي بدهنها بالعسل صرفا أو بعد مزجه مع عصير الشوندر أو بلسم شوستوكوفا (الفينيلين Vinilium) بمقادير متساوية، كما يعطي العسل داخلا عن طريق الفم كملين.

ص:256

1- (1) عن محاضرة له في الطب الحديث (أوفا - جمهورية بشكيريا).

2- (2) عن كتاب (الطب النبوي في ضوء العلم الحديث).

3- (3) عن مجلة (النحالة) موسكو 1977.

كثيرا ما يحدث اضطرابات عضوية بعد العمليات الجراحية الكبيرة و خاصة في استقلاب الماء و الشوارد و من المتفق عليه أنّ اضطراب امتصاص السوائل يجب أن يعوض بحذر و دقة و أنّ نقص الماء الفجائي هو أهم من نقص الأملاح. و لقد جرت عادة معظم الجراحين علي إعطاء المصول الملحية بشكل روتيني عقب العمليات الجراحية، إلا أن تجارب شفايغرز أثبتت حدوث و ذمة في جدران المعدة بعد حقن المصول الملحية، و هذا يشير، بشكل لا يقبل الجدل، إلي مساوئ إعطاء المصول الملحية بشكل روتيني بعد كل عمل جراحي.

و في الواقع فإنّ الاضطرابات التي تحدث بعد العمليات الجراحية الكبيرة يرافقها غالبا توذّم في الأنسجة الداخلية للكبد و الكلية و الرئة و غيرها، و إنّ الانحراف في استقلاب البروتينات يجعلها علي استعداد للتوذّم بشكل أكبر عند نقل المصول الملحية و هذا ما دعي العلماء أن يلجأوا لتعويض السوائل بعد العمليات الجراحية إلي المصول السكرية عوضا عن المصول الملحية. و هذا لا يهدف إلي تعويض السوائل المفقودة فحسب بل يهدف إلي تأمين حاجة البدن من سكر العنب لتكوين الغلوكوجين، تلك المادة التي ثبت أنّ مقدارها يقل في الكبد عقب أي عمل جراحي كبير. و هذا دور يبدو واضحا أكثر حين حدوث ما يسمي «عوز الكبد للغلوكوجين».

و يؤكد البروفسور ليمب(1) أن تمثل الغلوكوجين في الكبد عند تقديم سكر الفواكه يزيد 18% عما هو عليه عند إعطاء سكر العنب و بالتالي فإنّ إعطاء سكاكر سهلة التمثل كسكر الفواكه يشكل أحسن حماية للكبد عقب العمليات الجراحية. و قد استطاع كوخ أن يبرهن أنّ العسل يتمثل في الكبد إلي غلوكوجين بصورة أحسن مما عليه باقي السكاكر، و هذه ميزة لا توجد في العسل الصناعي رغم أنّه يتركب من نفس الأنواع من السكاكر. و يرد كوخ هذا إلي وجود عامل خاص في العسل، يشبه فعالية الكولين أسماه العامل الغليكوكتيلي، يعمل علي زيادة استقلاب السكريات.

و بما أنّ الأمراض الجراحية المتعلقة بالجهاز الصفراوي كثيرا ما تؤدي إلي اضطراب في وظائف القلب و الدوران فللعسل فعالية جيدة علي القلب و الدورة الدموية بفضل فعالية العامل الكوليني، و لذلك فمن المنتظر أن يظهر تأثير حقن العسل بعد تلك العمليات الجراحية بشكل ممتاز كالتي تجري للحويصل الصفراوي و الأفتية الصفراوية و خاصة إذا كانت مترافقة بيران.

و يؤكد ليمب أن حقن العسل بعد العمليات الجراحية تفوق ميزات أي علاج آخر بدرجة كبيرة و خاصة عقب عمليات المجاري الصفراوية. و أن حالة المرضي تتحسن دائما بعد حقن العسل بشكل سريع و مدهش إذ إنها تساعد علي عودة الاستقلاب و الدوران الدموي إلي حالته الطبيعية بسرعة.

أما البروفسور إيوريش(1) فيؤكد النتائج الحسنة لحقن العسل عقب العمليات الجراحية، كما ينصح كافة المرضي المبتضوعين، و القادرين علي تناول الطعام، الإكثار من تناول العسل علي شكل محاليل دافئة سواء مع الحليب أو الشاي، كما يعتبر المحاليل العسلية العلاج الأمثل عقب العمليات الجراحية المجراة علي الفكين حيث لا يستطيع المرضي مضغ طعامهم لفترة طويلة فهو علاوة علي كونه غذاء ممتاز فهو مطهر جيد لجوف الفم يساعد أيضا علي سرعة التئام جروحه.

### أهمية العسل للوقاية من الأذيات الشعاعية:

يتعرض المرضي المعالجون بالأشعة المجهولة و العاملون فيها إلي عوارض مزعجة من فقر دم و نقص في الكريات البيض و صداع و أقياء و التهاب جلد و غيرها تشكل بمجموعها ما يسمى الداء الشعاعي. و قد عالج فرانكة(2) Franke هذه الحالات بحقن محلول العسل الوريدي (20-40%) M2 Woelm و يؤكد أن هذه الأعراض كانت تزول بسرعة مدهشة بهذه المعالجة. كما أكد فرانكة أن حقن المريض ب 10 سم 3 من المحلول العسلي قبل الجلسة العلاجية بالأشعة يمنع ظهور هذه الأعراض الانسمامية بينما تسوء حالة المريض عند عدم حقنها مما يؤكد فعالية محاليل العسل في معالجة الأعراض الانسمامية الناجمة عن كثرة التعرض للأشعة و للوقاية الفعالة من ظهورها. أما إيوريش(3) فيؤكد أن تناول العسل علي شكل محاليل دافئة و خصوصا مع الحليب له نتائج طيبة في الوقاية و المعالجة من الأذيات الشعاعية.

### هل بقي العسل من السرطان ؟

(4)

تشير معظم الإحصائيات إلي ندرة إصابة النحالين بالسرطان، و ليس هناك أية إجابة علمية تبحث عن السبب. و قد حاول فورستر حل هذا اللغز بالتسجيل الإحصائي فأرسل استمارات إلي عدد

ص: 258

1- (1) عن كتاب (النحلات و الطب).

2- (2) عن المجلة الألمانية Zentral.Fur Gynekologie .

3- (3) عن كتاب (النحلات و الطب).

4- (4) مقالة «السبب في ندرة إصابة النحالين بالسرطان» قري و عطار.

من منظمات النحل في العالم. وقد شملت الأسئلة عدد النحالين الذين يعانون من السرطان وعمرهم وعدد السنين التي قضوها في النحلة. وقد ورد (254 جوابا) من نحالة معظمهم قطعوا سن الثلاثين.

وقد كانت نسبة إصابة النحالين بالسرطان حسب دراسة فورستر هي 0,36 لكل 100 ألف نحال(1).

وقد قارنها فورستر مع إحصائية العالم وايس Weiss عند مهن أخرى فكانت عند ممتهي النحلة أقل إصابة بالسرطان نسبة للمهن الأخرى وهذا يعود إلي تعرضهم للسلع النحل، أو هو الأرجح تمتعهم بتناول العسل أكثر من غيرهم.

وفي مستشفى إيسلز للأورام السرطانية (ألمانيا الغربية) يعتمد العسل في جدول الحمية الخاص لجميع المرضى. كما استطاع ألم كيلاس(2)، الكيميائي الفرنسي المشهور، أن يبرهن علي أن بعض أنواع العسل يحتوي علي الراديوم المشع. وهذا الاكتشاف له أهميته الخاصة لأن احتياطي الراديوم في القشرة الأرضية ضعيف للغاية. وفائدة العسل المشع له أهمية كبرى و خصوصا بالنسبة لاستعمال الراديوم في علاج الأورام الخبيثة كالساركوما وغيرها.

## العسل في الطب القديم

مفتح لأفواه العروق: ديسقوريدس: قوة العسل جالية مفتحة لأفواه العروق يجذب الرطوبات.

القروح الوسخة العميقة: إذا صب في القروح الوسخة العميقة وافقها.

إزراق اللحم المشقق: إذا طبخ ووضع علي اللحم المشقق أزرقه.

القوابي: إذا طبخ مع الشبث الرطب ولطخت به القوابي أبرأها.

ورم ودوي الأذن: إذا خلط بملح مسحوق من الملح المحترق من معادنه وقطر فاترا في الأذن سكن ورمها ودويها وأبرأها من أوجاعها.

القمل والصبيان: إذا تلطخ به قتل القمل والصبيان.

إذا كان إنسان قلفته صغيرة من غير ختان فمرسها بعد خروجه من الحمام ولطخ عليها العسل وفعل ذلك شهرا كاملا أطالها.

ظلمة البصر: هو يجلو ظلمة البصر.

ص: 259

1- (1) رسالة خاصة من الدكتور فورستر 1974/8/29.

2- (2) عن كتاب (العلاج بعسل النحل) ت. الحلوجي.



أورام الحلق و أورام العضل: إذا تحنك به أو تغرغر به أبراً أورام الحلق و أورام العضل التي عن جنبتي اللسان و الحنك و اللوزتين و الخناق و يدر البول.

نهش الهوام: يوافق السعال إذا شرب سخنا بدهن الورد و ينفع من نهش الهوام.

عضة الكلب: و شرب عصارة الخشخاش الأسود إذا لعق أو شرب نفع من أكل الفطر القتال و من عضه الكلب.

الكلف العارض: أما العسل الذي يكون في الجزيرة التي يقال لها سردونيا مر الطعم لرعي الأفسنتين فإنه إذا لطح به الوجه نقي الكلف العارض فيه و سائر الأوساخ العارضة من فضول الكيموسات.

الكلف: إذا تلطخ به بعد أن يخلط بالقسط نقي الكلف.

آثار الضرب الباذنجانية: إذا خلط بالملح ذهب بآثار الضرب الباذنجانية.

الأمعاء الوارمة: أما العسل الغير المطبوخ فصالح للمعدة الباردة و الأمعاء الوارمة و وجع المعدة الكائن من البلغم منه للطعام و يغذو غذاء جيداً و ينفع للقوة.

تلين الطبيعة: أما العسل المطبوخ فصالح للقيء ملين للطبيعة يقياً به من شرب أدوية قتالة مع ذهب سمسم رطلا و هو المثلث.

اللثة و الأسنان: قال الرازي في الحاوي: العسل أحد ما يتعالج به للثة و الأسنان و ذلك أنه قد يجمع مع التنقية و الجلاء لها صقلها إلي أن ينبت لحم اللثة.

حفظ الأسنان: العسل يحفظ علي الأسنان صحتها إذا خلط بالخل و تمضمض به في الشهر أياماً. و إذا استن به علي الأصبع صقل الأسنان و اللثة و يبيض الأسنان و يمسك عليها صحتها.

الشهدية و الرئة: الشريف: إذا خلط مع دهن ورد و لطح علي الشهدية و الرئة و سائر القروح البلغمية المألحة أبراًها، مجرب.

القروح و الجراحات الغائرة: إذا حقنت القروح و الجراحات الغائرة به مع لسان الحمل و فعل ذلك ثلاثة أيام نقاها من أوضارها و غسلها و ألحمها. و إذا شرب بالماء نقي القروح و الأمعاء.

انفجار الدم و أورام اللوزتين: إذا تحنك به أو تغرغر به عند انفجار الدم و أورام اللوزتين نقاها و كذا يفعل في كل جراحة تحتاج إلي جلاء و تنقية.

فتح الأورام الصلبة: إذا عجن بدقيق الحوارى فتح الأورام الصلبة و أنضجها و النضيجة يفتحها

إنبات اللحم في الجراحات العميقة: إذا عجن به الزراوند الطويل أو الكرسنة أنبت اللحم في الجراحات العميقة.

إدرار العرق: إذا أضيف إلي هذه اللوز المر و لب حب المحلب و دقيق الشعير و ما أشبهها و طلي به البدن أدر العرق.

تنقية الصدر: إذا شرب بالماء نقي الصدر المحتاج إلي تنقية.

تهييج شهوة الجماع: يهيج شهوة الجماع إذا شرب بالماء عند العطش و اقتصر عليه أياما. و إذا استعمل بالماء و هو غير منزوع الرغوة كان فيه تليين للبطن و كان تهيجه للجماع أشدّ..

المفلوجون و المخدورون: هو من أنفع ما يشربه المفلوجون و المخدورون.

ص: 261

عن المفضل، عن الصادق عليه السلام قال: عليكم بالسواك، فإنها مطهرة، و سنة حسنة(1).

عن مسلم مولي لأبي عبد الله عليه السلام قال: إنه ترك السواك قبل أن يقبض بستين و ذلك أن أسنانه ضعفت(2).

عن ابن سنان، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: في السواك اثنتا عشرة خصلة: هو من السنة، و هو مطهرة للفم و مجلاة للبصر، و يرضي الرحمن، و يبيض الأسنان، و يذهب بالحفر، و يشد اللثة، و يشهي الطعام، و يذهب بالبلغم، و يزيد في الحفظ، و يضاعف الحسنات و يفرح الملائكة(3).

عن مهزم الأسدي قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: في السواك عشر خصال: مطهرة للفم، و مرضاة للرب، و مفرحة للملائكة، و هو من السنة، و يشد اللثة، و يجلو البصر و يذهب بالبلغم، و يذهب بالحفر(4).

عن ابن سنان و أبي البخري، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: السواك و قراءة القرآن مقطعة للبلغم(5).

ص: 262

1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 126 ح 1.

2- (2) بحار الأنوار ج 63 ص 127 ح 7.

3- (3) بحار الأنوار ج 63 ص 129 ح 14.

4- (4) بحار الأنوار ج 63 ص 133 ح 38.

5- (5) بحار الأنوار ج 63 ص 133 ح 40.

عن حمّاد بن عيسى، عن أبي عبد الله عليه السّلام قال: السواك يذهب بالدمعة، ويجلو البصر(1).

عن زكريا عن أبي عبد الله عليه السّلام قال: عليكم بالسواك فإنه يجلو البصر(2).

وقال الصادق عليه السّلام: في السواك اثنتا عشرة خصلة: هو من السنة، و مطهرة للفم، و مجلاة للبصر، و يرضي الرحمن، و يبيّض الأسنان، و يذهب بالحفر و يشدّ اللثة، و يشهي الطعام. و يذهب بالبلغم، و يزيد في الحفظ، و يضعف الحسنات، و تفرح به الملائكة(3).

عن أبي عبد الله عليه السّلام قال: أكل الأسنان يذيب البدن، و التدلّك بالخزف يبلي الجسد، و السواك بالخلا يورث البخر(4).

و عنه عليه السّلام قال: السواك علي المقعدة يورث البخر(5).

و عنه عليه السّلام قال: عليكم بالسواك فإنه يذهب وسوسة الصدر(6).

ص: 263

1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 133 ح 42.

2- (2) بحار الأنوار ج 63 ص 134 ح 43.

3- (3) بحار الأنوار ج 63 ص 137.

4- (4) بحار الأنوار ج 73 ص 138.

5- (5) بحار الأنوار ج 73 ص 138.

6- (6) بحار الأنوار ج 73 ص 139 ح 52.

## من أين يؤخذ السواك؟

يؤخذ السواك غالبا من شجر الأراك Arac حيث يؤخذ من جذور الأراك البالغة من العمر السنتين أو الثلاثة، ويكون السواك جافا وأحيانا أخضر، كما أنه يؤخذ في بعض الأحيان من الأغصان، وله رائحة خاصة و طعم حرق لوجود مادة لها علاقة بالخردل تسمى (سينجرين Sinnigrin).

تنمو أشجار الأراك في الأماكن الحارة والاسوائية و تكثر في أودية الصحاري، و تشبه الأراك شجرة الرمان.

## م م يتركب السواك؟

### التركيب المجهري للسواك:

يؤخذ مقطع عرضي في عود السواك بعد غليه و نقهه في [مزيج الغول و الماء و الغليسرين بأقسام متساوية] يتبين لنا بالفحص المجهري الطبقات التالية:

1 - طبقة فيلينية.

2 - نسيج قشري تتخلله بعض الخلايا المتصلبة و الألياف و داخله حبيبات نشاء.

3 - حزم لحائية خشبية، تتألف من لحاء نحو الخارج و طبقة مولدة و أوعية خشبية. و تشكل الألياف المنظفة للأسنان حولها نسيج متخشب، و هذه الأوعية الخشبية و النسيج المتخشب تتكون من عدة طبقات.

4 - أشعة مخيطة: تفصل بين الحزم الخشبية اللحائية و تكون خلاياها مليئة ببلورات السيليس و الحماضات و حبيبات النشاء و هذان العنصران فائدتهما كبيرة في تنظيف الأسنان.

### التركيب الكيماوي للسواك و فوائده:

لقد أثبتت الأبحاث و الدراسات أن سواك الأراك يحوي كثيرا من المواد المطهرة، و المنظفة، و القابضة، و المانعة للنزف الدموي و القاتلة للجراثيم، حيث وجد ما يلي:

1 - يحتوي علي مادة العفص (Tannic Acid) المضادة للعفونة و التي تستعمل كمادة مطهرة

و مضادة للزوف و الجروح الصغيرة في اللثة.

2 - يحوي السواك مادة ال (Sinngin) و هي غليكوزيد (زيت الخردل مع سكر العنب) و لهذه المادة فعالية مضادة للجراثيم.

3 - يحتوي علي بيكربونات الصوديوم علي شكل ألياف، و هذه المادة هي المادة المفضلة من قبل مجمع معالجة الأسنان التابع لجمعية طب الأسنان الأمريكية لاستعمالها في المعجون السنّي الصناعي، و قد ورد ذلك في مجلة طبيبك (الصفحة 73 العدد 97 السنة 9).

4 - كما أن السواك يحتوي علي مادة تحول دون نخر الأسنان «و ذلك كما نصّ عليه الدكتور كينيت كيوديل أمام المؤتمر الثاني و الخمسين للجمعية الدولية لأبحاث الأسنان في أتلانتا الأمريكية»، تحتوي علي أملاح معدنية:

1 - كلور الصوديوم. 2 - كلور البوتاسيوم. 3 - حمضات السيليس. 4 - أملاح تحوي الحديد و الكالسيوم و الفوسفات و الكبريت. 5 - إن السواك يحتوي علي مادة الفينول كما أثبت ذلك أبحاث كلية الصيدلة بجامعة الرياض. 6 - لقد توصل «شارما» Sharma و هو عالم هندي من علماء النبات إلي أن نبات الأراك غني بمادة الفلور و السيلكون و الكالسيوم، و الخشب و سيلكا اللحاء و البوتاسيوم، و فقير في مادة الكالسيوم اللحائي. 7 - يحتوي علي الفيتامين ج ( 8) . ( vit c - يحتوي علي مواد عطرية زيتية نسبتها 1% . 9 - يحتوي علي مواد سكرية مختلفة:

1 - النشا. 2 - المواد الصمغية و اللعابية. 3 - مواد سكرية بسيطة و غالكتوز و سكاكر خماسية.

10 - مواد أخرى في السواك: 1 - النشادر. 2 - مواد قلووية و شبه قلووية و هذه المواد معدّلة لحموضة الفلح.

11 - ذكر الخبير الجرثومي الأستاذ عبد الحميد القضاة أنّه أجري تجاربا علي السواك و الجراثيم فاستنتج أنه توجد جراثيم حساسة للمواد الموجودة في السواك:

1 - الجراثيم العنقودية المذهبة *Staphylococcus Aureuse* .

2 - الجراثيم العقديّة *Streptococcus* .

3 - الجراثيم المسببة للدفتريا *Conybacterium Dephtheria* .

4 - الجراثيم المسببة لذات الرئة *Diplococcus Pneumonia* .

5 - عصيات كولي *E.coli* .

6 - السالمونيلا نظيرة التيفية أ a Salmonell Para .

7 - الشيغلا الزحارية Shigella Dgsenteria .

12 - فائدة أخرى للسواك حيث يقول الدكتور محمد عزت أبو الشعر في رسالته الجامعية عن السواك «توصي بعض الجامعات بإجراء مساج بالأصبع للثة لتحريك الدم في النسيج اللثوية، وهذا واضح جدا في حالة استخدام السواك».

13 - فائدة مادة العفص الموجودة في السواك:

يصف أطباء الأسنان لمرضي التهابات اللثة و صفة تتضمن: حمض العفص 20% غليسرين 80% ثم يدلك بهذه المواد اللثة، و يكون طعمها لاذعا غير مستحسن، بينما يوجد العفص في السواك بنسبة تزيد عن 20% و يكون طعمه مقبولا.

كتب الدكتور ظافر العطار من جامعة دمشق في مقالة له: «بلغني من د. الأيوبي أن الأستاذ حلباوي وكيل شركة معاجين الأسنان أنه تفكر شركته في إنتاج معجون سوف يسمونه المسواكين».

ورد مقال بمجلة الاعتصام تحت عنوان [سواك الأراك يغزو أسواق الإنكليز] و أتبعه ثلاثة عناوين هي:

\* أطباء الأسنان في لندن يعترفون للسواك بأثره الفعّال في نظافة الأسنان و بأثره السحري في تقادي كثير من العلل و الأمراض.

\* عود الأراك يباع بجنيه استرليني في محلات النباتات المجففة في إنكلترا.

\* معهد علم الجراثيم و الأوبئة في ألمانيا الديموقراطية يقول: «مادة السواك لها تأثير فعال مثل تأثير البنسلين سواء بسواء».

- يذكر الدكتور محمد توفيق صدقي: يسمي الأراك عند الإفرنج «شجرة محمّد» (ص).

- أوردت مجلة (المجلة) (4/1961) مقالا للعالم (رودات) مدير معهد علم الجراثيم و الأوبئة في جامعة (روستوك) بألمانيا. يقول فيه: قرأت عن السواك الذي يستعمله العرب كفرشاة أسنان في كتاب لرحالة زار بلاد العرب، و عرض الكاتب الأمر بأسلوب ساخر لاذع اتخذته دليلا علي تأخر هؤلاء الناس الذين ينظفون أسنانهم بقطعة من الخشب في القرن العشرين! و لكن أخذت المسألة من وجهة نظر أخرى... و فكرت لماذا لا يكون وراء هذه القطعة من الخشب، و التي أسميها فرشاة الأسنان العربية حقيقة علمية؟ و تمنيت لو استطعت إجراء التجارب عليها ضمن تجاربي الأخرى التي أجريها علي غيرها ثم حانت الفرصة حينما سافر زميل لي من العاملين في حقل الجراثيم هو الدكتور

(هورن) في بعثة علمية إلى السودان و عاد و معه مجموعة منها... و فوراً بدأت في إجراء أبحاثي عليها سحقتها و بللتها و وضعت المسحوق المبلل علي مزارع الجراثيم فظهرت علي المزارع آثار كتلك التي يقوم بها البنسلين» أ. ه.

يبدو أن صاحبنا الرحالة صاحب الكتاب الذي قرأه العالم رودات قد نسي كيف كان الغربيون ينظفون أسنانهم.

يقول الدكتور شوكت الشطي في كتابه رسالة في تاريخ الطب: «كان الغربيون في القرون الوسطي أقل تذوقاً للنظافة من الشعوب المتوحشة... و من ذلك المضمضة بالبول كما كان شائعاً عند نبيلات الرومان و كانوا يفضلون البول الآتي من إسبانيا فإذا لم يتيسر ذلك استعضوا عنه ببول الثيران».

- أجرت جمعية طب الأسنان الأمريكية A.D.A لجيش الولايات المتحدة الأمريكية تجاربا أثبتت من خلالها أن الشعيرات المكونة لمادة السواك تتمتع بفعالية و تفوق».

- أثبتت جامعة Minnesota في أمريكا و ذلك ضمن أبحاثها أن الأسنان و اللثة عند الزوج المسلمين الذين يستعملون السواك سليمة إذا ما قورنت بأسنان و لثة من يستعمل الفرشاة».

- استعمل المسلمون السواك منذ ما يزيد عن 1400 سنة، بينما استعمال الناس الفرشاة منذ أقل من مئتي عام، فقد استعملوا الفرشاة لأول مرة عام 1800 ميلادية.

### كيفية تحضير السواك:

1 - تنزع الطبقة السطحية من عود الأراك بشكل دائري من أحد طرفي العود و بعرض لا يتجاوز 0,5 سم.

2 - ينقع هذا الطرف في الماء لمدة 24 ساعة.

3 - يدق هذا الطرف حتي تتفرق أليافه و تصبح كالفرشاة.

4 - يقص ذلك الطرف بعد عدة أيام من استعماله... و هكذا دواليك.

- يفضل استخدام السواك بعد تبليله بالماء.



عن أبي عبد الله عليه السلام قال: شكنا نبي من الأنبياء إلي ربه قلة الولد فأمره بأكل البيض(1).

وفي حديث آخر: كل اللحم بالبيض(2).

وعنه عليه السلام قال: من عدم الولد فليأكل البيض وليكثر منه(3).

عن يونس بن مرازم قال: ذكر عند أبي عبد الله عليه السلام البيض فقال: أما إنه خفيف يذهب بقرم(4) اللحم(5).

وعنه عليه السلام قال: مَحَّ البيض(6) خفيف، و البياض ثقيل(7).

ص: 268

- 
- 1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 46 ح 9.
  - 2- (2) بحار الأنوار ج 63 ص 46 ح 10.
  - 3- (3) بحار الأنوار ج 63 ص 46 ح 13.
  - 4- (4) القرم: شدة شهوة اللحم.
  - 5- (5) بحار الأنوار ج 63 ص 46 ح 14.
  - 6- (6) المح بالضم خالص كل شيء و صفرة البيض كالمحّة أو ما في البيض كله.
  - 7- (7) بحار الأنوار ج 63 ص 47، ح 16.

## قيمة البيض الغذائية:

تكفي البيضة الواحدة لتغذية الصوص تماما. وهذا يدل علي ما تحتويه من الغذاء. وتعود كمية سرعاتها الحرارية (من 85 إلي 80 وحدة) إلي احتوائها علي الدهون لأنها في الحقيقة خالية من السكر. وتتركز الدهون في صفار البيضة، وهي عبارة عن كولسترول (270 ملغ في البيضة الواحدة) أي أنه يجب تفاديها بالنسبة للأشخاص المصابين بارتفاع معدل الكولسترول في الدم.

أما البروتينات فعبارة عن ال Albumine الموجودة في البياض و ال Ouoviteline الموجود في الصفار. وهي مكونة من حوامض أمينية في تركيبة كاملة و متوازنة بشكل يقرب من الكمال إذ توجد فيها جميع الحوامض الأمينية الأساسية التي لا ينتجها الجسم نفسه بل يحصل عليها عن طريق التغذية.

و المعروف أن البيض غنيّ بالفوسفور لكنه لا يحتوي إلا علي نسبة بسيطة جدا من الكالسيوم، من هنا أهمية الخليط المكوّن من الحليب و البيض في أنواع الكريما، و الكاتو («و الغراتان») و الصلصة البيضاء... لأنه يعيد التوازن بين المعادن.

و معروف عن البيض أنه يحتوي علي الحديد، و أن بيضة واحدة في اليوم تغطي ربع حاجة الجسم من الحديد. و لذلك فإنه يوصف للمصابين بفقر الدم و للحوامل و الأطفال و المسنين... كما أنه غنيّ بالفيتامينات E,D,B,A لكنه يفتقر للفيتامين C .

و لا بدّ من الإشارة إلي أن لون الصفار لا يدل علي الكمية الغذائية التي يحتويها، بل يتعلّق بطعام الدجاجة! فكلما كان طعام الدجاجة غنيا بمادة الكاروتين (الموجودة بصورة خاصة في الجزر) كلما كان لون الصفار غامقا. كما أن لون قشرة البيضة لا علاقة له بقيمتها الغذائية، بل يرتبط بنوع الدجاجة.

## أفكار متوارثة:

كثيرا ما يقال إن البيض مضرّ بالكبد، أو أنه «صعب الهضم»، في حين أن البريطانيين الذين غالبا ما يبدءون نهارهم بتناول بيضتين عند الصباح لا يعانون بتاتا من أمراض الكبد!

في الحقيقة أن الهضم يتعلّق بطريقة تحضير البيض. و الملاحظ أن بياض البيض أسهل للهضم إذا كان جامدا تماما، في مقابل الصفار الذي يسهل هضمه عند ما يكون مسلوقا بدرجة متوسطة.

وقد عرف عن البيض المسلوق أنه صعب الهضم لأنه يبقى في المعدة مدة طويلة نسبيا (من ساعتين ونصف إلى ثلاث ساعات). أما إذا طهي الصفار الجامد جيدا، ومضغ كما يجب فإن هضمه يصبح سهلا جدا حتي للأطفال. وفي الحقيقة أن ما يجعل هضم البيض عسيرا هو ما يضاف إليه من المواد الدهنية الكثيرة كالمايونيز، أو الزيت في العجة... وفي هذه الحالة ليس البيض هو المسؤول عن عسر الهضم، بل طريقة تحضيره.

و لا شك بأن بعض الأشخاص مصابون بنوع من الحساسية تجاه البيض، فهم لا يهضمونه أبدا.

و هذه الحساسية نادرة بشكل عام، في مقابل حساسيات أخرى تجاه أطعمة مختلفة كالشوكولاته و الفراولة.

و تجدر الإشارة إلي أن المواد الدهنية الموجودة في البيض تؤدي إلي تشنج المرارة بسرعة و لمدة طويلة من الوقت. و هذا ما يمكن أن يفسر بعض الاضطرابات الهضمية عند الذين يعانون من وجود حصي في المرارة، في هذه الحال ينصح هؤلاء بتناول البيض فقط ضمن و صفة مطبخية كاملة بدل أن يتناولوه علي حدة. أما الذين يتمتعون بصحة جيدة، فإنهم لا يشعرون بهذا العارض بتاتا.

و يمكن إعطاء البيض للأطفال ابتداء من عمر 6 أشهر بدءا من ملعقة صغيرة واحدة من الصفار المسلوق و الجامد المطحون و الممزوج بالخضار المسلوقة. و يمكن أن تزداد هذه الكمية تدريجيا بحسب تجاوب الطفل و وصولا حتي بيضة كاملة عند ما يكون قد بلغ 10-12 شهرا من العمر، و بعد ذلك يمكن أن يعطي الطفل من 3 إلي 4 بيضات في الأسبوع.

أما البالغ فيمكن أن يتناول بسهولة من 5 إلي 6 بيضات في الأسبوع شرط ألا يأكل أكثر من بيضتين في الوجبة الواحدة. فالبيض هو مصدر ممتاز للبروتينات فضلا عن أنه رخيص الثمن، و يمكن أن يحل محل اللحم و السمك من حيث كمية البروتينات التي يحتويها، فإن بيضتين يمكن أن تعادلا 100 غرام من اللحم أو السمك.

في المدن لا شك بأن بيض الدجاج هو الأكثر شيوعا و استعمالا. أما في القرى فليس من النادر استعمال بيض الحش و بيض البط و بيض الأوز. و لا تختلف هذه الأنواع إلا من حيث قيمتها الغذائية، و احتوائها علي كمية أكبر من الدهون التي تعطي بالطبع سعرات حرارية أكثر من بيض الدجاج العادي. و المعروف أن بيض الأوز هو الأغني بالبروتينات و الدهون.

## نصائح بسيطة:

- حتى لا تنكسر قشرة البيضة خلال عملية السلق، يفضل إخراجها من الثلاجة قبل ساعة من الوقت، ووضع الملح الخشن في الماء.
- لتقشير البيض المسلوق بسهولة، ضع فوقه الماء البارد بعد سلقه مباشرة لكن لا تتعده في الماء لأن ذلك يعطيه طعما مزعجا ويؤدي إلى تغيير لون الصفار.
- حتى يبقى الصفار في وسط البيضة تماما، وهو أمر كثير الأهمية في بعض الوصفات، ينصح بتقليب البيضة بلطف مرات عدة خلال الدقائق الأولى من السلق.
- إذا وضع البيض علي النار لمدة طويلة فإن الصفار يصبح ذا لون أخضر مائلا إلي الزرقة.
- لذلك ينصح بعدم إطالة وقت السلق لأكثر من 10 دقائق.
- ويمكن وضع حوالي ملعقة صغيرة من عصير الحامض في الماء فيحافظ الصفار علي لونه الطبيعي.
- إذا كانت البيضة طازجة فيجب ألا تحدث أي صوت عند خصّها. و تقول المعتقدات الشعبية إنه عند وضع البيضة في الماء، فإنها تسقط إلي القعر إذا كانت طازجة، و تبقى في الوسط إذا كان عمرها حوالي 15 يوما، وإنها تطوف تماما إذا كانت غير صالحة للأكل.
- عند تخزين البيض في البراد يجب وضع طرفه العريض نحو الأعلى، فإن الصفار - الذي يتميز بكثافة أقل من البياض - يميل نحو الارتفاع، و الأفضل أن يرتفع نحو الطرف العريض لكيلا يلتصق بالقشرة.

## تعليمات لاستعمال البيض:

- البيض غير الناضج تماما (نيمبرشت) هو أسهل هضمًا من المسلوق، و المسلوق أسهل هضمًا من المقلي.
- البيض المسلوق يغلي في الماء المملح مدة دقيقتين، ثم يرفع عن الماء و يغطي لمدة دقيقتين. أو يغطس البيض في الماء المغلي و يغطي الوعاء، ثم يرفع عن النار، و يترك في الماء لمدة خمس دقائق.

- إذا أردت البيض قاسيا فاتركه علي النار يغلي مدة 5 أو 6 أو 8 أو 12 دقيقة، و يكون الماء مملحا، و يغطس بعد ذلك في ماء بارد مدة 10-15 دقيقة.

- إضافة بعض نقط من عصير الليمون إلي البيض تذهب برائحته الكريهة.

- صفار البيض شديد الامتصاص للروائح - كالدهن - فإذا حفظ البيض في مكان فيه رائحة امتصها و فسد طعمه.

- اختلاط الصفار بالبياض لا يدل علي فساد البيضة، و لا يضر أكلها.

- وجود بقعة دم صغيرة في البياض لا يضر، أما إذا تعددت البقع فالأحسن الاستغناء عن البيضة.

- إذا كانت النفس تعاف البيض النيء فالأفضل العدول عنه إلي المسلوق قليلا.

- يستحسن ألا يأكل البيض قبل أو بعد تناول اللحم و السمك.

- يحفظ البيض في الثلاجة في درجة منخفضة، و عند إخراجه يترك لترتفع حرارته قبل استعماله.

- إذا بقي شيء من البياض يحفظ في إناء مغطي يوضع في الثلاجة، أما الصفار فيغطي بماء بارد و يوضع في الثلاجة.

- يطبخ البيض في كل استعمالاته في حرارة منخفضة، و يؤكل حالا لأنه إذا برد يتصلب.

- قبل سلق البيض يترك ليذفا - إذا كان في الثلاجة - و يحرك أثناء السلق عدة مرات، و حين ينضج يغمر بماء بارد حالا.

- يسلق البيض بقشره بوضعه في ماء بارد يرفع علي النار، فاللبن يكفي عليه مدة دقيقتين، و المتوسط خمس دقائق، و الجامد 15 دقيقة. أو يغلي الماء لوحده ثم يضاف البيض و تخفف النار.

- لسلق البيض - بلا قشر - يغلي الماء و الملح، ثم تخفف النار و يصب البيض الواحدة تلو الأخرى، و تغطي المقلاة حتي ينضج، و يرفع من الماء و يصفى. (و يمكن سلق البيض - بلا قشر - بالحليب و يقدم البيض علي قطعة من الخبز المحمص و المدهون بالزبدة).

## البيض في الطب الشعبي:

و الطب الشعبي اعتمد أيضا علي البيض في علاج بعض العلل و الأمراض... فالبيضة إذا غمرت في الخل - حتي يطري قشرها الكلسي - و بلعت تشفي المخمور من نشاف الحلق و الدوخة و ثقل الرأس، و إذا وضعت علي (الداحوس) أو الورم أنضجته.

و إلي وقت قريب - كانوا يعتقدون في أوروبا - أنه إذا ذهب المصاب بالحمي إلي أقرب مفترق طرق لمسكنه - في منتصف الليل - و دفن بيضة، و كرر ذلك خمس مرات في خمس ليال، فإنه يشفي من الحمي!

## البيضة في رأي العلم:

و العلم يعرف البيضة بأنها: مادة عضوية تحتوي علي جرثومة الطير، و هي تتركب من غلاف جيري، و غشاء داخله البياض، و في الوسط الصفار، و مادة دسمة، و مادة آزوتية.

لا تنتج البيضة مما تأكله الدجاجة في يومها أو أمسها، بل مما أكلت منذ شهر مضى، و بروتينات البيضة كانت في جسمها و استخدمت لإنتاج البيضة عند ما لفظتها فقط و استبدلتها ببروتين جديد، أما القشرة فتشكّل من الكلسيوم الموجود في جزئيات أكلتها الدجاجة اليوم.

## البيض غذاء كامل:

و علي هذا يعتبر البيض غذاء كاملا لاحتوائه علي البروتين و الدهن، و الفيتامينات، و الهرمونات، و الأملاح المعدنية، و هيدرات الكربون. و لذا فإن تناول بيضتين في الصباح يكفيان لإعطاء الجسم حاجته من البروتين و الفيتامينات - و هذا يعادل ما في 350 غراما من الحليب، أو 50 غراما من اللحم. و بما أنه فقير بهيدرات الكربون؛ فيؤخذ معه الخبز أو غذاء نشوي كالبطاطا أو الأرز، و كذلك كوب من عصير البرتقال لتأمين حاجة الجسم من فيتامين (ج).

و البيض أحسن الأغذية، و أسرعها انهضاما - إذا كان نيئا أو مشويا قليلا، و يعطي لذوي الصحة الطبيعية، و بخاصة للأطفال؛ فيحصنهم بمناعة ضد الكساح و فقر الدم، و يمكن إعطاؤه للصغار من سن 8 أو 10 أشهر.

و يعطي للكبار، و بخاصة الناقهين، و المصابين بفقر الدم، و النساء الحاملات، و ضعاف

الذاكرة، و المصابين بانهيار الجهاز العصبي، و القدرة الجنسية، كما يعطي للمصابين بالسل، و السكري، و النحفاء، و البدينين - بشرط ألا يمنع عن هؤلاء السمن أو الزبدة معه.

و يمنع البيض عن ذوي الضغط العالي، و الذين لديهم كمية الكولسترول كبيرة - و يكفي لهؤلاء ببيضتين في الأسبوع - كما يمنع عن المصابين بأمراض الكبد و المرارة، و عن الذين يتحسسون بأكل البيض، و الذين يسبب لهم اضطرابات في الكبد و الأمعاء.

### البياض ضد الجراثيم:

يحتوي بياض البيض مادة مضادة للجراثيم تسمى «ليزوتسيم» اكتشفها الطبيب العالم «ليانثينكوف» و وصفها «فليمغ» مكتشف البنسلين، و هي توجد في اللعاب و الدمع و الطحال و الكبد و تحضر هذه المادة من بياض البيض، و لها أثر فعال في أمراض العين و الحلق و الأنف و الأذن، و هي تحفظ الحليب و بيض السمك من الفساد.

### غذاء من الخارج:

و كما يغذي البيض الجسم من الداخل، فهو يغذيه من الخارج. و فيما يلي ثلاث و صفات لصنع قناع الجمال و تجديد شباب الجلد:

#### 1 - لأجل الجلد الدهني:

يخفق بياض بيضة مع الثلج الصناعي، و يضاف إليه عصير نصف ليمونة أو كمية من عصير الفريز، و بعد مزجها جيدا يغطي بها الوجه و تترك حتي تجف في ربع ساعة ثم يغسل بماء بارد.

#### 2 - لأجل الجلد الناشف:

يخفق صفار بيضة طازجة بملعقة كبيرة من زيت الكافور، و يمدد المزيج علي الوجه بنسبة متعادلة في جميع الأجزاء، و بعد نشافه يغسل بالماء الحار.

#### 3 - لأجل الجلد الطبيعي:

يخفق صفار بيضة بملعقة كبيرة من كريم جيد، أو معجون ممتاز، و يدهن به الوجه و العنق، و بعد ساعة يزال بالماء الفاتر.

## عناصر البيض:

يتراوح وزن بيضة الدجاجة بين 55-65 غراما، وتقل بيضة النعامة نحو 1200-1300 غرام. وفي البيضة - ذات الحجم المتوسط - من 80-100 سعرة حرارية، و ذات الحجم الكبير من 100-120 سعرة حرارية.

و يزن بياض البيضة (الآح) نحو 30 غراما، و الصفار (المح) نحو 15 غراما. و يتألف البياض من زلال (البومين) بنسبة 70-80 في المئة، و ملح بنسبة 15-18، و ماء 75-80 في المئة.

و يتألف الصفار من 15 بالمئة زلال، و 30 بالمئة مواد دهنية، و 5 بالمئة فسفور، و 1,5 بالمئة كالسيوم، و 0,8 بالمئة حديد، و 5 بالمئة ماء، و فيتامينات (أ - ب 1 - ب 2)، و فيه آثار ضئيلة من فيتامينات (د - ب - و). و بروتئين صفار البيض يحوي الفيتيلين (Le Vitelline) و الليستين (La Lecithene)، و هما غنيان بالأنزيم اللازم للهضم، و الليستين أقل غني بالفسفور، بينما الفيتيلين أكثر غني بالكبريت.

و إلي جانب هذه العناصر يحوي البيض: الكالسيوم، و المنغنيز، و البوتاسيوم، و الزنك، و النحاس، و الصوديوم، و السيلسيوم، و الكلور، و اليود، و الفلور بنسبة ضئيلة.



عن ابن أبي عمير رفعه عن أبي عبد الله عليه السلام قال: شكنا إليه رجل الوباء فقال له: وأين أنت عن الطيب المبارك؟ قال: قلت: وما الطيب المبارك؟ قال: سليمانكم هذا، قال: فقال أبو عبد الله عليه السلام: إن أول من اتخذ السكر سليمان بن داود عليهما السلام(1).

عن يحيى بن بشير النبال قال: قال أبو عبد الله عليه السلام لأبي يسير: بأي شيء تداوون مرضاكم؟ قال: بهذه الأدوية المرار قال: لا، إذا مرض أحدكم فخذ السكر الأبيض فدقه ثم صب عليه الماء البارد واسقه إياه فإن الذي جعل الشفاء في المرار، قادر أن يجعله في الحلاوة(2).

عن الصادق عليه السلام قال: شكى واحد إليه فقال: إذا أويت إلي فراشك فكل سكرتين، قال: ففعلت فبرئت(3).

عن أبي أسامة الشحام، قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام، يقول: ما اختار جدنا عليه السلام للحمي إلا وزن عشر دراهم سكر، بماء بارد، علي الريق(4).

عند محمد بن إبراهيم الجعفي قال، عن أبيه قال: دخلت علي أبي عبد الله عليه السلام، فقال: ما لي أراك شاحب الوجه؟ قلت: أنا في حمي الربع، فقال: أين أنت عن المبارك الطيب؟! إسحق السكر ثم خذه بالماء، واشربه علي الريق عند الحاجة إلي الماء، قال: ففعلت فما عادت إلي بعد(5).

ص: 276

1- (1) بحار الأنوار ج 63 ص 298-299 ح 3.

2- (2) بحار الأنوار ج 63 ص 300 ح 9.

3- (3) بحار الأنوار ج 63 ص 300 ح 12.

4- (4) مستدرک الوسائل ج 16 ص 370-371 ح 3.

5- (5) مستدرک الوسائل ج 16 ص 371 ح 4.

تقتصر فائدة السكر علي تحسين المذاق بإضافته للمشروبات أو المأكولات كما أنه مادة مكسبة للطاقة، لكنه في الحقيقة لا يحتوي علي فيتامينات أو مغذيات... والإفراط في تناول السكر (أو الحلويات) يمكن أن يؤدي لأضرار كبيرة خاصة بكبار السن، فذلك من ناحية يعرض للإصابة بتسوس الأسنان... و من ناحية أخرى يؤدي للبدانة حيث إن كل جرام سكر زائد يتحول إلي دهن داخل الجسم و تحت الجلد... و من المعروف أن البدانة تعرض بالتالي لمتاعب صحية عديدة مثل ارتفاع ضغط الدم و أوجاع المفاصل و ضعف القدرة علي النشاط و الحركة.

كما تشير الدراسات الحديثة إلي أن الإفراط في تناول السكر الأبيض (سكر المائدة) يعتبر أحد العوامل المساعدة إلي حد ما علي الإصابة بالأمراض القلبية (الذبحة الصدرية)... و يعتقد أن ذلك أيضا له علاقة بالإصابة بالسرطانات... كما سيتضح.

و إذا أردت أن تكون مثاليا تماما في غذائك فاستغن عن السكر في التحلية و استخدم عسل النحل بدلا منه... فهو غذاء جيد مفيد... و تأكد أنك مع الوقت ستتعود علي مذاق العسل كمادة للتحلية بدلا من السكر... و إن لم تستطع ذلك فكن حريصا عند استخدام السكر بحيث تقلل من احتياجك له تدريجيا... و حاول كذلك الإقلال إلي أقصى درجة من تناول الحلويات و المأكولات الزائدة الحلاوة بوجه عام... فهي تضر أكثر مما تنفع... فبدلا من اللجوء إلي الحلويات للحصول علي السكريات و اكتساب شيء من الطاقة قم بتناول الفواكه أو عسل النحل... و بدلا من تناول المياه الغازية اشرب ماء أو عصير فاكهة (تحتوي زجاجة المياه الغازية علي حوالي 25 جم سكر) كما أنه من الضروري أن نعوّد أبناءنا منذ الصغر علي عدم الإفراط في تناول الحلويات و السكريات، و لعل أهم وسيلة لذلك هو تجنب إهدائهم الحلويات في المناسبات و لا شك أن هناك بدائل أخرى كثيرة و مفيدة.

قال جعفر بن محمد عليهما السلام: أكل التمر بعده يذهب أذاه(1).

وعنه عليه السلام قال: السمك الطري يذيب الجسد(2).

وعنه عليه السلام قال: السمك الطري يذيب بمنح العين(3).

وفي حديث آخر: يذبل الجسد(4).

وعنه عليه السلام قال: أكل الحيتان يورث السل(5).

عن سعيد بن جناح عن مولي لأبي عبد الله عليه السلام قال: دعا بتمر في الليل فأكله ثم قال: ما بي شهوته ولكني أكلت سمكا.

ثم قال: و من بات وفي جوفه سمك و لم يتبعه بتمر أو غسل لم يزل عرق الفالج يضرب عليه حتي يصبح(6).

وعنه عليه السلام قال: إذا أكلت السمك فاشرب عليه الماء(7).

وعنه عليه السلام قال: السمك يذيب شحمة العين(8).

وعنه عليه السلام قال: أكل الحيتان يذيب الجسد(9).

ص: 278

- 
- 1- (1) بحار الأنوار ج 62 ص 190 ح 2.
  - 2- (2) بحار الأنوار ج 62 ص 207 ح 38.
  - 3- (3) بحار الأنوار ج 62 ص 208 ح 45.
  - 4- (4) بحار الأنوار ج 62 ص 208 ح 46.
  - 5- (5) بحار الأنوار ج 62 ص 208 ح 47.
  - 6- (6) بحار الأنوار ج 62 ص 208 ح 48.
  - 7- (7) بحار الأنوار ج 62 ص 212 ح 58.
  - 8- (8) بحار الأنوار ج 62 ص 215 ح 65.
  - 9- (9) وسائل الشيعة ج 25 ص 77 ح 2، باب 38.

لا تزال الأسماك هي مصدر البروتين الحيواني الأمثل عند أغلب خبراء التغذية... فبالإضافة لمميزات لحم الأسماك من حيث إنه قليل الاحتواء علي الدهون و خفيف الهضم، فقد أظهرت الأبحاث الحديثة منافع أخرى عظيمة للحم السمك... من أبرزها أنه يحتوي علي نوع خاص من الدهن متعدد اللاتشبع يسمى: أوميغا - 3 (Omega-3 fatty acids).

ووجد أن هذا الحامض الدهني يقاوم الإصابة بتصلب الشرايين، و بالتالي فإنه يحمي من الإصابة بالأزمات القلبية (الذبحة الصدرية) و هذا المفعول يرجع إلي مقاومة حدوث ترسبات بجدران الشرايين... و كذلك تقليل فرصة حدوث التصاق للصفائح الدموية ببعضها (أي مقاومة حدوث الجلطات الدموية)... بالإضافة لذلك فإن وجود هذه الأحماض يقاوم حدوث تقلص بالشرايين (أي تقاوم ارتفاع ضغط الدم و تخفف العبء علي عضلة القلب).

و تقول دراسة حديثة أجريت في هولندا، إن تناول الفرد لمقدار بسيط من السمك يوميا في حدود أوقية واحدة (28,35 جراما) يقلل من فرصة الإصابة بالأزمات القلبية إلي النصف بالنسبة للأشخاص الذين لا يأكلون السمك نهائيا.

و لذلك فإن أغلب خبراء التغذية ينصحون بأكل السمك بصفة منتظمة و بمعدل مرتين إلي ثلاث مرات أسبوعيا علي الأقل.

وفي أحدث الدراسات التي خرجت عن السمك تقول إن السمك غذاء للمخ يساعد علي تقوية الذاكرة لما يحتويه من أحماض دهنية معروفة باسم حمض دكسوهانويك و هو حمض أساسي يدخل في أنسجة الجهاز العصبي و الأوعية الدموية للمخ و الشبكية (في العين) و الأعضاء التناسلية حيث من المعروف أن 65% من المادة الرمادية في مخ السمك مكونة من هذا الحمض كما يوجد أنواع من الأسماك من صنف المبروك و أحد أنواع الجمبري يسمى «الميكربورا» تتغذي علي قواقع البلهارسيا و بذلك يمكن تربيتها لزيادة إنتاج الأسماك و في نفس الوقت القضاء علي مرض البلهارسيا المنتشر في ريف مصر.

و عند ما سأل عبد الله بن سلام الرسول (ص) عن أول طعام أهل الجنة أجاب الرسول أن أول طعام يأكله أهل الجنة هو كبد الحوت، و كبد الحوت فيه كثير من المواد الغذائية من أهمها فيتامين (أ) و المشتقات التي تنتج منه مثل أروتينويد و المهم في النمو و المحافظة علي كثير الأنسجة و له أثر فعال علي العين و الجهاز التناسلي و العظام و يساعد علي شفاء الجروح و يقلل حدوث

الالتهابات الجلدية و يساعد علي تكوين الأجسام المضادة، كما يمنع حدوث بعض السرطانات أو الأورام القابلة إلي التحول إلي سرطان و وجد أن لها أثرا علي سرطانات المثانة و سرطان الخلايا المنتجة في الجلد و سرطان الدم كما يجعل الجلد أميل للشباب.

و لحم السمك غني بالمواد البروتينية و الفوسفور بنسبة عالية، حيث تحتوي المائة جرام من السمك علي: 16% بروتين. 9% دهون. 20 جرام من الكالسيوم. 2 جرام من الحديد.

نصف جرام بوتاسيوم و فوسفور و يود، بالإضافة إلي بعض من فيتامين ب المركب، (الفوسفور لازم لبناء الخلايا الحية و نشاطها في الجسم).

و يغوص السمك في أعماق الماء و أحشاء البحار يأكل من النباتات المغمورة و التي تحتوي علي مادة «البلاذونا» و يخترنها السمك في عضلاته لا يتأثر بها لكن ينقلها للإنسان و الذي سرعان ما يتأثر بها، و يظهر هذا التأثير بمادة البلاذونا لما نجده بعد وجبة السمك الدسمة من جفاف الحلق و اللسان و خفقان القلب الهاديء مع هدوء تام يسود سائر البدن مع ميل للنعاس.

و لا-حتواء السمك علي البروتين الحيواني مع مادة البلاذونا فهو ينفع المصبران الغليظ و يقلل من القلق و التقلص المعوي و يهديء من ثوران المعدة و حموضتها، و تقيد البلاذونا مرضي القرحة المعدية و قرحة الأثني عشر. و يفيد اليود في تنشيط الغدة الدرقية لأنه يدخل في تركيب هرمون الثيروكسين...

قال الصادق عليه السلام: ثلاثة يسمّن و ثلاثة يهزلن، فأما التي يسمن فإدمان الحمام، و شم الرائحة الطيبة، و لبس الثياب اللينة، و أما التي يهزلن فإدمان أكل البيض، و السمك، و الطلع(1) يعني إدمان الحمام يوم و يوم لا، فإنه إن دخل كل يوم نقص لحمه(2).

و عن الصادق عليه السلام قال: اغسلوا أرجلكم بعد خروجكم من الحمام فإنه يذهب بالشقيقة و إذا خرجت فتعمم(3).

عن محمد بن موسي، عن الباقر و الصادق عليه السلام قال: خرجا من الحمام متعممين شتاء كان أو صيفا و كانا يقولان: هو أمان من الصداع(4).

عن الصادق عليه السلام قال: إياك و شرب الماء البارد، و الفقاع في الحمام، فإنه يفسد المعدة و لا تصبغ عليك الماء البارد فإنه يضعف البدن، و صب الماء البارد علي قدميك إذا خرجت فإنه يسد الداء من جسدك، فإذا فعلت ذلك أمنت من كل داء(5).

و قال عليه السلام: إياك و الاضطجاع في الحمام فإنه يذيب شحم الكليتين، و إياك

ص: 281

1- (1) يعني طلع النحل.

2- (2) بحار الأنوار ج 73 ص 78-79.

3- (3) بحار الأنوار ج 73 ص 79

4- (4) بحار الأنوار ج 73 ص 79

5- (5) بحار الأنوار ج 73 ص 70 ضمن ح 3.

والاستلقاء علي القفا في الحمام فإنه يورث داء الدبيلة(1) وإياك و التمشط في الحمام فإنه يورث وباء الشعر وإياك و السواك في الحمام فإنه يورث وباء الأسنان، وإياك أن تغسل رأسك بالطين فإنه يسمج الوجه وإياك أن تدلك رأسك ووجهك بمتزر، فإنه يذهب بماء الوجه(2) وإياك أن تدلك تحت قدمك بالخزف فإنه يورث البرص(3).

وقال عليه السلام: لا يستلقين أحدكم في الحمام، فإنه يذيب شحم الكليتين(4).

من كتاب المحاسن عن أبي عبد الله عليه السلام قال: لا تدخل الحمام إلا وفي جوفك شيء يطفىء عنك وهج المعدة(5) و هو أفوي للبدن، ولا تدخله وأنت ممتليء من الطعام(6).

وروي عن الصادق عليه السلام أنه قال: من دخل الحمام علي الريق أنقي البلغم وإن دخلته بعد الأكل أنقي المرة(7) وإن أردت أن تزيد في لحمك فادخل الحمام علي شبعتك، وإن أردت أن ينقص لحمك فادخله علي الريق(8).

ص: 282

1- (1) الدبيلة: يعني قرحة المعدة أو قرحة الأثني عشر.

2- (2) والمراد بماء الوجه بريقه ولمعانه وطراوته لا معناه الكنائي، اعني الواجهة عند الناس.

3- (3) بحار الأنوار ج 73 ص 71 ضمن ح 5.

4- (4) الوهج: اشتداد الحرارة.

5- (5) بحار الأنوار ج 73 ص 77.

6- (6) بحار الأنوار ج 73 ص 77.

7- (7) المرأة: يعني الصفراء غير الطبيعية.

8- (8) بحار الأنوار ج 73 ص 76 ضمن ح 20.

### مضار الحمام:

أن لا يكون الحمام معتدلاً. قال أبو علي:

تعديل هواء الحمام هو إما بالجملة: فأن يكون ليس بشديد الحرارة، ولا ببارد يتعذر فيه العرق. وإما بالتفصيل: فأن يكون فيه أو له ثلاثة بيوت. فأن يكون البيت الأول منه معتدلاً، أعني لا يحس فيه ببرد ولا حر، وأن يكون البيت الثاني غير مكرب، وأن يكون البيت الثالث غير شارع شاوي، ولا مانع للنفس المستقيم.

### الحمام الحار:

و الحمام الحارّ جدا يسيل الأخلط الجامدة إلى أعماق الأعضاء. فيحدث إما سدا، وإما أوراما، ويصعدها إلى الدماغ، فيحدث إما صداعا شديدا، وإما برساما، وإما سيلان الرطوبات إلى تجاويفه الفارغة، فيحدث عنه صرع أو سكتة: إما صرع، بأن كانت السدد ناقصة، وإما سكتة، بأن كانت تامة.

### الحمام البارد:

و أما الحمام البارد، فإنه يحرك المادة التي تعرق حركة ناقصة. فيحدث من ذلك آفات، وربما حدث شبيه الورم والحكة، وربما أحدث الزكام، وربما أحدث المغص.

### ندارك ضرر الحمام الحار:

أما من المشروبات، فالمطفئات: مثل رب التفاح، ورب السفرجل، ورب الحصرم، و شراب التمر هندي، و شراب النيلوفر، و شراب الورد، و السكنجيين، و غير ذلك، غير مبرد بالثلج. و من الأطلية: فالصندل، و ماء الكسفرة، و الخل، علي الكبد و القلب.

و توضع لخلخة من دهن الورد و الخل علي الرأس، معتدلة الحر و البرد، و يترك رجليه ساعة في ماء بارد، ثم بعد قليل يصب منه شيء يسير علي الكتفين، ثم بعد ساعة يمسح الرأس به، ثم



يصب قليلاً قليلاً علي البدن. و ينبغي أن يكون الماء البارد معتدلاً، ليس بشديد البرد. و ينبغي أن لا يكون بغتة هواء الحمام الحارّ. ثم يؤمر بالنوم علي مرأقذ ناعمة معتدلة.

### تدارك ضرر الحمام البارد:

قال أبو علي: أما تدارك ضرر الحمام البارد، فأن يهياً ماء سخن معتدل مقدار ما يحمله الطبع، و يصبّ علي الرأس قبل الخروج بساعة، و يدام التدلك، و التمريخ، و الغمز، و الحيلة للتعرق، ثم كما يخرج يديم صب الماء الحار علي الرأس وحده، ثم يتعمم بعمامة معتدلة في الحر، و كبيرة في شدة البرد، و يخرج و ينام.

### فيمن أخطأ فدخل الحمام دفعة و خرج دفعة:

هؤلاء يخاف عليهم. أما إن كان مزاجهم حاراً: أما في الدخول، فأن يصيبهم انتشار الحرارة الغريزية، و يعقبه ضعف القلب، و الخفقان. و أما في الخروج، فأن يصيبهم نوازل حارة، و سحج الأمعاء و أوجاع المفاصل.

و أما من كان بارد المزاج فيصيبه: أما في الدخول، فالسكتة و الفالج و الخفقان. و أما في الخروج، فالجمود و الشخوص و سلس البول و الرعشة.

العلاج: قال أبو علي: علاج من دخل الحمام دفعة ممن هو حار المزاج، أن يدرج في إخراجه إلي البيت الأول، و يرش تحت إبطه الأيسر ماء ورد بارداً دفعة، و أن يؤخذ في ثوب مبرد، و لا يمسه إلا الماء البارد دفعة. ثم يعالج بما عولج به المستنصر بشدة حرّ الحمام.

و أما من كان بارد المزاج، فإنه يعمل ذلك ثم يسقي شيئاً من رب التفاح، مع قليل من دواء المسك، و ينوم.

قال أبو علي: و علاج من خرج عنه دفعة ممن هو حارّ المزاج، فأن يصب علي رأسه ماء حار كثير، و يكمد رأسه بخرق مسخنة، و ينوم.

### فعل الماء البارد في الحمام:

قال أبو علي: أما إن كان الحمام بارداً، ففعل الماء البارد فيه فعل الخروج عنه مغافصة، و أشد. و علاجه علاجه.

## فعل الماء الحارّ في الحَمَام:

قال أبو علي: هو فعل الهواء الحارّ الشديد فيه، وأقوي. إلا أنه لقصور مدته يكون أقل تأثيراً، ولأنه لا يرد علي القلب يكون أقل نكاية. العلاج: وعلاجه شبيهه بذلك العلاج، وشراب التمر هندي. وإن أحدث ذلك به الإسهال، فشراب السفرجل و التفاح و ماء الحصرم.

## في خطأ من قصر فيه:

قال أبو علي: يتبعه في المعتاد وجع المفاصل، و التمدد في العضلات، وربما تبعه حمي يوم.

العلاج: و علاجه الاغتسال بالماء الحارّ، و التدلك الرفيق بدهن البابونج أو الزيت الطري. فإن لم يسكن بذلك، و جب أن يفتصد في كل حال في اليوم الثاني من الحَمَام.

## فيمن استعمل قبل أو بعد الحَمَام حركات شاقة:

قال أبو علي: أما الحَمَام المعتدل، فلا يضر كثير مضرة لمن أفرط في الحركة، و أراد حركة بعد الطعام، بل إذا كان معتدلاً و لم يمكث فيه مقدار ما يعرق كثيرا، بل إنما كان المكث فيه مقدار ما يستفاد من رطوبة، كان نافعا لمن عرض له حركة شاقة.

و إنما يستصّرّ بها من يطلب المكث في الحَمَام حتي يأخذ الحَمَام من رطوبته فوق ما يعطيه.

و من وقع له هذا أدى إلي الدق، إذا اشتد سخونة القلب، أو الاستسقاء، بأن يحلل الحاد الغريزي، و يبرد مزاج الأحشاء.

العلاج: الاغتسال بالماء البارد. و صبّ الماء المفتر شتاء، و المبرد صيفا، و اللبن الحليب، علي الرأس. و أخذ المفاصل في لعاب الخطمي، مضروبا مع دهن البنفسج. و شرب الشراب الأبيض مع مزاج وافر. و تحسي المرقة المتخذة من مدققة الطيور و الحملان.

و إذا ظهر برد في الأحشاء، فعلامته رداءة الهضم، و النفخ، و الجشاء الحامض. فتداركه شربة من دواء الكركم، و تقطير دهن البنفسج في الأذن، لمن غلب عليه المرار. و دهن الخيري لمن بردت أحشاؤه نافع في هذه العلة.

## المقام الكثير في الحَمَام:

قال أبو علي: يفعل فعل الحركة الشديدة. و العلاج مثل ذلك.

## الحمام علي الطعام:

قال أبو علي: يوجب سددا في الكبد والعروق، لانجذاب المواد الغذائية الغير منهضمة إلي ظاهر البدن، لميلان الرطوبات إليه بالعرق. و السدد تتبعه الأمراض السدية مثل الأمراض، بامتناع الغذاء عن ظاهر البدن، فالإسهال الكائن بالأدوار و الحميات العفوية. إذ السدد أحد أسباب العفونة.

العلاج: استعمال السکنجبین البزوري، و الاستفراغ الضعيف بأيارج فيقري، و استعمال الأغذية الخفيفة عدة أيام.

## فيم شرب في الحمام شيئا باردا مثل الققاع و الماء البارد:

هذا خطر عظيم جدا، لأن الشيء البارد و السیال إذا حصل في المعدة، في الحمام، فقد تفتحت المسام، و تخلخلت المنافذ، فهجم دفعة علي الكبد و القلب، فبردهما تبريدا شديدا، و أنهك حرارتهما الغريزية، و أضعف جميع الأحشاء، و هيأها للاستسقاء.

العلاج: تناول شيء يسير من الشراب الصريف بعد الحمام، أو شربة من دواء المسك، أو دواء اللك، أو دواء الكركم، أو مثروديطوس. أو يكمد الكبد و القلب بخرق حارة. أو تناول غذاء مبزر.

و للكربن خاصية في دفع هذا الضرر. و من البقول: الراسن. و من الأشربة: شراب الجزر، و شراب الأفسنتين، و شراب حنديقون.

## دخول الحمام و البدن ممتليء:

قال أبو علي: هذا أيضا خطر عظيم، لأنه يحدث منه عفونة في الأخلاط المحتبسة في البدن و حركتها، و أورام في الأحشاء مثل ذات الجنب، و ذات الكبد، و ذات الرئة. و يخاف منه آفات الدماغ و أورامه. و أما الحميات، فأقرب الأشياء منه.

العلاج: قال أبو علي:

إذا أعقب ذلك ثقلا و إعياء تمديديا أو ورميا، فينبغي أن يبادر إلي الفصد، و يستخرج من الدم مقدارا صالحا. فإن زال بذلك و سكن، و إلا يستفرغ بشراب الفواكه. و تناول الأشربة المانعة من العفونة، مثل رب الإجاص، و رب السفرجل، و رب التفاح، و غير ذلك. و يطلي الكبد و القلب بالأطلية الموافقة، مثل الكسفرة، و النخل، و عنب الثعلب، مع قليل كافور و صندل.

عن جعفر بن إسماعيل عن رجل، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: سألته: كم يحمي المريض؟ فقال: ربقاً(1)، فلم أدر كم ربقاً؟ فقال: عشرة أيام وفي حديث آخر:

أحد عشر ربقاً، و ربق صباح بكلام الروم، عني أحد عشر صباحاً(2).

عن الحلبي قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: لا تنفع الحمية بعد سبعة أيام(3).

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: الحمية أحد عشر ديناً، فلا حمية. قال: معني قوله «ديناً» كلمة رومية يعني أحد عشر صباحاً(4).

ص: 287

---

1- (1) ربقاً: النسخ هنا مختلفة جداً، ففي بعضها بالبدال المهملة و الباء الموحدة و القاف، وفي بعضها بالياء المشناة التحتانية، وفي بعضها بالراء المهملة ثم الياء الموحدة. وليس شيء منها مستعملاً بهذا المعني في لغة العرب مما وصل اليها، و اللغة رومية.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 141 ح 3.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 141 ح 7.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 141 ح 8.

## لا مبالغة في الحمية:

لقد شدد الأقدمون في الحمية تشديدا مفرطا نظرا لضعف وسائل التشخيص و التفريق بين كثير من الأنواع المرضية التي كانت تحشر في زمر من التناذرات المرضية (المتلازمات)، و نظرا لندرة الأدوية النوعية، و لذا قال طبيب العرب الحارث بن كلدة: (المعدة بيت الداء و الحمية رأس كل دواء).

و كقاعدة أغلبية: إن ابتداء العلاج بتجزئة الكمية المراد إعطاؤها من الغذاء أفضل من استعمال بعض وسائل الحمية، و لهذا يوصي بعدم الزيادة عن الحد و التشديد فيها كيفاً و كمّاً و زمناً. و لهذا ينبغي علي الطبيب أن يحدد للمريض بشكل مفصل حميته فيقول: امتنع مطلقاً أو لا تكثر من كذا، و أن يضرب له موعداً لرؤيته ثانية أو مرات حتي يتسني له مراقبة تطور المرض نحو التحسن من ناحية و يخفف من شدة الحمية إن أمكن من ناحية ثانية، لأن الشدة في الحمية و الإقلال من الوارد الغذائي يطيل مدة النقاهة في بعض الأمراض و يؤخر عودة الجسم إلي نشاطه السابق، بل قد يؤدي إلي عوارض نقص التغذية أو إلي عوز الفيتامينات (و خاصة مجموعة الفيتامين ب) الناشيء عن الحمية المديدة مما يقود إلي وهن عضلات الأنبوب الهضمي.

و قد يتطوع أهل المريض و زواره بوصف حميات حسب معارفهم، دون أن تكون موصوفة من قبل الطبيب المعالج، و قد يبالغون في تطبيق الحمية بدافع الحرص علي صحة و سلامة المريض فيمنعونه حتي عن القليل من الغذاء الذي يشتهي و لم يحظره الطبيب حظراً مطلقاً.

قواعد الطب: الدواء كله شيطان: حمية، و حفظ صحة. فإذا وقع التخليط احتيج إلي الاستفراغ الموافق و كذلك مدار الطب كله علي هذه القواعد الثلاث. قال أبقراط: الأبدان التي هي غير نقية من الأخلاط الرديئة إذا غذوناها زدناها شراً.

أنواع الحمية: و الحمية حميتان: حمية عما يجلب المرض، و حمية عما يزيد، فيقف علي حاله. فالأولي: حمية الأصحاء. و الثانية: حمية المرضى.

فالحمية من أكبر الأدوية قبل الدواء، فتمنع حصوله. و إذا حصل: فتمنع تزايد و انتشاره.

و مما ينبغي أن يعلم أن كثيراً مما يحمي عنه العليل و الناقه و الصحيح، إذا اشتدت الشهوة إليه، و مالت إليه الطبيعة، فتناول منه الشيء اليسير لا تعجز الطبيعة عن هضمه، لم يضره تناوله، بل ربما انتفع به.

فإن الطبيعة و المعدة تلقيانه بالقبول و المحبة، فيصلحان ما يخشي من ضرره. و قد يكون أنفع من تناول ما تكرهه الطبيعة و تدفعه من الدواء.

الإفراط بالحمية: إعلم أن الإفراط في الحمية يؤدي خصوصا من ليس في بدنه أخلاط رديئة، لأنه إذا زالت الحمية أخذت النفس من الرطوبة التي في البدن و هي الرطوبة الأصلية فيعود المرض سلا و دقا لإفراط الحمية كتناول الأغذية.

مما يجب مراعاته في الصحة و المرض: قال أبقراط: و ينبغي أن يعطي بعض المرضى غذاءهم في مرة واحدة، و بعضهم في مرتين - و يجعل ما يعطونه منه أكثر و أقل - و بعضهم قليلا قليلا و ينبغي أن يعطي الوقت الحاضر من أوقات السنة حظه من هذا، و العادة و السن.

ابن النفيس في كتابه (شرح فصول أبقراط) شارحا القول قال: مما يجب مراعاته في الصحة و المرض، مرات الغذاء. و المرضى أولي بوجوب الكلام فيه. لأن شهوة الأصحاء في أكثر الأمر، تفي بمعرفة الواجب من ذلك.

و مواد البدن، إما أن تكون زائدة أو ناقصة، أو لا تكون - و الأعضاء الهاضمة إما أن تكون قوية أو ضعيفة أو متوسطة... فيحدث من ذلك تسعة تراكيب، و تقليل الغذاء و تكثيره، إما أن يكون في مقداره أو في مقدار تغذيته أو فيهما معا.

1 - بدن ممتليء قوي الهضم: يدبر بالغذاء الكبير المقدار، القليل التغذية و العدد... أما كثرة مقداره، لتشغل المعدة و تسكين الشهوة. و أما تقليل تغذيته، فلنلا يفرط الامتلاء. و أما قلة عدده، فلقوة القوة علي استيفاء الواجب بالدفعة الواحدة.

2 - بدن ممتليء ضعيف الهضم: يقلل المقدار لضعف الهضم، و التغذية للامتلاء، و المرات للامتلاء و ضعف القوة.

3 - بدن ممتليء متوسط قوة الهضم: تقلل التغذية للامتلاء، مع التوسط في المقدار و العدد.

4 - بدن خال قوي الهضم: يكثر المقدار و التغذية و العدد، لأجل الحاجة مع التمكن من الهضم.

5 - بدن خال ضعيف الهضم: يقلل المقدار لضعف القوة. و يكثر التغذية لأجل الخلاء، و العدد لتمتلك القوة من استعمال الواجب في دفعات.

6 - بدن خال متوسط قوة الهضم: تكثر التغذية، و يعدل المقدار و المرات.

7 - بدن متوسط في الامتلاء و الخلاء قوي الهضم: يكثر المقدار، و يعدل التغذية و المرات.

8 - بدن متوسط الامتلاء ضعيف الهضم: يقلل المقدار، و يعدل التغذية و المرات.

9 - بدن متوسط الامتلاء متوسط الهضم: يعدل المقدار و التغذية و المرات.

## الحمية في هدي النبوة

الحمية هي التدبير الغذائي الخاص بالمرضى من إلزامه منهاجا معيناً من التغذية لا يتعداه، أو منعه عن بعض أنواع من الأغذية والأشربة التي أضحت بسبب مرضه مؤذية له، لأنها تزيد في شدة المرض أو تؤخر برأه أو تساعد في حدوث الاختلالات لديه أو تتنافر مع الأدوية الموصوفة أو تزيد آثارها الجانبية الضارة. ولذا فإن الحمية تختلف باختلاف الأمراض التي تحتاج إلي حمية وباختلاف الحالة الصحية العامة لأجهزة الجسم عند المرضى وباختلاف أنواع الأدوية المستعملة وآثارها الجانبية المحتملة الوقوع.

وبناء علي ذلك تعتبر الحمية جزءاً من المعالجة في كثير من الحالات. وهي في كثير من الظروف أصعب تطبيقاً علي الإنسان من استعمال الدواء، لأن تعاطي العلاج إجراء خارجي، بينما تعديل الأطعمة كماً ونوعاً أمر يدخل في صميم حياة الشخص وسلوكه اليومي. ومن هنا يواجه الأطباء صعوبات في إقناع المرضى وذويهم بضرورة التمسك بالحمية.

ولقد كانت الشعوب القديمة علي شيء من المعارف عن حميات المرضى نتيجة الملاحظات للحوادث المتشابهة، وخاصة من قبل من يتعاطون التطيب. ولقد طبقها العرب قديماً علي مرضاهم في الجاهلية وفي العهد النبوي فما بعده.

## احترام قمه المريض:

لقد قضت حكمة الله تعالى أن يكون في الجسم الإنساني مدخرات كبيرة يستفيد منها في أوقات الحرمان أو نقص الوارد الغذائي. فلذلك لا ينبغي للمريض ولا لذويه أن يغمثوا بسبب الحمية المشددة أو بسبب القمه العارض خلال فترة المرض. فإن المعدة في كثير من الأمراض لا تحتمل الطعام الزائد أو لا تحتمله مطلقاً، فإذا أجبر علي تناوله تقزز منه أو سبب له غثياناً أو قيئاً. والطبيب هو الذي يحدد طريقة التغذية بحسب نوع المرض، وهو الذي يدرك سبب القمه الحادث ويعرف ما إذا كان يجب احترامه وتركه ريثما تمر المرحلة المرضية بسلام، أم يجب وضع تدابير دوائية وغذائية لتحريك الشهية إلي الطعام. ولذا لا يجوز لذوي المريض أن يجبروا مريضهم علي الطعام وقد عافته نفسه، وخاصة إذا لم يعرفوا نوع الحمية الخاصة بمريضهم أو بمرضه. وإلي هذه الناحية التي أشار إليها الطب الحديث أشار سابقاً رسول الله (ص) بقوله: «لا تكرهوا مرضاكم علي الطعام فإن الله يطعمهم ويسقيهم».

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: السواك يذهب بالدمعة، و يجلو البصر(1).

عن زكريا، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: عليكم بالسواك، فإنه يجلو البصر(2).

عن محمد بن أبي الحسن قال: قال أبو عبد الله الصادق عليه السلام: من أخذ من أظفاره كل خميس لم ترمد عيناه، و من أخذها كل جمعة خرج من تحت كل ظفر داء.

قال: و الكحل يزيد في ضوء البصر، و ينبت الأشفار(3).

وعنه عليه السلام أنه كان يقلّم أظفاره كل خميس يبدأ بالخنصر الأيمن ثم يبدأ بالأيسر، و قال: من فعل ذلك كان كمن أخذ أمانا من الرمد(4).

عن عثمان بن عيسى عن ميسر الحلبي عن أبي عبد الله عليه السلام قال: السمك يذيب شحمة العين(5).

عن عمر بن توبة، عن أبيه، عن الصادق عليه السلام أن رجلا شكى إليه بياضا في

ص: 291

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 145 ح 5.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 145 ح 6.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 145-147 ح 11.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 147 ح 12.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 147 ح 13.



عينه ووجعا في ضرسه ورياحا في مفاصله، فأمره أن يأخذ فلفلا أبيض ودار فلفل، من كل واحد وزن درهمين و نشادرا جيدا صافيا وزن درهم، و اسحقها كلها و انخلها، و اكتحل بها في كل عين ثلاثة مراد، و اصبر عليها ساعة، فإنه يقطع البياض، و ينقي لحم العين، و يسكن الوجع بإذن الله تعالى. فاغسل عينيك بالماء البارد، و أتبعه بالإثمد.

عن ابن محبوب، عن رجل قال: دخل رجل علي أبي عبد الله عليه السلام و هو يشتكي عينه، فقال له: أين أنت عن هذه الأجزاء الثلاثة: الصبر، و الكافور، و المر؟ ففعل الرجل ذلك، فذهب عنه.

عن جميل بن صالح، قال: قلت لأبي عبد الله عليه السلام: إن لنا فتاة كانت تري الكوكب مثل الجرة. قال: نعم، و تراه مثل الحب! قلت: إن بصرها ضعيف، فقال:

اكتحلها بالصبر و المرّ و الكافور، أجزاء سواء. فكحلناها به فنفعها.

دعوات الراوندي: قال الصادق عليه السلام: الكحل عند النوم أمان من الماء.

### شرح الماهية:

ديسقوريدس: قيل إنه شجرة تنبت في بلاد الهند لها ثمر يكون في ابتداء ظهوره طويلا شبيها باللوبيا، وهو الدار فلفل، في جوفه حب صغار شبيه بالجوارس، وإذا استحكم صار لفللا، وذلك أنه يتفرق فيصير شبيها بعناقيد فيها حب الفلفل صغار، فمنه ما يجتني نضيجا، وهو الفلفل الأسود، ومنه ما يجتني غضا وهو الفلفل الأبيض.

جالينوس: أما أصول الفلفل فشيبة بالقسط، وأما ثمرته فهي أول ما تطلع دار فلفل، ولذلك صار الدار فلفل أرطب من الفلفل المستحكم، والدليل علي رطوبة الدار الفلفل أنه إذا طالت به المدة قليلا تأكل وتفتت، وأنه إذا ذاقه الذائق لم يجد له في أول مذاقه لذعا وإنما يتبين اللذع قليل... وأما ثمرة الفلفل التي هي كالفلجة فهو الفلفل الأبيض، وهو أشد حرافة من الفلفل الأسود.

### الخواص العلاجية:

النافض ونهش الهوام: إذا شرب أو تمسح به في بعض الأدهان وافق النافض وينفع من نهش الهوام، ويحدر الجنين.

منع الحبل: قد يظن أنه إذا احتملته المرأة بعد الجماع منع الحبل.

الخناق: إذا تحنك به مع العسل وافق الخناق.

المغص: إذا شرب مع ورق الغار الطري نفع من المغص.

قلع البلغم: إذا مضغ مع الزبيب الجبلي قلع البلغم. كذلك إذا تغرغر به مع الميوزج.

تحليل الخنازير: إذا خلط بالزفت حلل الخنازير.

تحليل ورم الطحال: إذا خلط بخل أو تضمد به أو شرب حلل ورم الطحال.

الأسنان المتأكلة الوجعة: قال ابيديمبا: الأسنان المتأكلة الوجعة إن حشيت بفلفل بعد أن تكون المادّة قد انقطع مجيئها نفعها.

داء الثعلب: إذا سحق و خلط مع الملح و البصل و ضمّد به داء الثعلب بعد ذلك ناعما أنبت فيه الشعر.

البهق: إذا خلط مع دقيق الحمص أو الفول و طلي به البهق جلاه. كذلك إذا خلط بالنطرون.

الأورام البلغمية: إذا خلط بمرهم الدياخيون و حمل علي الأورام البلغمية أضمرها و علي التهيج الريحي أزاله.

الفالج و الخدر: إذا سحق و غلي في الزيت و تمسح بمجموعهما نفعا من الفالج و الخدر و سخن الأعضاء التي قد غلب عليها البرد.

وجع الأسنان: ينفع بالخل لوجع الأسنان.

الرياح النافخة: الدار فلفل يحل غلظ الرياح النافخة و يدفع ما علي المعدة إلي أسفل و يعين علي الهضم و هو من أنفع الأشياء للمعدة الباردة، و هو يسخن العصب و العضل تسخيناً لا يوازيه غيره فيه، و ينفع من الأوجاع الباردة و التشنج منفعة بالغة عظيمة.

مقوّ علي الجماع: ابن ماسويه: الدار فلفل هاضم للطعام مقوّ علي الجماع طارد للرياح من المعدة و الأمعاء.

إخراج المرة السوداء: الغافقي: أصل الفلفل يحسن اللون و يخرج المرة السوداء علي رفق لا علي سبيل إخراج الأدوية المسهلة و يزيد في الباه.

## الصبر في الطب القديم

### شرح الماهية:

ديسقوريدس: شجرة الصبر لها ورق شبيه في شكله بورق الأثقال ما في هذه الشجرة ثقل الرائحة مر المذاق، و عرقها واحد شبيه بالوتر، و تنبت في بلاد الهند كثير، و قد تنبت أيضا في بلاد العرب و البلاد التي يقال لها آسيا و في بعض السواحل و الجزائر.

أبو جريج: الصبر ثلاثة أنواع: السقطري و العربي و السمجاني، فالسقطري تعلوه صفرة شديدة كالزعفران. و إذا استقبلته بنفس حار من فيك خلت أن فيه ضربا من رائحة المر، و هو سريع التفرك، و له بريق و بصيص قريب من بصيص الصمغ العربي، و أما العربي فهو دونه في الصفرة و الرزانة و البصيص و البريق، و أما السمجاني فرديء جدا، منتن الرائحة، عديم البصيص، و ليست له صفرة، و الصبر إذا عتق انكسرت حدته، و المغشوش أسرع في ذلك.

لزق النواصير الغائرة: يلزق النواصير الغائرة و يدمل القروح العسرة و خاصة ما يكون منها في الدبر و الذكر و ينفع أيضا من القروح الحادثة في هذه المواضع إذا ديف بالماء و طلي عليها و يدمل الجراحات علي ذلك المثل و ينفع إذا استعمل من الأورام الحادثة في الفم و في المنخرين و العينين.

يسهل البطن و المعدة: و إذا شرب منه فلنجارين بحليب لين بماء بارد أو فاتر في فتورة اللبن حين يحلب أسهل البطن و المعدة.

قطع نفث الدم: إذا شرب منه مقدار ثلاث أو ثلوسات أو درخمي بماء قطع نفث الدم و نقي اليرقان.

إسهال الطبيعة: إذا حبب مع الراتينج أو بالماء أو بالعسل المنتزع الرغوة أسهل الطبيعة.

إذا أخذ منه ثلاث درخميات نقي تنقية تامة.

إصاق الجراحات: إذا ذر و ألصق علي الجراحات ألصقها و أدمل القروح و منعها من الانبساط و شففي خاصة القروح و يلزق الجراحات الطرية.

البواسير الناتئة: إذا ديف بشراب حلو شففي البواسير الناتئة و الشقاق العارض في المقعدة و يقطع الدم السائل من البواسير و يدمل الداحس المتقرح.

آثار الضرب الباذنجانية: إذا خلط بالعسل أبرأ آثار الضرب الباذنجانية.

تسكين الصداع: إذا خلط بالخل و دهن الورد و لطخ علي الجبهة و الصدغين سكن الصداع.

و إذا خلط بشراب أمسك الشعر المتناثر.

أورام العضل: إذا خلط بالعسل و الشراب وافق أورام العضل الذي عن جنبتي أصل اللسان و اللثة و سائر ما في الفم.

إخراج الصفراء: جالينوس في تدبير الأصحاء قال: من طبع الصبر جذب الصفراء و إخراجها.

مرار المعدة: الصبر أبلغ الأدوية لمن يعرض في معدته علل من جنس المرار حتي إنه يبرئ كثيرا منها في يوم واحد.

تسخين المعدة: قال الفارسي: الصبر يسخن المعدة، و يدبغها ايضا و يطرد الرياح و يزيد الفؤاد حدة و يجلوه.

إسهال السوداء: الطب القديم: الصبر يسهل السوداء و هو جيد للماليخوليا و حديث النفس.

الرازي قال: و أصبت لابن ماسويه أنه نافع أيضا للعينين مجفف للجسد يطلي بمائه الشقاق الذي يكون في اليدين فينفعه.

جذب البلغم من الرأس و المفاصل: ماسرحويه: إنه يجذب البلغم من الرأس و المفاصل و يفتح سدد الكبد.

قروح العين: ابن سينا: ينفع من قروح العين و جروحها و أوجاعها و من حرقة المآقي و يجفف رطوباتها.

ابتداء الماء النازل في العين: إسحاق بن عمران: ينفع من ابتداء الماء النازل في العين و من الانتشار و ينقي الرأس و المعدة و سائر البدن من الفضول المجتمعة فيها و ينقي الأوساخ من العروق و الأعصاب و يصفى الدهن.

إسهال الصفراء و الرطوبات: المنصوري: يسهل الصفراء و الرطوبات و الشربة منه من مثقال إلي مثقالين.

و من كان في أسفله علة فليأخذه بالمقل إن لم يكن محرورا أو بالكثيراء إن كان محرورا و إن كان بمعدته أو بكبده علة فليأخذه مع المصطكي و الورد.

البواسير: الشريف: إذا سحق بماء كراث و طلي به علي البواسير مرارا أسقطها و هو أبلغ دواء في علاجها مجرب. و يتبع ذلك عند سقوطها بدهن ورد محكوك بين رصاصتين.

الربو و النزلات: إذا طرح في النار و استنشق دخانه علي قمع كان أبلغ دواء في النفع من الربو و لا سيما إن فعل ذلك متواليا. و إذا وضع علي مقدم الدماغ مع الملح و التطرون نفع من النزلات منفعة قوية و سخن الدماغ و جفف رطوبته.

قروح رأس الصبيان: و إذا حل بماء لسان الحمل أو الخل و طلي به علي قروح رأس الصبيان الرطبة منها قلعتها. و إذا حل مع الأفاقيا و طليت به شؤون الصبيان المتفتحة سدها.

قطع الدم المنصب: و منافع الصبر أن يقطع الدم المنصب إليه و أن يرقق غلظ أجفانه و أن يحدّ نظره و أن يملأ قروحه الغائرة و يدملها و يسويها بما في سطحه منها.

قروح الأنف و الأذن: إذا حل بماء لسان الحمل و طليت به علي قروح الأنف و الأذن أبرأها.

المخابي و النواصير: و يحتقن به أيضا المخابي و النواصير فينقيها و يجففها.

الحمرة و الشرى: إذا حل بخل و طليب به الحمرة و الشرى نفع منها.

الفسخ و الرض و الكسر: إذا حل ببعض المياه القابضة و طلي به علي الفسخ و الرض و الكسر نفع منه. و كذا إذا حل أيضا في ودح الصوف المستخرج بالخل حتي يغلظ الودح المذكور و طلي به الفسخ أو الرض سكن أوجاعهما و قوي الأعضاء التي حدثا فيها.

### المواد الفعالة في الصبر (التركيب الكيميائي و الأقر باذيني).

تحتوي عصارة الصبر علي الجليكوسيدات الأتر اكينونية. و تختلف هذه المواد الفعالة في نسبة تكوينها و أنواعها حسب اختلاف نوع شجرة الصبر، و علي سبيل المثال نجد أن الصبر الآسيوي Aloe Ferox لا يحتوي إلا علي المركب الجليكوسيدي ألوين Aloin . بينما تحتوي الأنواع الأخرى علي ألوين Aloin و مادة باربالوين Barbaloin .

و تختلف النسبة من الجليكوسيدات حسب طريقة التحضير و التجفيف. و أقل نسبة فقد للمركب الجليكوسيدي هي في طريقة التحضير و التجفيف بالطرد المركزي يليها طريقة التجفيف بالتيار الهوائي الساخن، و أشدها فقدا طريقة التجفيف بالنار (بواسطة الفحم أو الخشب).

و كذلك يزداد الفقد للعصير عند ما تكون طبقته في سمك 1-2 سم بينما تقل إذا كان سمكه 1-2 ملليمتر.

كما أن كمية الجليكوسيدات تختلف حسب الظروف المناخية المختلفة و حسب الشهر الذي تجني فيه الأوراق و تحضّر.

### استخدام الصبر في الطب الشعبي:

و الصبر يستخدم في الطب الشعبي و خاصة في حضرموت علي نطاق واسع و هو مسهل قوي Purgative . و يستخدم خارجيا علي الجروح و القروح و يستخدم أثناء التهاب الغدة النكفية (النكاف) (Mumps) كما يستخدم بلعا للوقاية من الجروح و القروح حتي لا تنتن. و يستخدم لأعراض الجفون و الملتحمة.

وقد جاء في كتاب الدكتور شمسي باشا «قبسات من الطب النبوي» أن الصبر من أقدم الأدوية.

وقد استخدمه اليونان منذ القرن الرابع قبل الميلاد بعد أن عرفوه من الأمم السابقة لهم، و يحكي أن أرسطو (أرسطوطاليس Aristotle) طلب من تلميذه الإسكندر المقدوني أن يقهر سكان جزيرة

سوقطري (سوقطرة)، تلك الجزيرة التي تنتج الصبر و الذي يحتاج إليه اليونان في أدويتهم.

وقد عرفه اليمينيون القدماء، كما عرفه الفراعنة، و جاء ذكره في وصفاتهم الطبية و لم تعرف أوروبا المسيحية الصبر إلا في العصور الوسطى. وقد استوردت إنجلترا الصبر لأول مرة عام 1780 م. وقد دخل الصبر الموسوعة الصيدلانية الأميركية عام 1820 م.

### المواد الفعالة في الصبر و استخدام الصبر في الطب الحديث:

و يحتوي الصبر علي مجموعات جليكوسيدية أنثراكينونية. Anthraquinone Glyc. و أهمها ألوين Aloin و بارب ألوين Barb aloin و ألودين و ألوامودين Aloe-emodin (كما ذكره كتاب النباتات الطبية للدكتور فوزي طه قطب).

وقد نشر الدكتور ألين ناتو Allen Natow مقالا في مجلة أمراض الجلد الأميركية «Cutis» ذكر فيه أن كلمة «Aloe» التي تطلق علي الصبر باللغة الإنجليزية مشتقة من كلمة الألو بالغة العربية.

و ذكر أن هناك ما يقرب من ثلاثمائة نوع من نبات الصبر. و أنه استخدم لمعالجة الحروق، و لدغات الحشرات، و حب الشباب (Acne)، و حروق الأشعة، و التهاب المفاصل بالإضافة إلي استعماله المشهور كمادة مسهلة (Purgative).

(Natow A:Aloe Vera,Fiction or Fact.Cutis 1986,37:106-8).

وقد ذكر الدكتور حسان شمسي باشا في كتابه القيم مجموعة من الأبحاث و المقالات و الكتب التي تتحدث عن الصبر Aloe Vera نذكر منها ما يلي:

Davis R.K:Topical Effects of Aloe with Ribonucleic Acid and vitamin C.on adjuvant(1)

.arthritis.J.Am.Pod.Med.Ass.1985,75:229

,Coats BC:The Silent Healer.Amodern Study of Aloe Vera,Bill C.Coats,Garland(2)

.TX,1979

.Aloe Vera,The Miracle Plant.Anderson World Books Inc.Mountain View.CA,1983(3)

.Ship A.G:Aloe Vera.J.Am.Med.Ass.1977,238:1770(4)

وقد ذكرت هذه الأبحاث الفوائد الطبية العديدة للصبر، و أنه مفيد في معالجة الالتهابات الجلدية الناتجة عن التعرض للأشعة، و مفيد لسحجات و جروح الجلد السطحية و هو مفيد لتقرحات القرنية Corneal ulcers.

و ذكرت مقالة الدكتور ألين ناتو التي سبق الإشارة إليها (مجلة كيوتس لعام 1986) أن المواد الفعالة في الصبر هي:

1 - مادة برادي كينيناز BradyKininase : ووظيفتها أن تعطل أنزيم البروتياز Protease Inhibitor

و بالتالي تعطل مادة برادي كينين التي تسبب الألم في موضع الالتهاب في الجلد. و بالتالي يسكن الصبر هذا الألم الناتج عن الالتهاب. و هي أيضا تقبض الأوعية الدموية الموجودة في الجلد. و لذا تم إدخال الصبر في المراهم المستعملة لحروق الشمس.

2 - لاكتات الماغنيزيوم Magnesium Lactate : و هي تمنع تكوّن مادة الهستامين Histamine

المسببة للحساسية و الحكة في الجلد و هذا يفسر مفعول الصبر في تخفيف الحكة و الحساسية و الالتهاب الناتج عن لدغات الحشرات.

3 - مضاد لمادة البروستاجلاندين Anti Prostaglandin : و مواد البروستاجلاندين من المواد الهامة لإحداث الالتهاب و الألم. و بما أن الصبر يضاد ذلك فإنه يخفف من الالتهاب و الألم.

4 - مادة الأنثراكينولون Anthraquinolone : و هذه المواد تسبب الإسهال كما أن فيها مادة تستخدم لعلاج مرض الصدفية Psoriasis و هو مرض جلدي مزمن. و هذه المادة هي Anthralin

و الصبر يلفظ و ينعم الجلد. و هي خاصية عجيبة، مما دفع بشركات المراهم و الصابون و الشامبو أن تضع الصبر ضمن مكونات منتوجاتها. و قد أشار إلي تلك الخاصية العجيبة الرسول (ص) حينما قال لأُم سلمة رضي الله عنها عند ما وضعت الصبر علي وجهها: (إنه يشب الوجه)، فيجعله شابا نصرا.

و تري كثيرا من المستحضرات و الكريمات و المراهم مكتوب عليها بخط بارز «ألو» Aloe أي الصبر الذي يعتبر أهم مكوناتها.

## الكافور في الطب القديم

الصداع الصفراوي: نافع للمحرورين و أصحاب الصداع الصفراوي إذا استنشقوا رائحته مفردا، أو مع ماء الورد الصندل معجونا بالماء ورد نفع أعضائهم و حواسهم.

قطع شهوة الجماع: إذا أديم شمه قطع شهوة الجماع و إذا شرب كان فعله في ذلك أقوى.

قطع حرارة الدماغ: إذا استعط منه بوزن شعيرتين مع ماء الخس كل يوم قطع حرارة الدماغ و نؤم و ذهب بالصداع و قطع الرعاف و حبس الدم المفرط.

مسيح: يقطع الرعاف إذا استعط به مع عصير البسر الأخضر.



الصداع و الأورام الحارة: ينفع من الصداع و الأورام الحارة في الرأس و لجميع البدن و الإكثار منه و من شمه يسهر.

الرعاف الدماغي: إذا قطر في الأنف محكوكا بماء الكزبرة الرطبة قطع الرعاف الدماغي.

سوء المزاج الحار: إذا حل في دهن الورد و قطر في الأنف نفع من سوء المزاج الحار دون المادّة المتولدة في الأصداع و العين و علامته أنه يأخذ عند طلوع الشمس و يزيد مع ارتفاعها و ينحط بانحطاطها و يرتفع بالليل و سببه المشي الكثير في الزمن الحار ثم كشف الرأس في هواء بارد فتتسد المسام و يبقى سوء المزج محتقنا.

الصداع الحار: إذا خلط بدهن الورد و الخل و طلي به مقدّم الرأس نفع من الصداع الحار و لا سيما للنفساء.

الأورام الحارة: ابن سينا: ينفع الأورام الحارة طلاء و يمنع من القالع نفعا شديدا.

التآكل في الأسنان: يمنع أن تتسع مواضع التآكل في الأسنان إذا تحسي به و هو عجيب في ذلك.

### الكافور في الطب الحديث

يحصل علي هذه المادّة المتبلورة ناصعة البياض التي تباع عند العطار من نوع من أشجار القرفة (*Cinnamomum camohora*) التي تنمو في الصين و فرموزا و اليابان. و تستخدم الأغصان عادة في الحصول علي الكافور. و لكن الجذور و الأوراق تحتوي عليه أيضا. و الطريقة المتبعة في البلاد التي تنتجها أن تقطع الأغصان و توضع في أوان من الفخار بها عدد كبير من الثقوب و موضوعة فوق حمام مائي، فيحمل بخار الماء الكافور ثم يتكاثف في أوان أخري من الفخار حيث يجمد و بضغط الجسم الصلب الناتج يمكن الحصول علي زيت الكافور.

و يصدر معظم الكافور الغفل عادة إلي إنجلترا حيث ينقي بعملية التسامي، و هذه العملية معناها تحويل الجسم الصلب بالحرارة إلي بخار، و عند تبريد البخار يتكاثف إلي جسم صلب دفعة واحدة دون أن يمر بالحالة السائلة.

و ينصهر الكافور النقي في درجة 179 م و يغلي في درجة 206 م، و بلوراته منشورية براقّة تذوب بكمية قليلة جدا في الماء (0,1) و بسهولة في الكحول (100) و الأثير (173) و في الكلوروفورم (300) و زيت الزيتون (30) و هو تابع لفصيلة الكيتونات (Ketones) و قانونه الكيميائي،

ص:300

و يتأكسد بحامض النيتريك إلي الحامض الكافوري (Camphoric acid). و يحتوي زيت الكافور أيضا علي السينيول (cineol) و الزعفرول (Safrol).

و الكافور له رائحة نفاذة قوية و طعم حاد به شيء من المرارة، و هو صلب في درجة الحرارة العادية، و لكنه يتبخر ببطء في هذه الدرجة و لذا يسهل إدراك رائحته في الملابس التي يوضع بينها لحفظها من الفراش و العتة و هو يقتل كثيرا من النباتات الحية، ما عدا الكائنات النباتية الفطرية، و يقتل البراغيث و العناكب و ما إليها من الحشرات.

و إذا استعمل من الظاهر فإنه يسبب احمرار الجلد، و قد يحدث قرحات فيه إذا كانت كميته كبيرة. و هو يضاف بكميات صغيرة جدا إلي بعض مساحيق البودرة لأنه يساعد علي تسكين الحرقان الناشيء عن الإكزيما و الحصف impetigo و بعض الالتهابات الجلدية الأخرى، و يدخل أيضا في تركيب بعض معاجين الأسنان لأنه ينبه اللثة و يعمل علي تقويتها، كما أن له بعض الخواص المطهرة.

و إذا أخذ من الباطن فإنه يؤدي وظيفتي منبه و مسكن في وقت واحد. فهو يوصف في حالات الهبوط و الصرع و ضعف الأعصاب لأنه ينبه المجموع العصبي و ينشطه، و يوصف أيضا في حالة الحيض عند النساء و في الهذيان و نوبات الربو و النزلات الشعبية لأنه يعمل علي التسكين و التهدئة.

و إذا أخذ بكميات كبيرة فإنه يؤدي إلي التهيج و يسبب الصداع و الدوار و ارتباك الفكر و عدم التسلط علي حركات الأعضاء، و قد تحدث عنه نوبات من التقلص و الاعتقال.

و هو مفيد في تخفيف وطأة نزلات الزكام و البرد، و في هذه الحالة يوضع قليل من المسحوق في الماء الساخن و يستنشق البخار من الأنف مع مراعاة تغطية العينين لأنهما يهيجان بتأثير بخار الكافور.

## المر في الطب القديم

### شرح الماهية:

ديسقوريدس: المر: صمغ شجرة تكون ببلاد الغرب، شبيهة بشجرة الشوكة المصرية، تشرط فتخرج منها هذه الصمغة و تسيل، و منها ما يجمد علي ساقها.

مرّار (بضم الميم و فتح الراء المشددة): اسم لنوع من النبات الشوكي يكون في آخر الربيع و في أول الصيف، و هو معروف بالديار المصرية بالمرير، و سمعت أهل ديار بكر يسمونه بالدردرية.

أبو حنيفة: له ورق طوال، يلزم الأرض، لونه إلي السواد، ثم يعود في القيظ شجرة، و له

شعب ذات عقد من أصل واحد، وزهر أصفر، وإذا دنا منه أحد التيس بشوكه من أعاليه و ذلك في موضع الزهرة حيث كانت، يخرج له ثمر شوكه حادّ فيه مثل حب العصفور، وهي مرة جدا شديدة المرارة؛ و منابتها القيعان و أجراف الزروع، و السائمة كلها ترعاها و لا شيء للإبل منها.

الغافقي: هو صنفان، منه ما زهره مهذب يخلفه ثمر في قدر الفول، فيه شوك حديد، و منه ما زهره أحمر مهذب أيضا، و شوكه أطول، و ليس للمزار شوك الا في ثمره و موضع زهره فقط، و شوكه أبيض، و قد يؤكل بعد سلقه و يطبخ باللحم. و قد يظنه قوم أنه الشكاعي و آخرون يظنونه الباذورد، و يغلطون.

### خواص العلاجات:

السحج العارضة في الرأس: إذا نثر علي السحج العارضة في الرأس أذهبها و أمكن فيه أن يلزقها. و إذا ذرّ علي القروح في الرأس أذهبها.

إدرار الطمث و إحدار الجنين: إذا استعمل مع الإفستين أو مع الترمس أو عصارة السذاب أدر الطمث و أحدر الجنين بسرعة.

للسعال المزمن و عسر النفس: قد يشرب منه مقدار باقلاة للسعال المزمن و عسر النفس الذي يحتاج فيه إلي الانتصاب و وجع الجنب و الصدر و كذا يشرب للسعال و الإسهال و قرحة الأمعاء. و إذا شرب مقدار باقلاة بفلفل قبل أخذ النافض بساعتين سكنها.

تليين خشونة قصبه الرئة: إذا جعل تحت اللسان و ابتلع ما ينحل لين خشونة قصبه الرئة و صفي الصوت و يقتل الدود و يطيب النكهة إذا ليك في الفم.

الإبط النتنة: قد يخلط بشب و يطلخ به الإبط النتنة.

شدّ اللثة و الأسنان: إذا تمضمض به بخل و زيت شدّ اللثة و الأسنان.

انصداع الأذن المشدوخة: إذا لطح مع جوف الحيوان الذي في الصدف أبرأ انصداع الأذن المشدوخة و كسا العظام العارية من اللحم.

قيح الآذان: إذا خلط بأفيون و جندبادستر و ماميثا أبرأ الآذان التي يسيل منها قيح و أورامها الحارة.

الثآليل: قد يستعمل مع السليخة و العنصل لطوخا علي الثآليل. و إذا خلط بالخل جلا القوابي.

إمسك الشعر المتساقط: إذا خلط باللاذن و الخمر و دهن الآس أمسك الشعر المتساقط.

النزلات المزممة: إذا أخذ برشه و لطخ به المنخران قطع النزلات المزممة.

قروح العين و بياضها: يبرئ قروح العين و يجلو بياضها و ظلمتها و ينفع خشونة الجفون.

ابن الجزار: إذا سحق و عجن بماء الآس و احتملته المرأة التي تفوح منها رائحة منتنة أزالتها.

إذا عجن بزيت فلسطين و وضعه الرجل علي إبهام رجله اليمني لم يزل يجامع ما دام علي إبهامه.

وجع الصدغين و الرأس: إذا سحق بخل جيد حتي يصير كعصارة الكشك و مسح به الرأس نفع من وجع الصدغين و الرأس الذي يكون من أسباب لا تعرف.

أوجاع الكلي و المثانة: الرازي في جامعه: ينفع من أوجاع الكلي و المثانة و يفتح و يذهب نفخ المعدة و المغص و وجع الأرحام و المفاصل و ينفع من السموم و يفتح و يخرج الديدان و يذهب ورم الطحال و يحلل الأورام.

لذع العقارب: قال في المنصوري: يسدد و ينوم و ينفع من لذع العقارب شربا.

الحفظ من التعفن و التغيير و النتن: ابن سينا: يمنع التعفن حتي انه يمسك الميت و يحفظ من التعفن و التغيير و النتن و يجفف الفضول الخادمية.

تجفيف البلغم: الغافقي: يجفف البلغم و ينقي الأعضاء الباطنة و يفتح السدد.

نزف الدم: إذا شربت منه المرأة التي قد أشرف عليها نزف الدم وزن نصف درهم في بيضة نمبرشت أمسك عنها الدم.

اللثة الدامية: إذا خلط العنصل و تمضمض به أبرأ اللثة الدامية مجرب.

إسقاط الجنين: إذا عمل بالشراب منه فرزجة و احتمل أسقط الجنين.

الجراحات اليابسة: إذا نثر علي الجراحات اليابسة المزج الطرية بدمها ألصقتها.

قروح الرأس الرطبة و اليابسة: إذا خلط بالمكمون و عجن بالسمن و طليت به قروح الرأس الرطبة و اليابسة أبرأها.

الأترية: إن حل في ماء السلق و الخل نفع من الأترية.

قروح القرنية: إذا حل في رقيق البيض أو لين النساء أبرأ قروح القرنية.

بياض العين: إذا حل في ماء شقائق النعمان، أو ماء ورق العوسج أذهب بياض العين.

إحداد البصر: إذا حل في ماء قد طبخ فيه الكراكم أو ماء الشمار أو الفوذنج النهري و اكتحل به أحد البصر و نفع من ابتداء نزول الماء في العين.

خشونة الأجفان: إذا سحق بالسنبل و اكتحل به نفع من خشونة الأجفان.

الدم المنعقد تحت العين: إذا حل في ماء الفجل و طلي به الدم المنعقد تحت العين حله. و إن طلي به الكلف أذهبه إن تمودي عليه به، مجرب.

السعفة: إن حل في ماء حماض النارج و طليت به السعفة و تمودي عليه أزالها و جففها.

الجرب المتقرح: إذا حل بالخل و دهن الورد و طلي به الجرب المتقرح أبرأه و كذا يبرئ الحكمة. و إذا حل في ماء الورد و الزعفران و طلي به الشعيرة جففها و أزالها.

النزلات: إذا حل في ماء المرزنجوش و ماء الحبق القرنفلي و طلي به كل يوم داخل الأنف في زمن الشتاء منع من النزلات مع التمادي عليه.

شدّ الأسنان المتحرّكة: إذا تمضمض به كل يوم مع الشبث محلولا في خل العنصل أو الخل وحده أو في ماء قد طبخ فيه أصول الهليون أو زنجار شدّ الأسنان المتحرّكة المتولدة من رطوبة تنصب أو من خشونة الصدر و القيح.

تصفية الصوت: إذا أمسك في الفم صفي الصوت و أزال البحوحة منه و ذوب الخلط الكائن في الحلق. و إذا خلط بدارصيني و سكر كان في ذلك أبلغ.

السعال و البهر: ينفع من السعال و البهر و يسهل نفث الأخلاط اللزجة من الصدر و القيح إن أمسك في الفم أو أخذ منه مشروبا.

أوجاع الجفون و طرد الرياح: إذا شرب نفع من أوجاع الجفون و طرد الرياح و أدر البول و نفع من قروح المثانة و السحج في الأمعاء و العتيقة منه و أحدر الحيض المتوقف عن سدد حاد في مجاريه أو خلط غليظ و دم فاسد.

الطلق و إحدار المشيمة و الجنين: إذا شرب أو احتقن نفع من الطلق و أحدر المشيمة و الجنين.

تليين صلابة الرحم: إذا حل في ماء الحلبة و احتقن به لين صلابة الرحم.

شدخ العضل: إذا حل في ماء الكزبرة الرطبة و الكرفس الرطب أو ودح الصوف المستخرج

بالخل و طلي به شدخ العضل و الورم المتولد منه سكن وجعه و حله.

الخياشيم: إذا ديف بماء النعنع خاثرًا و قطر في الخياشيم و أزال نتنها. و إن حقنت به الرحم و هو بهذه الصفة فعل ذلك و كذا إن طلي به الإبطان أيضا.

## المر في الطب الحديث

المر مادة راتنجية صمغية تؤخذ من بعض أشجار البلسم (Cammiphora) التي تنمو في شمال أفريقيا و شبه جزيرة العرب. و للحصول علي هذه المادة تشرط الساق فتسيل منها عصارة سميكة تتجمد عند تعرضها للهواء. و كتل المر التي تباع عند العطار غبراء اللون غير منتظمة الشكل، و هي لا تذوب في الماء، و لكنها تذوب في الكحول الذي درجة تركيزه 30%.

و يتركب المر من 25-40% مواد راتنجية و 57-61% صمغ و 2,5-8% زيت طيار و مركبات أخرى أهمها حامض الكوميفوريك (Commiphoriv acid) و استرات (esters) هذا الحامض مع بعض الكحولات ذات الأوزان الجزيئية الكبيرة و يحتوي الزيت الطيار علي الألديهيد الكموني (Cumin aldehyde) و اليوجينول (Eugenol) و حامض الخليك و النمليك و بعض الكريسولات (cresols).

و للمر رائحة عطرية زكية، و لذا يدخل في تركيب كثير من أنواع البخور، و يستخدم أيضا في عمليات التصبير و التحنيط. و أهم مزاياه الطبية أنه يقوي المعدة و يعمل علي طرد الغازات منها، كما أنه يفتح الشهية و يساعد علي إفراز العصارة المعدية. و يضاف أحيانا إلي بعض المسهلات كي يمنع المغص الذي يصحب تناولها.

و يؤخذ المر أيضا لمعالجة فقر الدم، و لكن تأثيره في هذه الناحية غير موثوق به، و هو ينبه الأغشية المخاطية و له بعض الخواص المطهرة و لذا فهو يفيد في تخفيف النزلات الشعبية و مداواة التهاب المثانة. و يستعمل أيضا من الظاهر لمداواة القروح و بعض الالتهابات الجلدية، لأنه ينبه أغشية الجلد و يساعد علي سرعة اندمالها. و يؤخذ المر أيضا لتقوية اللثة و لمداواة التهاب الحلق.

عن عمر بن يزيد، قال: كتب جابر بن حيّان الصوفيّ إليّ أبي عبد الله عليه السّلام فقال: يا ابن رسول الله، منعتني ريح شابكة(1) شبكت بين قرني إليّ قدمي، فادع الله لي.

فدعا له وكتب إليه: عليك بسعوط (2) العنبر و الزنبق علي الريق تعافي منها إن شاء الله.

ففعل ذلك فكأنما نشط من عقال.

ص: 306

- 
- 1- (1) الريح الشابكة: كأن المراد بالشابكة الريح التي تحدث فيما الجلد و اللحم فتشبه بينهما، أو الريح التي تحدث في الظهر و امثاله شبيهة بالقولنج فلا يقدر الإنسان أن يتحرك.
- 2- (2) السعوط: سعط - و سَعَط و أسعطه الدواء: ادخله في انفه و السعوط: الدواء يصب في الأنف. (المنجد).

### شرح الماهية:

ابن حسان: العنبر هو روث دابة بحرية، وقيل هو شيء ينبت في قعر البحر فتأكله بعض دواب البحر فإذا امتلأت منه قذفته رجيعا، وهو في خلقته كالعظام من الخشب، دسم، خوار، دهني، يطفو على الماء، ومنه ما لونه إلي السواد، وهو مردول، ومنه جاف قليل الندادة، عطر الرائحة، مقو للقلب و الدماغ... وهو سيد الطيب، واختباره بالنار.

ابن سينا: العنبر - فيما يظن - نبع عين في البحر، والذي يقال إنه زبد البحر أو روث دابة بعيد.

و أجوده الأشعب القوي ثم الأزرق ثم الأصفر، وأرداه الأسود، ويغش بالجبص والشمع واللاذن والمنده، وهو صنفه الأسود الذي كثيرا ما يوجد في أجواف السمك تأكله وتموت.

### خواص العلاجات:

الفالج والقوة: مقو للقلب و الدماغ نافع من الفالج والقوة و أمراض البلغم الغليظ.

أوجاع المعدة الباردة: ابن رضوان: العنبر ينفع من أوجاع المعدة الباردة و من الرياح الغليظة العارضة في المعى و من السدد إذا شرب و إذا طلي به من خارج.

الشقيقة و الصداع: ينفع من الشقيقة و الصداع الكائن عن الأخلاط الباردة إذا بخر به، و إذا طلي به.

تقوية الأعضاء: يقوي الأعضاء و يقاوم الهوام المحدث الموتان إذا أدمن شمه و البخور به و إذا شرب.

المفاصل: التميمي: قد تضمد به المفاصل المنصب إليها الرطوبات و رياح البلغم فينتفع به منفعة بينة، و يقوي رباطاتها و يحلل ما ينصب إليها من الرطوبة. قد يسعط منه محلولاً ببعض الأدهان المسخنة كدهن المرزنجوش أو دهن البابونج أو دهن الأبقوان أو دهن الجماجم، فيحلل علل الدماغ الكبار العارضة من البلغم الغليظ و الرياح و يفتح ما يعرض في لفائفه من السدد و يقويه علي دفع الأبخرة و الرطوبة المترقية اليه.



الفالج والقوة والكزاز: يتخذ منه شممامات علي مثال التفاح يشمها من يعرض له الفالج والقوة والكزاز فينتفعون بشمها.

تقوية الدماغ: دخنته نافعة من النزلات الباردة مقوية للدماغ.

جميع أوجاع العصب: إذا حل في دهن البان نفع من جميع أوجاع العصب والخدر إذا دهن به فقار الظهر.

تقوية فم المعدة: مقو لفم المعدة إذا غمس فيه قطنه ووضع عليها.

استطلاق البطن: ينفع مأكولا من استطلاق البطن المتولد عن برد وعن ضعف المعدة.

### استعمال العنبر في الدواء:

ظل الأطباء مدة طويلة يعتبرونه مقويا للأعضاء، ومثيرا للقوة الجنسية، ومطيلا للحياة، وكانوا يرون أن له فعلا خاصا علي القلب و المجموع العصبي، وقد ثبت أن جزءا صغيرا منه يواتر النبض، وقوة الوظائف المخية والعضلية، ويحدث تفريحا... وهذه الوصفات تستدعي دقة الطبيب الذي يأمر به، فإنها تشعر بتنبيه شديد لا يكون محمود العاقبة علي متعاطيه... وقد استعمله بعض الأطباء بنجاح في علاج سوء الهضم العصبي والنزلات المزمنة.

والعنبر مضاد للعفونة... ولكن بطل استخدامه الآن من الوجهة العلاجية، لما تشأ عنه من مضار علي المخ والجهاز العصبي، وقصر استعماله فقط علي التطهير.

ولأنه ينعش القوي، ويعيد ما أذهبه الدواء والإفراط في الشهوات، فقد صنعت منه معاجين ومربات تباع علي أنها مقويات، وهي في الحقيقة لها خطر شديد، يندفع إلي تعاطيها الذين فقدوا قواهم الحيوية بالإفراط في دور الشبية، فتحدث لهم تهيجات وقتية ثم تزول ويبقى أثرها السيء في جهازهم العصبي، وربما أدى بهم استعمال تلك المقويات إلي أمراض خطيرة تودي بحياتهم في دقائق معدودة.

### العنبر السائل:

وهو عصارة بلسمية سائلة تسمى (الميعة السائلة)، ويستخرج هذا البلسم من نبات ينمو في البلاد المحيطة بالبحر الأبيض المتوسط، وفي أمريكا الشمالية... وقد نجحت زراعته في بعض البلاد العربية وبلاد الحبشة.

يستخرج البلسم من النبات بعمل شقوق في الجذع، فتخرج منها العصارة... والميعة في قوام العسل إذا كانت جيدة نقية وتسمى بالعنبر السائل الأبيض. وقد تكون سنجابية سمراء معتمة ذات رائحة زكية كرائحة حمض الجاوي، وهذه الرائحة قابلة للانتشار، وطعمها مرّ حارّ عطري.

ومن المواد الفعالة في العنبر السائل: الزيوت الطيارة، والراتنج، وحمض سيناميك واسطيرول.

يستعمل العنبر الصادق، كمنبه للأغشية المخاطية، ويفيد في علاج النزلات الصدرية المزمنة، ومقو للمعدة، ومعرق.

ويستعمل من الظاهر علي هيئة مراهم توضع علي الجروح.

### الزنبق في الطب القديم

الجرب والحكة: إذا سعد استحال فصار حارا حريفا محللا مقطعا، والدليل علي ذلك إذهابه للجرب والحكة إذا طلي به علي الجسد و تقريحه للجلد.

الجرب والقمل: إذا قتل كان محرقا جيدا للجرب والقمل.

الجرب والحكة: ماسرحويه: تراب الزنبق ينفع من الجرب والحكة إذا طلي عليها مع الخل.

قتل الفأر: ارسطوطاليس: ترابه يقتل الفأر إذا عجن له في شيء من طعامه.

تهرب منه الهوام: الموضوع الذي يرتفع فيه دخانه تهرب منه الهوام من الحيات والعقارب وما اقام منها قتلها.

عن إسماعيل بن جابر، قال: اشتكى رجل من إخواننا إلي أبي عبد الله عليه السلام كثرة العطش و يبس الفم و الريق، فأمره أن يأخذ سقمونيا و قاقلة و سنبله و شقاقل و عود البلسان و حبّ البلسان و نارمشك و سليخة مقشّرة و علك رومي و عاقرقرا و دارجيني من كلّ واحد مثقالين تدقّ هذه الأدوية كلها و تعجن بعد ما تنخل، غير السقمونيا فإنه يدقّ علي حدة و لا ينخل، ثم تخلط جميعا و تأخذ خمسة و ثمانين مثقالا فانيد سجزى جيد، و يذاب في الطبخير بنار لينة، و يلتّ به الأدوية، ثم يعجن ذلك كلّه بعسل منزوع الرغوة، ثم ترفع في قارورة أو جرة خضراء، فإن احتجت إليه فخذ منه علي الريق مثقالين بما شئت من الشراب، و عند منامك مثله.

### شرح الماهية:

هي المحمودة، لم يذكرها جالينوس في بسائطه.

ديسقوريدس: هو نبات له أعصان كبيرة مخرجها من أصل واحد، طولها نحو من ثلاثة أذرع أو أربعة، عليها رطوبة تدبِق باليد و شيء من زغب، و له ورق عليه زغب، و هو شبيه بورق قسّوس إلا- أنه أليّن منه، ذو ثلاث زوايا، و له زهر أبيض، مستدير، أجوف، شبيه في شكله بالقرطالة، ثقيل الرائحة، و أصله طويل، غليظ في غلظ العضد، أبيض، ثقيل الرائحة، ملان من رطوبة، و قد تجمع هذه الرطوبة، و هي السقمونيا.

### خواص العلاجات:

إسهال المرة: إذا أخذ من هذه الصمغة مقدار درخمي أو ثلاث أو ثلوسات الذي يقال له مالقراطن أو مع الماء أسهل مرة، و قد يكتفي منه بمقدار أو ثلوسين يخلطان بسمسم أو ببعض البزور لتلين الطبع و البطن، إذا احتيج إلي أن تقوي الشربة منها أخذ مقدار ثلاث أو ثلوسات و خلط بأو ثلوسين من الخريق الأسود، و مقدار درخمين من الملح و قد يعمل ملح مسهل بأن يخلط بستة فوانوسات مقدار 25 للقويّ منها و الشربة منه علي قدر القوة، و أما التامة فمقدار ثلاث فلجنارات، و أما الوسطي فمقدار فلجنارين، فأما الصغري فمقدار فلجنار واحد.

الإسهال: قد يؤخذ من أصل شجرة السقمونيا مقدار درخمين و يخلط بما ذكرنا فيسهل.

عرق النساء: من الناس من يأخذ الأصل فيطبخه و يشربه و قد يؤخذ فيطبخ بالخل و يدق ناعما مع دقيق الشعير و يعمل ضمادا لعرق النساء.

يقتل الجنين: لرطوبة الأصل إذا صيرت علي صوفة و احتملتها المرأة الحامل قتلت الجنين.

تحليل الجراحات: إذا خلطت بالعسل و الزيت و لطخت بها الجراحات حللتها.

الجرب المتقرح: إذا طبخت بالخل و لطخت علي الجرب المتقرح حللته و قشرته.

الصداع: قد يخلط بدهن الورد و الخل و يصير علي الرأس للصداع.

كيفية شوي السقمونيا: قد تشوي السقمونيا بالمصطكي و صفة شيها أن تسحق المحمودة مع

مثل من المصطكي و تشويها في جوف السفرجلة بعد أن تنقيه من البزر و تنظفه علي الصفة المذكورة أولا و تشويها ثم ترفعها و تستعملها فلا غائلة لها بوجه.

إخراج الخلط الصفراوي: قد تستعمل في الحميات للأطفال و غيرهم متي احتاجوا إلي إخراج الخلط الصفراوي.

السفرجلة المشوية علي هذه الصفة إذا شوي في جوفها من المحمودة من درهم إلي درهمن و أكل لحمها كله بعد إزالة المحمودة منها أسهل بلا غائلة.

إحدار المحمومين: إذا درس لحم هذه السفرجلة مع مثله من زهر البنفسج مسحوقا و أضيف إليه من المحمودة المشوية مع المصطكي مقدار ما يكون في كل درهمن منها ثمن درهم مع المحمودة و صنع منها أقراص و جففت كانت أفضل أنواع القرص من البنفسج في إحدار المحمومين و هو يحدر الصفراء علي تنوعها و البلغم المالح للصفراء و يجذب من أعماق البدن و ينفع من جميع العلل الصفراوية المحتاجة إلي الاستفراغ كحميات الصفراء النضجة الأخلاط و الحميات المحتاجة في أولها و الرمذ الصفراوي و صداع الرأس و الحمرة و الجرب حيثما كانت، و غير ذلك مما يكون سببه خلط صفراوي أو مالح أو هما معا.

البرص: مسيح: أصل شجرة السقمونيا منق للبرص.

لسعة العقرب: إن العتيق و هو ما جاوز الأربعين إذا تناول منه مقدار قليل أدر و لم يسهل و ينفع من لسعة العقرب شربا و طلاء.

إخراج الدود: الشريف: إذا أخذ منه مقدار جزء و خلط بجزء تربد و شربا بلبن حليب علي الريق أخرج الدود كبارها و صغارها و هو عجيب فيه مجرب.

## القاقلة في الطب القديم

### شرح الماهية:

الغافقي: القاقلة من الأفاويه العطرية، و هي صنفان: كبير و صغير، و الكبير يسمى الذكر، و هو حب أكبر من النبق بقليل، له أقماغ و قشر، و في داخله حب صغير مربع، طيب الرائحة، ذو دسم، أغبر، يؤتي به من أرض اليمن و الهند، و هو حرّيف يحذي اللسان كالكبابة مع قبض و عطرية، و قشره و أقماغه أشد قبضا، و هو أذكي رائحة و ألذ عند الطبايع من الصغير. أما الهيل، و هو القاقلة الصغيرة،

و هو الأثني، فهو يشبه القاقلة الكبيرة إلا أنه ليس له أقماع ولا قشر، وطعمه أكثر حرافة وأقل قبضا، و هو ألطف من الكبير.

## خواص العلاجات:

غثيان المعدة والقيء: يعين علي الهضم وينفع من غثيان المعدة والقيء، وخاصة إن شرب بأقماعه وقشره مع ماء الرمانين.

أوجاع الكبد الباردة: ينفع من أوجاع الكبد الباردة وسددها إذا شرب منه وزن درهم بسكنجبين ثلاثة أيام.

الصرع والإغماء: ينفع من الصرع والإغماء وإذا نفخ في الأنف حتي يعطس وينفع من الصداع إذا كان عن ريح غليظة.

## السنبل في الطب القديم

### شرح الماهية:

الشريف [الإدرسي]: هو ثلاثة أصناف: هندي، ورومي، و جبلي، فلنبداً منه بسنبل الطيب - و هو الهندي (و هو العصافير).

ديسقوريدس: [السنبل الهندي] هو الناردين و هو جنسان: أحدهما يقال له الهندي و الآخر يقال له السوري لأن الجبل الذي فيه يوجد منه ما يلي سوريا و منه ما يلي بلاد الهند، و أجود ما يكون من السوري ما كان حديثا خفيفا، وافر الجمّة، أشقر، طيب الرائحة جدا، فيه شيء من رائحة السعد، سنبله صغير مر، و أما الذي يقال له الهندي فهو أضعفه قوة لرطوبة الأماكن التي ينبت فيها، و هو أطوله و أكثره سنبلا، و مخرج سنبله من أصل واحد، و جمم سنبله وافر، و هو مليف بعضه ببعض؛ زهم الرائحة، و يوجد صنف آخر خير من الذي وصفنا، طيب الرائحة، قصير السنبل، رائحته تشبه رائحة السعد، و فيه كل ما وصفنا في الناردين السوري؛ و قد يوجد نبات يقال له ناردين سقاريطي، اشتق له هذا الاسم من اسم الأماكن التي ينبت فيها كثيرا، و له سنبل أشد بياضا من الذي وصفنا، و ربما كان له في وسطه ساق رائحته مثل رائحة البيش.

الكبد وفم المعدة: السنبل الهندي: ينفع الكبد وفم المعدة إذا شرب وإذا وضع من خارج.

إدرار البول: يدر البول ويشفي اللذع الحادث في المعدة ويجفف المواد المتحدرة المنصبة إلي المعدة والأمعاء والمواد المجمعة في الرأس والصدر وأقوي أصناف السنبل في ذلك السنبل المعروف بالهندي وهو أشد سوادا من السنبل الرومي.

إدرار البول: ديسقوريدس: قوّة الناردين مسخنة مبيسة مدرة للبول ولذلك إذا شرب يعقل البطن.

يقطع النزف: إذا عمل منه فرزجة واحتملته النساء قطع النزف ويجفف الرطوبة السائلة من القروح.

الغثيان والخفقان والنفخ: إذا شرب بماء بارد سكن الغثيان وينفع من الخفقان والنفخ ومن اعتلت كبده ومن به يرقان ومن كانت بكلاه علة.

الأورام الحارة في الأرحام: إذا طبخ بالماء وتكمد به النساء وهن جلوس في مائه أبرأهن من الأورام الحارة العارضة للأرحام.

سقوط الأشفار: صالح لسقوط الأشفار لقبضه وإثائه إياها.

الأجساد الكثيرة العرق: قد يذر علي الأجساد الكثيرة العرق.

الأورام الحارة في الكبد: السنبل الرومي: ينفع إذا شرب بطبيخ الأفسنتين من الأورام الحارة العارضة في الكبد واليرقان ونفخ المعدة.

ورم الطحال: إذا شرب بخمر نفع من ورم الطحال وأوجاع المثانة والكلبي ومن نهش الهوام.

أما الشراب الذي يتخذ بالسنبل الرومي وهو المنجوشة والساذج فهذه صفته: يؤخذ من كل واحد من هذه الأدوية نصف منّ ويلقي في كوز من العصير ويروق بعد شهرين ويشرب مقدار قوانوس ممزوج بثلاثة أضعافه ماء.

علل الكلبي واليرقان: ينفع من العلل التي تكون في الكلبي واليرقان وعلل الكبد وعسر البول وفساد اللون وعلل المعدة.

من الناس من يتخذ علي هذه الصفة: يأخذ من الوجد أوقيتين ومن المنجوشة ثلاث أواق فتلقه علي جرة من عصير.

أما الشراب الذي يتخذ بالسنبل البري فهذه صفتة: يؤخذ أصل السنبل البري و هو حديث فيسحق و ينخل و يلقي منه ثمانية مثاقيل في مقدار كوز يقال له خوس من العصير و يترك شهرين و يصفى.

علل الكبد: هذا الشراب ينفع من علل الكبد و من عسر البول و من علل المعدة و النفخ.

سدد الرأس: إسحاق بن عمران: السنبل مفتح لسدد الرأس مذك للذهن مقو للمعدة و الكبد مسخن لهما و لسائر الأعضاء محسن للون يذهب بعسر النفس.

الاستسقاء اللحمي: ينفع من الاستسقاء اللحمي منفعة بالغة و يمسك الطبيعة و يقوي فعل القوة الماسكة في داخل البدن كله و يقطع القيء البلغمي و يحلل الرياح المتولدة في المعدة.

## الشقاقل في الطب القديم

### شرح الماهية:

الشقاقل في كتاب كشف الرموز: هو نوع من الجزر البري يهيج الباه.

في كتاب المعتمد في الأدوية المفردة: هو نبات له عروق في غلظ السبابة و الإبهام، طوال منسحبة علي ما يقرب من وجه الأرض معقده تنبت في كل عقدة ورقة تشبه ورق البسلة.

حار في الثالثة أو الثانية رطب فيها أو في الأولي أو يابس، و قد جرب منه قطع البراند و أوجاع الظهر و يهيج الباه و يفتح السدد و يقطع البلغم و الطحال و يفتح شهوة الغذاء.

ابن البيطار في (جامعه): حار رطب في الأولي رطوبته أكثر من حرارته، و هو مهيج للجماع زائد في الباه و الإنعاظ و خاصة إذا كان مربى بالعسل.

ابن سينا في القانون: حار في الثانية إلي رطوبة ما فيه تليين، و قوة المربي منه قوة الجزر المربي. يهيج شهوة الباه و بدله البوزيدان.

## عود البلسان و حب البلسان في الطب القديم

### إشارة

شجر لا يعرف نباته اليوم بغير مصر، خاصة بالموضع المعروف منها بعين شمس.

ديسقوريدوس: البلسان شجرته في العظم كشجرة الحبة الخضراء او شجرة بوارقتي،



لها ورق شبيه بورق السذاب غير أنه أشد بياضا بكثير، وورقه أكثر استدارة، ويكون في بلاد اليهود فقط في غورها، وقد يختلف بالخشونة و الطول و الدقة، وقد يسمى الدقيق الذي يشبه الشعر الموجود في شجرة البلسان: بارسطون، ولعله يسمى هكذا لهيئة خضرته اذا كان دقيقا، و يسمى أفويلاسيمون.

و اما دهن البلسان فإنه يخرج بعد طلوع الكلب بأن تشرط الشجرة بمشراط من حديد، و الذي يسيل منه شيء يسير: و الذي يجتمع منه في كل عام ما بين الخمسين إلي الستين رطلا و يباع بضعف وزنه فضة، و الجيد منه الحديث، القوي الرائحة السريع الانحلال بالماء، و أما العود الذي يقال له عود البلسان فإن أجوده ما كان حديثا دقيق العيدان أحمر طيب الرائحة خشنا يفوح منه رائحة دهن البلسان.

### خواص العلاجات:

برد الرحم: ديسقوريدس: قوة دهن البلسان شديدة جدا و هو حار مفرط الحرارة و يجلو ظلمة البصر و يبرئ من برد الرحم إذا احتمل مع شحم و دهن ورد و يخرج المشيمة و الجنين.

القروح الوسخة: إذا دهن به أبطل النافض، و ينقي القروح الوسخة.

عسر البول: إذا شرب أدر البول و كان موافقا لمن به عسر البول لإنضاجه الفضول.

السموم: إذا شرب كان موافقا لمن شرب السم الذي يقال له أفوبيطن و لمن نهشه شيء من الهوام.

أقوي ما في البلسان دهنه و بعده حبه و بعده عوده.

كثرة الأمراض: حبه موافق إذا شرب لمن به شوصة أو ورم حار في رثته أو من به سعال أو عرق النسا أو صرع أو سدد، و من لا يمكنه التنفس دون أن ينتصب أو من به مغص أو عسر بول أو من به نهشة شيء من الهوام.

يفتح الرحم: إذا طبخ و جلس في مائه النساء فتتح الرحم لفتحه و جذبه منه الرطوبة.

كثرة الأمراض: إذا طبخ بماء و شرب نفع من سوء الهضم، و من نهشه شيء من الهوام، و من به تشنج في العصب، و يدر البول و يوافق القروح العارضة في الرأس مع النوع من السوسن المسمي إيرسا إذا أخذ يابسا.

يفتح الحصاة: الرازي: دهن البلسان يفتت الحصاة و يعين إذا احتمل علي الحبل. إذا ذلك به الذكر نفع من استرخائه و كان في ذلك عجيبا.

لدغ العقارب: الطبري: ينفع من لدغ العقارب ويسكن وجع الأذن إذا قطر فيها.

السعال: ابن عمران: دهن البلسان نافع من السعال المتولد من البرد إذا أخذ منه وزن مثقال يصب علي سكرجة من ماء الزوفا المطبوخ و شرب علي الريق و مرخ الصدر به من خارج.

برد الدماغ: ابن ابي الأشعث: دهن البلسان أحد أركان الترياق الفروق، و متي برد الدماغ حتي تحدث منه السكتة و عمل منه، و من دهن الزنبق فتيلة و تحمل بها نفع من ذلك منفعة عجيبة.

الماء في العين: ينفع من ابتداء الماء كحلا.

رعشة و برد البدن: اذا حدث في البدن اختلاج أو رعشة أو لقوة أو برد البدن بأسره و صغر النبض و وجد كلال في الحركة و ثقل فأخذ من هذا الدهن وزن دانق الي ثلاثة دوانيق، و خلط مع اوقية دهن لوز مر و نحوها، أو خلط بعسل و سقي منه العليل فإنه يبرأ بإذن الله.

لدغ العقارب: الرازي: عوده و حبه ينفعان من لدغ العقارب.

الصداع: الإسرائيلي: عصير ورق البلسان إذا تجرع قلع العلق المتعلق بالحلق و نفع من الصداع العارض من الرطوبات الغليظة.

الثآليل: إذا أحرق قشر عود البلسان و عجن بالخل و طلي به علي الثآليل قلعتها.

نافع للمعدة: التيمي في كتاب المرشد: قشر عوده الرطب إذا ربي بالعسل كان منه دواء نافع للمعدة مسخن لها مقولها و يجلو رطوبتها.

## نارمشك في الطب القديم

### شرح الماهية:

نارمشك: في كتاب (كشف الرموز): هو عروق الرمان و قيل ما يتساقط من الرمان. و يقال:

ناخيست و يقال: هو مسك الرمان.

وفي (التذكرة): فارسي معناه رمان بري قيل: هو الجلنار أو بريه أو أقماع الهندي منه أو هو رمان صغار لا يفتح عن بزر بل شيء أحمر يوجد بخراسان.

وفي (المعتمد في الأدوية المفردة): تأويله بالفارسية: مشك الرمان، و هو رمانة صغيرة مفتحة، كأنها وردة في لونها، بين البياض و الحمرة و الصفرة، و في وسطها نور لونه كذلك، و طعمه عفص، و رائحته طيبة، يؤتي به من خراسان.

## ما جاء عنه عند ابن سينا في (القانون):

الماهية: هو قفاح وقشور وأقماع تشبه البسباسة، بل أقل حمرة إلى الصفرة، عطرة، ولها قليل عفوصة، يقارب الناردين في القوة، ويقال له ناغشت.

الطبع: حار يابس في الثالثة.

الخواص: لطيف محلل.

أعضاء الغذاء: جيد للمعدة والكبد الباردتين، فينفع منقعة السنبل.

الإبدال: بدل ربع وزنه زنجبيل، و نصف وزنه فستق و سدس وزنه سنبل.

ما جاء عنه عند داود الأنطاكي في (التذكرة): حار يابس في الثانية أو هو بارد في الأولى أجل منافعه قطع البخار عن الرأس وإزالته الوسواس والماليخوليا ويحبس النزف والإسهال ويشد الأعضاء ويهضم بالعصر ويزيل اللزوجات شربا والعرق و سيلان القروح طلاء و ذرورا.

## السليخة في الطب القديم

### شرح الماهية:

ديسقوريدس: السليخة: أصناف كثيرة تكون في بلاد العرب المنبئة للأفاويه، لها ساق غليظ القشر، و ورق شبيه بورق النوع من السوسن الذي يسمي إيرسا، يختار منها ما كان ياقوتيا حسن اللون لونه شبيه بلون البسّذ، دقيق الشعب، أملس، غليظ الأنابيب، طويلها، ممتليء، يلذع اللسان و يقبضه و يحذوه حذوا يسيرا، عطر الرائحة، عفص الطعم، دقيق القشر، مكتنز، فيه شيء من رائحة الخمر، و ما كان منه علي هذه الصفة فإن أهل البلاد التي يكون بها تسميه باسم آخر و يسميه تجار الإسكندرية دافنطس.

### خواص العلاجات:

إدرار الطمث: جالينوس في 7: نافع من احتباس الطمث إذا كان لا يدر و يستفرغ بالمقدار الكافي بسبب كثرة الأخلاط الزائدة و غلظها.

الرطوبة اللبنية في الوجه: إذا خلطت بعسل و لطخ بها الرطوبة اللبنية التي تكون في الوجه قلعتها.

أوجاع الكلي: تدر الطمث و تنفع من سم الأفعي إذا شربت و من أوجاع الكلي.

الأورام الحارة: تنفع من الأورام كلها الحارة العارضة في الجوف إذا شربت.

إتساع الرحم: تنفع من اتساع الرحم إذا جلس النساء في مائها و يدخن بها.

تسخين الأعضاء الباطنية: التجربتين: يسخن الأعضاء الباطنية و يفتح سددها و يسقط الأجنة الأحياء و الموتى و المشيمة.

أوجاع الصدر و الجنين: ينفع من أوجاع الصدر و الجنين المتولدة عن أخلاط لزجة أو عن رياح غليظة و يسهل النفث.

تنقية الرحم: إذا دخن به الرحم ينقيه من الرطوبات الفاسدة العفنة و يحسن رائحته.

النزلات: إذا وضعت علي مقدم الدماغ منثورة بعد السحق أو تضمد بها نفعت من النزلات.

## علك رومي (المصطكي) في الطب القديم

### خواص العلاجات:

نفث الدم: نافع جدا لمن به نفث الدم و للنساء إذا انفجر من أرحامهن الرطوبات، و إذا برز الرحم و خرجت المقعدة.

نفث الدم و استطلاق البطن و قرحة الأمعاء: إذا طبخت و أخرجت من الماء ثم طبخ الماء حتي يصير كالعسل ثخنا فيصلح هذا الطبخ لقبضه إذا شرب لنفث الدم و استطلاق البطن و قرحة الأمعاء و نزف الدم من الرحم و ظهور الرحم و السرم.

بناء اللحم: إذا صب طبيخ الورق علي القروح العميقة و العظام المكسورة بني اللحم فيهما و شدّ الأعضاء المسترخية.

قطع سيلان الرطوبات المزمنة من الرحم: قد يقطع سيلان الرطوبات المزمنة من الرحم و يمنع القروح الخبيثة من أن تسعي في البدن و يدر البول.

شدّ الأسنان المتحركة: إذا تمضمض به شدّ الأسنان المتحركة. و يعمل من أغصانها مساويك.

المعدة والمقعدة والأعضاء: الأبيض من المصطكا وهو المسمى علك الروم نافع لأورام المعدة والمقعدة والأعضاء والكبد ويسخن و يجفف.

نفث الدم والسعال المزمن: ديسقوريدس: ينفع من نفث الدم والسعال المزمن شربا وهو جيد للمعدة محرّك للجشاء.

لزق الشعر النابت في الجفون: يلزق الشعر النابت في الجفون نباتا منقلبا.

تطيب النكهة وشد اللثة: إذا مضغ طيب النكهة وشد اللثة.

تسخين المعدة والكبد: أبو جريح: يسخن المعدة والكبد وله فعل في الرأس و جذب للبلغم إذا مضغ وكذلك جعل مع الصبر ليصلح و يجذب بلغما من الرأس.

تطيب النكهة وفتق الشهوة: مسيح: يطيب النكهة ويفتق الشهوة ويحسن البشرة إذا طلي به ويسكن وجع اللثة.

حديث النفس: ابن عمران: يزيل حديث النفس.

تقوية المعدة: الإسرائيلي: مقو للمعدة محلل لرتوباتها ورياحها ومخرج لها بالجشاء ومسكن للأغصاء العارض من الرطوبة.

إحدار البلة ورطوبة المعدة: الغاقي: إن شرب بماء بارد أحدر البلة ورطوبة المعدة.

تسكين وجع العظام: يسرع بانجبار الكسير ويسكن وجع العظام وينفع من الوثي والرض والفسخ.

شقاق الشفتين: إذا ديف بزيت و لطح به شقاق الشفتين أبراه مجرب.

تسخين المعدة وفتح السدد: إذا سحق المصطكا و شرب أو أخذت لعقا أو مزجت بغيرها سخنت المعدة وفتحت السدد و نفعت من وجع المعدة الباردة إن كان عن خلط أو برد مفرط و لذلك تسخن الكبد و تنفع من عللها الباردة كلها.

رطوبة المعدة: إن كان في المعدة رطوبة كثيرة و أخذت بماء بارد أو ممروس فيه الورد المرابي عصرتها و لينت الطبع.

تسهيل نفث الفضول من الصدر والرئة: إن تمودي عليه عقلت و تسهل نفث الفضول من الصدر والرئة.

تقوية الأعضاء الباطنة: الشراب المتخذ منه يقوي الأعضاء الباطنة إذا أخذ ممزوجا بالماء البارد عند العطش. وإذا تمودي عليه أدر البول.

منع تحرك الأسنان: إذا تمودي عليه بالمضمضة منع من تحرك الأسنان ونفع من وجع الأضراس و البلة المتولدة عن بلغم.

تسكين أوجاع الفسوخ: إذا دهنت الفسوخ بدهن ورد و ذر عليها مسحوقا و شدت بخرقه تمسكه سكن أوجاعها و حل جساوتها.

وجع المعدة و القيء: إذا دهنت المعدة بأحد الأدهان النافعة لها مما نذكر و ذر عليها مصطكا مسحوقه حتي تبتل بالدهن و ضمدت بخرقه و تركت حتي تنقلع من ذاتها نفع من وجع المعدة و من القيء.

## العاقر قرحا في الطب القديم

### شرح الماهية:

ديسقوريدس: «قوربون» هو نبات له ساق و ورق مثل ورق الدوقو البري و ساقه، و له إكليل شبيه بإكليل الشبث، و زهر شبيه بالشعر، و عروق في غلظ الإبهام.

تعليق ابن البيطار: هو دواء معروف عند الجميع و هو المسمي بالبربرية تاغندست، و هو غير هذا الدواء الذي ذكره ديسقوريدس و فسره التراجمة بالعاقر قرحا، و ليس به، لأن العاقر قرحا هو نبات لا يعرف اليوم و ما قبله بغير بلاد المغرب خاصة، و منها يحمل إلي سائر البلاد، و أول ما وقفت عليه و شاهدت نباته بأعمال افريقية بظاهر مدينة يقال له قسنطينة الهوي بالجانب القبلي منها بموضع يعرف بضبعة لواته، و من هناك جمعته، عرفني به بعض العربان، و هو نبات يشبه في شكله و قصبانه و ورقه و زهره جملة النبات المعروف بالبابونج الأبيض الزهر المعروف في مصر بالكركاش، إلا أن قصبان العاقر قرحا عليها زغب أبيض، و هي ممتدة علي وجه الأرض، و هي كثيرة مخرجها من أصل واحد، علي رأس كل قصب منه رأس مدور كشكل رأس البابونج الصغير المذكور، أصفر الوسط، و له أسنان دائرة بالأصفر منها، باطنها مما يلي الأرض أحمر و ظاهرها إلي فوق الأرض أبيض، و له أصل في طول فتر، في غلظ أصبع، حار حريف محرق، فهذه صفة العاقر قرحا علي الحقيقة، و أما الدواء الذي ذكره ديسقوريدس... فهو دواء يعرف اليوم عند أهل صناعتنا بدمشق بعود القرح الجبلي، و يعرفون تاغندست بعود القرح المغربي، و عود القرح الجبلي كثير بأرض الشام يشبه نباته ما عظم من

نبات الرازيانج، وله ثمر، وقد رأيتُه وجمعتُه بظاهر دمشق في رأس وادي بردي بموضع ببابل السوق علي يسري الطريق علي الصورة التي وصفه بها ديسقوريدس.

### خواص العلاجات:

تسكين وجع الأسنان: أكثر ما يستعمل من هذا أصله خاصة وقوته محرقة تحرق و بسبب هذه القوة صار يسكن وجع الأسنان الحادث من البرودة.

النافض و القشعريرة: ينفع النافض و القشعريرة الكائنة بأدوار إذا ذلك به البدن كله قبل وقت الحمي مع زيت و ينفع من به خدر في أعضائه و من به استرخاء قد أزمه.

يحدو اللسان: ديسقوريدس: يحدو اللسان إذا ذيق حدوا شديدا و يجلب بلغما.

وجع الأسنان: إذا طبخ بالخل و تمضمض به نفع من وجع الأسنان.

وجع الكزاز: إذا سحق و خلط بزيت و تمسح به أدر العرق و نفع من وجع الكزاز إذا كان يعرض للإنسان كثيرا و يوافق الأعضاء التي قد غلب عليها البرد و التي قد فسد حسها و حركتها و ينفع منها نفعا بينا.

تفتيح السدد: ابن سينا: هو شديد التفتيح لسدد المصفاة و الخشم.

شد الأسنان المتحركة: إذا طبخ بالخل و أمسك خله في الفم شد الأسنان المتحركة.

المفلوجين و المصروعين: إذا دق و ذر علي مقدم الدماغ سخنه و نفع من توالي النزلات و ينفع المفلوجين و المصروعين الذين صرعهم من خلط غليظ في الدماغ.

جذب البلغم: إذا مضغ مع الزفت أو مع المصطكي جذب بلغما كثيرا لزجا.

تذويب بلغم المعدة: إذا أخذ منه معجونا بعسل لعقا ذوب بلغم المعدة و يزيد في الجماع في أمزجة المبرودين و المرطوبين جدا.

إذا سحق و خلط بدقيق الفول و ملئت منه خريطة و جعل فيها الذكر مع البيضتين و تركا كذلك يوما كاملا أعان علي الجماع للمبرودين و لا سيما لمن يجد في أثنييه بردا ظاهرا.

سقوط اللهاة و استرخاء اللسان: إسحاق بن عمران: ينفع إذا طبخ بالخل و تمضمض به بسقوط اللهاة و استرخاء اللسان العارض من البلغم.

إسهال البلغم: أبو الصلت: إذا شرب منه وزن درهمين أسهل البلغم.

اللقوة والاسترخاء والبالغ: الشريف: ودهنه ينفع من اللقوة والاسترخاء والبالغ.

البعث علي الشهوة: إذا دهن به القضيب قبل الجماع بعث علي الشهوة وأعان علي إسراع الإنزال.

وصفة دهنه: يدق من أصله قدر أوقية ويطبخ في رطل ماء حتي يرجع إلي أوقيتين و يلقي عليها مثلها زيتا و يطبخ الجميع حتي ينضب الماء و يبقى الزيت ثم يصفى و يرفع لوقت الحاجة إليه.

الغاقفي: إذا دق و عجن بعسل و شرب نفع من الصرع و نبتة يفعل ذلك أيضا.

## الدارصيني في الطب القديم

### شرح الماهية:

الدارصيني: ابن البيطار في تفسير كتاب دياسقوريدوس قال: قتامون: هو الدارصيني بأنواعه و ذكره جالينوس في المقالة السابعة.

و الهاروني في منهاج الدكان قال: دار صوص: هو الدارصيني.

و في كشف الرموز في بيان الأعشاب: هكذا تسمى عندنا أو القرفة الخشنة، و هو نوع من القرفة و الدارصيني: هو القرفة السيلانية أو قرفة القرنفل.

### خواص العلاجات:

إدرار البول و الطمث: قوة كل دارصيني مسخنة مدرة للبول مليئة منضجة و يدر الطمث و يسقط الجنين إذا شرب.

البثور اللببية و الكلف: يقلع البثور اللببية و الكلف إذا لطح به بعسل.

السعال المزمن: ينفع من السعال المزمن و النزلات و الجنب و وجع الكلي و عسر البول.

إدرار البول و الطمث: ابن ماسويه: الدارصيني مطيب للمعدة مذهب لبردها مسخن للكبد مدر للبول و لدم الحيض مفتح للسدد محد للبصر مجفف للرطوبة العارضة في الرأس و المعدة.

حدة البصر: خاصته أن يحد البصر الضعيف من الرطوبة إذا اكتحل به و إذا أكل.

تخشن الحلق: سفيان الأندلسي: يصفى الصوت الذي تخشن عن رطوبات منصبة و يحلل



البلغم المنصب إلي الحلق و النغانغ و قصبه الرئة و يجفف الرطوبات المنصبه اليها، و من التخشن المتولد في الحلق عن بلغم منصب.

الاستسقاء اللحمي: ينفع من الاستسقاء اللحمي و الزقي بتسخينه الكبد و تجفيفه الرطوبات الفضلية و يحسن الدهن تحسينا جيدا و لا سيما إذا خلط مع الكابلي.

أوجاع الأرحام: مسيح بن الحكم: طارد للرياح نافع من أوجاع الأرحام.

أوجاع المعدة الباردة: ينفع لكثرة أوجاع المعدة الباردة، و لذلك ينبغي أن يكثر منه في طعام الممعودين و في طعام من به ربو و أخلاط غليظة.

الفواق: أحمد بن أبي خالد: إن طبخ مع المصطكي و شرب مائه أزال الفواق و أذهبه.

نوازل الرأس: الإسرائيلي: ينفع من النوازل المتحدرة من الرأس إلي الصدر و الرئة.

في بحر الجواهر: هو صنف من السكر أحمر اللون حار رطب في الأولي.

ما قاله الملك المظفر في (المعتمد): و الفانيد سجزي: بالسين و الزاي، منسوب إلي سجستان.

ابن جزلة في المنهاج: أجوده الأبيض المعمول من سكر نقي. و هو أغلظ من السكر. و هو حار رطب في الأولي. و قيل إن حرارته في الثالثة. ينفع من السعال، و يلين البطن، و يولد دما معتدلا، و هو جيد للصدر.

التفليسي: صنف من السكر أحمر اللون و أجوده السكري الذي يحذو اللسان ينفع من السعال البلغمي، و يلين الطبع، و يحلل الأرياح، و يعطس، و يهيج الصفراء. و هو ينقي الصدر من الأخلاط البلغمية الرديئة اللزجة. و كذلك ينفع من السعال البارد المزمن.

قال الصادق عليه السّلام: اشربوا الكاشم لوجع الخاصرة(1).

عن عبد الله بن سنان، قال: سألت أبي عبد الله عليه السّلام: هل كان عيسى يصيبه ما يصيب ولد آدم؟ قال: نعم، ولقد كان يصيبه وجع الكبار في صغره، ويصيبه وجع الصغار في كبره، ويصيبه المرض. وكان إذا مسه وجع الخاصرة في صغره وهو من علل الكبار قال لأمه: ابغي لي عسلا و شونيزا(2) وزيتا فتعجني، ثم ائتني به. فأتته به، فأكرهه، فتقول: لم تكرهه وقد طلبته؟ فقال: هاتيه، نعته بعلم النبوة، و أكرهته لجزع الصبي ويشم الدواء، ثم يشربه بعد ذلك(3).

عن عبيد الله بن صالح الخثعمي، قال: شكوت إلي أبي عبد الله عليه السّلام وجع الخاصرة فقال: عليك بما يسقط من الخوان(4) فكله. ففعلت ذلك فذهب عني.

قال إبراهيم: قد كنت أجد في الجانب الأيمن والأيسر، فأخذت ذلك فانتفعت به(5).

عن ابن الحرّ قال: شكار رجل إلي أبي عبد الله عليه السّلام من وجع الخاصرة، فقال:

ما يمنعك من أكل ما يقع من الخوان(6)؟

ص: 325

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 170 ح 3.

2- (2) الشونيز: الحبة السوداء مر شرحها.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 170 ح 4.

4- (4) الخوان: ما يوضع علي الطعام ليؤكل و تسميه العامة السفرة (فارسية). (المنجد).

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 170 ح 5.

6- (6) بحار الأنوار ج 59 ص 170 ح 6.

### شرح الماهية:

ديسقوريدس: ينبت في الجبال الشاهقة الخشنة المظللة بالأشجار، وخاصة في المواضع المجوفة الشبيهة بالحفر، له ساق صغيرة دقيقة تشبه ساق الشبث، ذو عقد وعليها ورق شبيه بورق إكليل الملك، إلا أنه أنعم منه، طيب الرائحة، والورق الذي عند أعلي الساق أدق من سائر الورق وأكثر تشققا، وعلي طرف الساق إكليل فيه ثمر أسود، مصمت، إلي الطول ما هو، شبيه ببزر الرازيانج، حريف المذاق، فيه عطرية، و له أصل أبيض طيب الرائحة.

### خواص العلاجات:

إحدار الطمث وإدرار البول: أصل هذا النبات وبزره يبلغ من إسخانهما أنهما يحدران الطمث ويدران البول وهما مع هذا يطردان الرياح ويحللان التشنج.

أوجاع الجوف والأورام البلغمية: ديسقوريدوس: قوة بزر هذا النبات وأصله مسخنان هاضمان للغذاء يوافق أوجاع الجوف والأورام البلغمية والنفخ وخاصة في المعدة ولسع الهوام.

إدرار البول والطمث: إذا شربا أدرا البول والطمث وإذا احتملت المرأة أصله فعل ذلك أيضا.

النفخ والسدد العارضة في الكبد: مذهب للقراير نافع من النفخ والسدد العارضة في الكبد والرطوبة.

الخوز: يسقي منه درهم بشراب ممزوج للحيات في البطن والمستسقين درهمين بماء حار.

عن عبد الرحمن بن الجهم، قال: شكى ذريح المحاربي قراقر في بطنه إلي أبي عبد الله عليه السلام فقال: أ توجعك؟ قال: نعم، قال: ما يمنعك من الحبة السوداء والعسل لها(2).

عن ثعلبة بن ميمون، عن حمران، قال: كان بأبي عبد الله عليه السلام وجع البطن، فأمر أن يطبخ له الأرز ويجعل عليه السماق، فأكله فبريء.

عن عبد الرحمن بن كثير، قال: مرضت بالمدينة وأطلق بطني فقال لي أبو عبد الله عليه السلام وأمرني أن آخذ سويق الجاورس وأشربه بماء الكمون، ففعلت فأمسك بطني وعوفيت.

عن ثعلبة عن حمران قال: كان بأبي عبد الله عليه السلام وجع البطن فأمر أن يطبخ له الأرز ويجعل عليه السماق فأكله فبريء.

ص: 327

---

1- (1) مرت أحاديث كثيرة عن علاج البطن في فصل الأرز فراجع.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 177 ح 13.

## السماق في الطب الحديث

في الطب الشعبي الحديث:

يوصف السماق في الحالات الآتية:

\* لمعالجة الإسهال الحاد: يؤخذ مقدار نصف فنجان من عصير السماق بعد الأكل بساعة ثلاث مرات في اليوم، علي مدي ثلاثة أيام.

\* لعلاج التهاب الحلق: يستعمل منقوع السماق كغرغرة.

\* هذا، و يستخدم السماق كذلك في دبغ الجلود... و لذلك فإنه كثيرا ما يطلق عليه «حشيشة الدبّاعين».

## السماق في الطب القديم

### شرح الماهية:

هو ثمر نبات يقال له بالعربية سماق الدباغة، و إنما سمي هكذا لأن الدباغين يستعملونه في دبغ الجلود، و هو شجر ينبت في الصخور، طوله نحو من ذراعين، وفيه ورق طويل لونه إلي حمرة الدم ما هو، مشرف الأطراف علي هيئة المنشار، و له ثمر شبيه بالعناقيد، في عظم الحبة الخضراء (1)، إلي العرض ما هو، و في قشر الحب المنفعة.

### خواص العلاجات:

يسود الشعر: ديسقوريدس: طبخ الورق يسود الشعر.

قيح الأذن: يقطر منه في الأذن التي يسيل منها القيح.

الداحس: إذا تضمد بالورق مع الخل و العسل أضمر الداحس و منع الورم الخبيث الذي يقال له غنغراننا من أن يسعي في البدن.

طبخ الورق اليابس إذا طبخ بالماء إلي أن يصير طبيخه مثل العسل في الشخن كالذي يفعل بالحضض يوافق ما يوافق الحضض و الثمر أيضا يفعل ما يفعله الورق.

إسهال مزمن: يوافق إذا وقع في الطعام لمن كان به إسهال مزمن و قرحة في الأمعاء.

الورم عن قحف الرأس: إذا تضمد به بالماء منع الورم عن قحف الرأس و منع الورم من أن يعرض مواضع الضرب و آثاره و الخدوش التي تعرض في البدن.

خشونة الأجنان: إذا خلط بعسل جلا خشونة الأجنان.

سيلان الرطوبة البيضاء من الرحم: يقطع سيلان الرطوبة البيضاء من الرحم و يبرئ من البواسير إذا خلط بفحم خشب البلوط مسحوقا و وضع علي البواسير.

الوثي: ماسرحويه: إذا طبخ و صب ماؤه علي الوثي لم يرم.

الإسهال و نزف الدم: الرازي في الحاوي: إن شرب بشراب قابض قطع الإسهال و نزف الدم من الرحم و كثرة البول.

النزف: زعم قوم أنه إن شد في صوف مصبوغ بحمرة و شد علي صاحب النزف من أي عضو كان قطع الدم.

يشهي الطعام: ابن ماسويه: يشهي الطعام بحموضته و يشد الطبع بعفوصته.

الإسهال المزمن: ينفع الإسهال المزمن الذي يكون من الصفراء إذا أكل و اصطبغ به.

شدّ البطن: إن طبخ به لحم أو دراج شد البطن. و إن تضمد به المعدة و البطن شدّهما و ينفع من تحلب الصفراء من الكبد إلي المعدة و الأمعاء.

الرمد الحار: إذا نقع في ماء ورد و اكتحل بذلك الماورد نفع ذلك من ابتداء الرمد الحار مع مادّة و قوي الحدقة.

هيجان الصفراء: سويق السماق عاقل للبطن نافع للمعدة نافع لهيجان الصفراء و إسهالها. و إذا قلي السماق كان عقله للبطن أكثر.

السلاق و الاحتراق: إسحاق بن عمران: إن اكتحل بمائه المنقع فيه نفع من السلاق و الاحتراق و قطع الحكمة العارضة للعين.

قيء المعدة: فإن أخذ من به قيء دائم حتي لا يثبت في معدته شيء من الطعام و لا الشراب من السماق و الكمون فدقه دقا جريشا و شرب منهما بماء بارد انقطع عنه القيء.

جرب العينين: الشريف: إن طبخ منه أوقية في نصف رطل ماء حتي تخرج قوته فيه ثم تغمس في الماء خرقا نقيه و تكمد بها العينان التي فيهما جرب و أكال و سلاق و جد ما نفعه.

سيلان الدم: إذا سحق بمفرده و أخذ بمفرده بماء بارد قطع سيلان الدم من أي عضو انبعث.

عين المجدور: نقيع السماق يقطر منه في عين المجدور إذا احمرت فإنه يؤمن به ظهوره في عينه.

القلاع: إذا غسل حبه بماء الورد و توضع بماء الورد وحده نفع من القلاع و ورقه أيضا.

يمسك الطبيعة: كيفما استعمل يمسك الطبيعة. و كذلك إذا ضمده به بطون الأطفال.

تقوية الأعضاء: إذا استخرجت عصارة ورقه بالطبخ و عقدت حتي تغلظ قوت الأعضاء و منعت انصباب المواد إليها.

ردع المواد عن العينين: هي في ردع المواد عن العينين بالغة المنفعة.

القروح الخبيثة: إذا حلت في ماء لسان الحمل و طليت بها القروح الخبيثة حيثما كانت جففتها.

سلس البول: إذا ضمدت به السرة و القفا و أصل القضيب نفعت من سلس البول الذي سببه استرخاء.

## الكُمون في الطب القديم

### خواص العلاجات:

المغص و النفخ: إذا طبخ بالزيت أو احتقن أو تضمد به مع دقيق الشعير وافق المغص و النفخ.

عسر النفس: قد يسقي بخل ممزوج بالماء لعسر النفس الذي يحتاج معه إلي الانتصاب.

نهش الهوام: قد يسقي بالشراب لنهش الهوام.

ورم الاثنيين: ينفع من ورم الاثنيين إذا خلط بالزيت و دقيق الباقلا أو قيروطي و وضع عليها.

سيلان الرطوبات المزمنة من الرحم: قد يقطع سيلان الرطوبات المزمنة من الرحم.

الرعاف: قد يقطع الرعاف إذا قرب من الأنف و هو مسحوق و خلط بالخل.

عقل البطن: بولس: الكُمون الكرمانى يعقل البطن و النبطى يسهله.

عقل الطبيعة: ابن ماسويه: إن قلبي الكُمون و أنقع في الخل عقل الطبيعة المستطلقة من الرطوبة و هو نافع من الريح الغليظة و يجفف المعدة و هو صالح للكبد.

قطع كثرة الحيض: إذا احتملته المرأة مع زيت عتيق قطع كثرة الحيض.

قطع شهوة الطين: الكُمون الكرمانى إذا أنقع في الخل و جفف و سحق و تمودي عليه و علي





أخذه سفوفا قطع شهوة الطين.

قطع سيلان اللعاب: إذا مضغ بالملح و ابتلع قطع سيلان اللعاب.

طرده الرياح: الكمون طارد للرياح مجش هاضم للطعام.

تسكين الفواق: الكمون البري إذا شرب بالخل سكن الفواق.

ضرر ذوات السموم: إذا شرب بالشراب وافق ضرر ذوات السموم من الهوام و البلة العارضة في المعدة. و إذا مضغ بزيت و عسل و تضمد به قطع أثر لون الدم العارض تحت العين.

أورام الأثنيين: إذا تضمد به ما وصفنا أبراً أورام الأثنيين الحارة.

نهش الهوام: بزره إذا شرب كان نافعا جدا من نهش الهوام و قد ينتفع به الذين بهم تقطير البول و الحصا و الذين يبولون دما منعقدا، و ينبغي أن يشرب بعده ماء بزر الكرفس.

## الكمون في الطب الحديث

### التركيب الكيميائي:

تحتوي البذور زيتا طيارا يسمى الكومينول يحوي 50% الدهيد الكمون و يحوي أيضا علي الفيلاندين و الكارفون و الباراسمين، كما تحتوي البذور إضافة إلي الزيت علي مواد عفصية و راتنج.

### الاستعمال الطبي:

الكمون مادة غذائية تستخدم في تحسين طعم العديد من الأغذية، و تعد من أنواع البهارات، عرفه قدماء المصريين و أطلقوا عليه اسم (تاين) و استخدموه كمادة صيدلانية ضد العديد من الأمراض.

و تستعمل ثمار الكمون بشكل مغلي أو صبغة طاردة للغازات، و تعد مادة مقبلة فاتحة للشهية إلي جانب كونها مادة منشطة و معرقة، حالة للتشنج و مسكنة للمغص و تفيد في حالات الاحتقان و في إدرار الحليب، و يؤدي استعمالها الزائد إلي تهيج الأغشية المخاطية.

و يدخل زيت الكمون في المستحضرات التجميلية، و في صناعة المأكولات و المشروبات، كما نستعمل الثمار المطحونة كتوابل و في صناعة الكاري.

عن أبي عمرو، عن رجل عن أبي عبد الله عليه السلام قال: خير تموركم البرنيّ (1)، يذهب بالداء ولا داء فيه، ويشبع ويذهب بالبلغم، و مع كل تمرة حسنة (2).

عن ابن سنان، وأبي البختری، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: السواك وقراءة القرآن مقطعة للبلغم (3).

عن داود بن فرقد والمعلّي بن خنيس، قالوا: قال أبو عبد الله عليه السلام: تسريح العارضين يشدّ الأضراس، و تسريح اللحية يذهب بالوباء، و تسريح الذؤابتين يذهب ببلابل الصدر، و تسريح الحاجبين أمان من الجذام، و تسريح الرأس يقطع البلغم.

قال: ثم وصف دواء البلغم وقال: خذ جزء من علك الرومي (4)، و جزء من كندر (5)، و جزء من سعتر، و جزء من نانخواه، و جزء من شونيز، أجزاء سواء، يدق كل واحد علي حدة دقاً ناعماً، ثم ينخل ويعجن ويجمع ويسحق حتي يختلط، ثم تجمعه بالعسل، و تأخذ منه في كل يوم و ليلة بندقة عند المنام، نافع إن شاء الله تعالى.

ويروي عن الصادق عليه السلام أنه قال من دخل الحمام علي الريق أنقي البلغم و إن دخلته بعد الأكل أنقي المرة، و إن أردت أن يزيد في لحمك فادخل الحمام علي شبعك، و إن أردت أن ينقص من لحمك فادخله علي الريق.

ص: 332

1- (1) التمر البرني: مر شرحها.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 203 ح 2.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 203 ح 4.

4- (4) علك رومي: مر شرحها.

5- (5) الكندر: مر شرحها.

## السعتر في الطب الحديث

يحتوي السعتر علي زيت طيار بنسبة 1-2 /بني مصفر يتركب بشكل رئيسي من فينولات 40 / أهمها الثيمول Thymol و الكارفاكرول Carvacrol كذلك يحوي علي فحوم هيدروجينية أهمها السيمول، كما يحتوي السعتر علي بعض السابونينات، حيث إن الفينولات مضادة للجراثيم، و الكارفاكرول طارد للديدان، و الزيت يستعمل خارجا في علاج الروماتيزم، و في الحمامات مغلي السعتر لعلاج الأمراض الجلدية، كما يستعمل مغلي العشب غرغرة في حالة التهاب الفم و اللثة، كذلك في التهاب قرحة المعدة و الإثني عشرية و حالات السعال و التهاب الرئة.

الزعر: نبات حرّيف، يستخدم منه الأوراق و قمم الأزهار. و هو من الأعشاب المنزلية، حيث يستخدمه البعض في طيخ المأكولات لانتفاع بمذاقه الحريف، علاوة علي خاصيته المميزة كمادة حافظة للحوم من الفساد.

## الزعر في الحرب العالمية الأولى

في سنة 1719، استطاع عالم ألماني (كاسبار نيومان) و لأول مرة التوصل إلي المادة الفعّالة في زيت الزعر و أسماها: كافور الزعر (camphor of thyme) و في سنة 1855 أسماها عالم فرنسي (م).

لاليمانند) باسم ثيمول (thymol) و هو الاسم المستخدم حاليا.

و لما كانت هذه المادة تتميز بمفعول قوي مطهر، فقد دعا ذلك إلي الاعتماد علي زيت الزعر أثناء الحرب العالمية الأولى في العديد من الأغراض لمقاومة العدوي و التلوث. فكان هذا الزيت يستخدم كمطهر في العمليات الجراحية، و كان يذاب في مياه الشرب لتطهيرها. و استخدم كذلك كمادة مطهرة لغرف المرضى لمنع انتشار الأوبئة.

و نظرا لهذا المفعول المطهر لزيت الزعر، فقد استخدمه كذلك الرومان و الإغريق منذ زمن بعيد كمادة حافظة للحوم.

أما الدراسات الحديثة لهذا العشب، فتوصلت إلي وجود مادتين فعاليتين بزيت الزعر و هما ثيموف (thymol) و كارفاكول (carvacol) و إليهما تعزي الفوائد الصحية لنبات الزعر مثل فوائده كمادة حافظة، و مضادة للبكتريا و الفطريات، و أيضا فائدته كدواء طارد للبلغم، و مساعد في عملية الهضم.

## الزعر كمطهر:

ثبت من خلال تجارب أنابيب الاختبار أن الزعر يقاوم أنواعا كثيرة من البكتريا و الفطريات المسببة للأمراض. و لحسن الحظ أنه وجد كذلك أن استخدام شاي الزعر القائم علي نقع كمية من النبات المجفف له نفس فاعلية الزيت تقريبا في الوقاية من العدوي. و بذلك فإنه إذا تعذر الحصول علي الزيت يمكن استخدام النبات نفسه (الأوراق أو قمم الزهور). و للجروح البسيطة، يمكن تطهيرها مباشرة بأوراق النبات الطازجة أو بكمية من النبات المجفف لحين غسلها و تضميدها.

## للذين يشكون من عسر الهضم:

أثبتت الدراسات أن مادتي الثيمول و الكارفاكول الموجودتين بالزعر تساعدان علي استرخاء العضلات الملساء للجهاز الهضمي، و بذلك يعتبر الزعر مضادا للتقلصات (للمغص) و بذلك يفيد من يشكون من عسر الهضم و ما يصحبه من تقلصات يضافته إلي الطعام، أو بتناوله في صورة شاي.

## الزعر... لصحة المرأة:

نظرا لمفعول الزعر المضاد لتقلص العضلات الملساء، فإنه يمكن الاستفادة به في تخفيف ألم الحيض، حيث يعمل علي استرخاء العضلات الملساء للرحم... لكن يجب ملاحظة أن استخدام الزعر أو زيتة بكميات كبيرة قد يؤدي إلي تنشيط الرحم، و انقباض عضلاته... و لذلك فإن الجرعة المناسبة له كمسكن لألم الحيض لا يجب أن تزيد علي تناول ثلاثة فناجين يوميا من شاي الزعر.

## الألمان يشربون الزعر لعلاج السعال:

للزعر مفعول ملطف للجهاز التنفسي و ملين و طارد للبلغم. و نظرا لزيادة إقبال الشعب الألماني علي الاستفادة من طب الأعشاب، فإنه تنتشر بالأسواق مستحضرات من الزعر لعلاج السعال و السعال الديكي و مرض انتفاخ الرئة (Emphysema). و يقول طبيب الأعشاب الألماني (رودولف فريتز): إن الزعر مفيد للشعب الهوائية كممثل فائدة النعناع للمعدة و الأمعاء.

و للاستفادة من الزعر في علاج أمراض الجهاز التنفسي يمكن تناوله في صورة شاي بنفس المعدل السابق توضيحه في علاج متاعب المرأة.

و لعلاج السعال الديكي عند الأطفال، يري بعض المتخصصين في طب الأعشاب أنه للحصول علي نتائج أفضل يخلط شاي الزعتر بكمية من عسل النحل النقي. كما يفيد تناول الزعتر في علاج احتقان الحلق و مقاومة نزلات البرد... و يمكن في هذه الحالات خلط الزعتر بأي نوع مرغوب فيه من الأعشاب مثل إضافة كمية من الزعتر لشاي النعناع أو القرفة.

### **الزعتر البارد (للصداع) و الساخن (للكوابيس):**

من الوصفات الشائعة لعلاج الصداع تناول فنجان من شاي الزعتر البارد... و نظرا لأن شاي الزعتر الساخن يعمل علي تهدئة الجهاز العصبي المركزي فإن له مفعولا مقاوما لحدوث الأحلام المفزعة (الكوابيس).

### **كمادات الزعتر:**

تستعمل كمادات الزعتر الدافئة لتسكين الألم المصاحب للإصابة بعرق النسا و الذي يظهر في صورة حرقان و وجع يسري بإحدي الساقين.

و تستخدم لبخة الزعتر - و التي تحضر من الأوراق المبللة بعد فرمها أو هرسها لصنع عجينة - في تخفيف الألم المصاحب للإصابة بالخراج أو التورمات عموما.

كما يستخدم زيت الزعتر كمسكن قوي للألام الروماتيزمية و مخدر موضعي خفيف للجلد...

و لتفادي حدوث أعراض حساسية ضد هذا الزيت المركز النقي يمكن خلطه بكمية من زيت الزيتون.

### **مبخرة طبيعية لطرد الناموس:**

استخدم الإغريق منذ مئات السنين الزعتر كطارد للناموس و الذباب و مختلف الحشرات الطائرة و ذلك عن طريق التبخير. و قد ثبت بالتجربة فاعلية هذه الطريقة في طرد الحشرات. و ذلك بتجهيز مغلي مركز من الزعتر بحيث ينتشر بخاره بالمكان فيكون طاردا للناموس و الذباب. و للاستفادة من عملية التبخير في تعطير المكان كذلك، يمكن إضافة كمية من نبات اللافندر أو الريحان أو زيتهما لمغلي الزعتر، مما ينشر في الهواء المحيط رائحة عطرية محببة.

## إعداد شاي الزعتر:

يحضر شاي الزعتر بإضافة عدد 2 ملعقة صغيرة من العشب المجفف لكل فنجان ماء مغلي، و ينتقع به لمدة 10 دقائق.  
يؤخذ الشاي بمعدل 1-3 فناجين يوميا للأغراض المختلفة كعلاج لمتاعب الحيض، أو في حالات السعال، أو لمساعدة الهضم.

## النانخواه في طب القديم

### شرح الماهية:

و يقال نانخة بلغة أهل الأندلس، و نانوخية و نانخاه.

أمين الدولة: اسم فارسي معناه طالب الخبز، كأنه يشهي الطعام إذا ألقى علي الأرغفة قبل اختبارها.

ديسقوريدس: أمي، و منهم من يسميه قومنون باسيلقون (و هو الكمون الكرمانى)، و بزره معروف عند الناس، و هو أكثر صفرة من الكمون بكثير.

### خواص العلاجات:

المغص و عسر البول و نهش الهوام: ديسقوريدوس: قوته مسخنة ملهبة للبدن مجففة تصلح إذا شربت بشراب للمغص و عسر البول و نهش الهوام.

قلع الدم تحت العين: إذا خلط بالعسل و تضمد به قلع كمنة الدم العارض تحت العين.

تحليل النفخ: أبو جريح: طبيخه يحلل النفخ البتة.

إذهاب البلة و الحميات: حبه مذهب للبلة و الحميات العتيقة.

لسع العقارب: طبيخه يصب علي لسع العقارب فيسكن و جعها علي المكان.

قطع قيح الصدر و المعدة: الفارسي: يقطع القيح الذي في الصدر و المعدة و يسكن الرياح و يهضم الطعام جيدا و يسكن وجع الفؤاد و الغثيان و تقلب النفس و من لا يجد للطعام طعاما.

معالجة البواسير:

عن هشام بن الحكم، عن زرارة، قال: رأيت داية أبي الحسن عليه السلام تلقمه الأرز و تضربه عليه، فغممني ذلك، فدخلت علي أبي عبد الله عليه السلام فقال إني أحسبك غمك الذي رأيت من داية أبي الحسن عليه السلام: قلت: نعم جعلت فداك، فقال لي:

نعم، نعم الطعام الأرز، يوسّع الأمعاء، و يقطع البواسير، و إنّنا لنغبط أهل العراق بأكلهم الأرز و البسر(1)، فإنّهما يوسّعان الأمعاء و يقطعان البواسير(2).

عن أبي عبد الله عليه السلام: الكراث(3) يجمع البواسير؛ و هو أمان من الجذام لمن أدمته(4).

عن عمرو بن يزيد الصيقل، قال: حضرت أبا عبد الله الصادق عليه السلام فسأله رجل به البواسير الشديد، و قد وصف له دواء سكرجة(5) من نبيذ صلب، لا يريد به اللذة و لكن يريد به الدواء.

ص:337

1- (1) البسر: مر شرحها.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 196 ح 1.

3- (3) مر شرحها.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 195 ح 2.

5- (5) سكرجة: إناء صغير يؤكل فيه الشيء القليل من الادم.

فقال: لا، ولا جرعة. قلت: لم؟ قال: لأنه حرام، وإن الله عزّ وجلّ لم يجعل في شيء مما حرّمه دواء ولا شفاء. خذ كراثا بيضاء، فتقطع رأسه الأبيض ولا تغسله، وتقطعه صغارا صغارا، وتأخذ سناما(1) فتذيبه وتلقيه علي الكراث، وتأخذ عشر جوزات فتقشرها وتدقّها مع وزن عشرة دراهم جبنا فارسيا(2) وتغلي الكراث فإذا نضج ألقيت عليه الجوز والجبين، ثم أنزلته عن النار فأكلته علي الريق بالخبز ثلاثة أيام أو سبعة، وتحتمي عن غيره من الطعام.

وتأخذ بعدها(3) أبهل محمّصا قليلا بخبز و جوز مقشّر بعد السنام والكراث، تأخذ علي اسم الله نصف أوقية دهن الشيرج علي الريق، و أوقية كندر ذكر تدقّه وتستفّه، وتأخذ بعده نصف أوقية شيرج آخر ثلاثة أيام، وتؤخّر أكلك إلي بعد الظهر، تبرأ إن شاء الله تعالي.

ص: 338

- 
- 1- (1) السنام: حلبة في ظهر البعير.
  - 2- (2) جبنا فارسيا: المالح منه، أو الذي يقال له تركي.
  - 3- (3) وتأخذ بعدها: أي بعد الأيام الثلاثة أو السبعة.



### شرح الماهية:

الأبهل ليس هو العرعر، كما زعم بعض الأطباء.

إسحق بن عمران: الأبهل صنف من العرعر، وهو شجر كبير له ورق شبيه بورق الطرفاء، وثمرته حمراء دسمة تشبه النبق في قدرها ولونها، وما بداخلها مصوف له نوي، ولونه أحمر إذا نضج، كان حلو المذاق، وفيه بعض طعم القطران، ويجمع في وقت قطاف العنب.

ديسقوريدس: براثي - وهو الأبهل - صنفان: أحدهما ورقه شبيه بورق السرو وهو أكبر شوكا، كريه الرائحة، وشجرته شديدة الاستدارة تذهب في العرض أكثر منها في الطول، والآخر ورقه شبيه بورق الطرفاء.

### خواص العلاجات:

القروح المسودة: ينقي القروح المسودة الوسخة إذا وضع عليها مع العسل، و يقلع الحمرة.

إدرار الطمث: بسبب لطافته، يدر الطمث أكثر من كل دواء يدره، ويبول الدم، ويفسد الأجنة الأحياء، ويخرج الأجنة الموتى.

منع سعي القروح: ديسقوريدس: ورق كلا الصنفين يمنع سعي القروح الخبيثة، ويسكن الأورام الحارة.

تنقية الجلد: إذا تضمد به نقي سواد الجلد وأوساخه، التي تعرض من فضول البدن، إذا استعمل مع العسل، ويقشر خشكريشة الجمرة.

اللثة المتقرحة: الرازي: إذا سحق الأبهل و خلط بعسل، و طلي به علي اللثة المتقرحة العفنة أبرأها.

صمم الأذن: إذا أغليت في دهن الجل في مغرفة حديد حتي يسود و يقطر في الأذن، نفعت من الصمم جدا.

آثار البواسير: إسحاق بن عمران: إذا أخذ من ثمرة الأبهل وزن عشرة دراهم، فجعل في قدر وصب عليه ما يغمره من سمن البقر، و وضع علي النار حتي ينشف السمن، ثم سحق و جعل معه عشرة دراهم من الفانيد، و شرب منه كل يوم وزن درهمين علي الريق بماء فاتر، فإنه نافع لوجع أسفل البطن العارض من البواسير.

هو الزيت المستخرج من بزور نبات السمسم «Le sesame» (ر. السمسم). يعرف بالزيت الحار، وكلمة «شيرج» فارسية، أصلها «شيرهج». إنه حلو المذاق. طيب الطعم، ليس له رائحة، ولا تفسد رائحته ولا طعمه وإن حفظ طويلاً، وإذا أصيب بالزنخة فيمكن إصلاحه (ر. كلمة الزيوت)، وهو لا يتجمد بدرجة الصفر، وحموضته قليلة، ونسبته 47% من السمسم.

### استعماله في الطب القديم:

استعمل في الطب القديم لغسل الجلد من الآفات الجلدية والمرد، وكان يعطي حقناً في القولنج، ويستعمل مشروباً في التهابات الصدر والبطن، واستعمل مع النعنع في الزنتارية، وجرب ضماده في قروح الساق المستعصية.

وذكر أطباء العرب أنه: يخضب البدن ويلينه، ويفتح السدد، ويزيل الخشونة والاحتراق، وإن غسل به البدن نعمه وأزال درنه وطول الشعر وسوده وهو ثقيل عسر الهضم، يرخي الأعضاء ويورث الصداع، ويصلحه العسل، وأن يقلي.

وفي الغذاء يستعمل زيت السمسم علي مدي واسع، وهو منتشر الآن بكثرة في أكثر بقاع العالم - وخاصة في الشرق - لغناه بالأحماض الدسمة المركزة التي تمد الجسم بالحرارة اللازمة له. وقد تبين أن الغرام الواحد منه يمد الجسم بحرارة تعادل ضعف ما يعطيه غرام السكر من الحرارة. ولذا يوصف الشيرج لمكافحة الجوع والبرد.

### استعماله في الطب الحديث:

ويوصف في الطب الحديث بأنه سهل الهضم، يحفظ الشرايين من التصلب، ويحول دون حدوث الجلطة القلبية، وحنّاق الصدر، و الشلل، ويؤخذ مليناً بمقدار ملعقة كبيرة أو ملعقتين، ومسهلاً بأكثر من هذا المقدار، ويستعمل في سويسرة لصنع مراهم لمعالجة الالتهابات الجلدية والجروح والحروق، وفي امريكة كمسهل خفيف، وتستخدمه الصيدليات لتركيب بعض الأدوية والمراهم.

عن إبراهيم بن أبي يحيى، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: شكوت إليه الزكام، فقال: صنع من صنع الله، وجند من جند الله، بعثه الله إليّ علة في بدنك ليقلعها، فإذا قلعتها فعليك بوزن دائق شونيز(1)، و نصف دائق كندس، يدقّ و ينفخ في الأنف، فإنه يذهب بالزكام. وإن أمكنتك أن لا تعالجه بشيء فافعل، فإن فيه منافع كثيرة(2).

عن أبي عبد الله عليه السلام أنه قال لمؤدب أولاده: إذا زكم أحد من أولادي أعلمني. فكان المؤدب يعلمه فلا يردّ عليه شيئاً، فيقول المؤدب: أمرتني أن أعلمك بهذا، فقد أعلمتك فلم تردّ عليّ شيئاً. قال: إنّه ليس من أحد إلا و به عرق من الجذام فإذا هاج دفعه الله بالزكام(3).

وروي في الزكام عن أبي عبد الله عليه السلام قال: تأخذ دهن بنفسج(4) في قطنة فاحتمله في سفلتك عند منامك، فإنه نافع للزكام إن شاء الله تعالى(5).

ص: 341

1- (1) الشونيز: مر شرحها.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 183 ح 1.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 183-184 ح 2.

4- (4) دهن بنفسج: مر شرحها.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 184 ح 4.

يقول صاحب التذكرة: الزكام في حقيقته من أمراض الدماغ إلا- أن الكثيرين جعلوه من أمراض الأنف... فالزكام يحدث بسبب اندفاع فضلات من الدماغ إلي الأنف وقد يكون ذلك بسبب تخفيف ما علي الرأس من ملابس فجأة وقد أجمع الكل علي أن الزكام يكون عن برد (برودة) و من علاماته الصداع و نزول دموع العين و انتفاخ الوجه و حكة الأنف و دغدغته...

من الوصفات المجربة: يحضر ثلاثة أوقيات من التين و من كل من الشبث و الكرفس و الصعتر و البابونج نصف أوقية، تطبخ كل هذه بعشرة أمثالها من الماء و تغلي علي النار حتي يتبقي الربع فتصفي و يشرب منه.

الحبة السوداء: إذا قليت الحبة السوداء في زيت الزيتون ثم قطر هذا الزيت في الأنف فإنه يشفي الزكام.

التوت: شراب التوت إذا شرب فإنه يشفي الزكام و التهاب الحلق، و يحضر الشراب بغلي التوت ثم أخذ رطلين من هذا الماء بعد تصفيته، و يعقد هذا الماء بالسكر ثم يشرب.

لبان الذكر (كندر): إذا شرب مخلوط من لبان الذكر مع زيت الزيتون و غسل النحل فإنه يشفي من البرد المزمن و يخرج ما في العظام من برودات.

الكافور: إذا استخدم الكافور طلاء للأنف و الوجه فإنه يشفي للزكام.

الجوز: إذا شوي الجوز بقشره و أكل منه المصباح بالبرد و السعال فإنه يشفي سريعاً.

صفة دواء: يؤخذ زنجبيل و قرنفل و قرفة و فلفل و خولنجان و يغلي بمقادير متساوية، و يشرب فإنه غاية النفع.

البابونج: يغلي البابونج جيداً و يصفى ثم يحلي بعسل، و يشرب منه قدر كوب صباحاً و مساءً.

الضريع: يؤخذ نبات الضريع (و هو نبات أخضر تراه علي شاطئ البحر متجمعا) فيجفف ثم يتبخر به المزكوم فإنه ياذن الله يشفيه.

### أما ما يقوله الطب الحديث:

الزكام هو التهاب الغشاء المخاطي المبطن للأنف... و تحصل الإصابة به في فصل الشتاء

و يعود السبب في الإصابة بالزكام إلي العدوي بفيروس خاص... أما أهم العوامل التي تساعد علي الإصابة بالزكام فيمكن تلخيصها في النقاط الآتية...

1 - تغير الطقس وعدم استقراره والتعرض لتيارات الهواء الباردة بعد التواجد في جو دافئ...

2 - ضعف مقاومة الجسم نتيجة لإصابته بالأمراض أو نتيجة للإجهاد الجسماني والعصبي...

3 - وجود حالة مرضية بالأنف أو خلف الأنف - التهاب الجيوب الأنفية - تساعد علي الإصابة المتكررة بالزكام...

4 - حساسية الغشاء المخاطي الأنفي...

و تحدث العدوي بالزكام عن طريق الرذاذ المتطاير من أنف المريض وفمه عند العطس أو السعال... وتأخذ أعراض الزكام شكل قشعريرة بسيطة يصحبها إحساس بالبرودة ثم العطس عدة مرات... ويحس المريض في بداية الزكام بجفاف في الأنف والحلق ثم بعد مرور أربع و عشرين ساعة تظهر الأعراض المعروفة من رشح و التهاب الحلق و سعال مصحوب بإفراز مخاطي أو صديدي في الأنف و الحلق مع ارتفاع بسيط في درجة الحرارة و تستمر هذه الحالة يومين أو ثلاثة ثم تبدأ في الزوال و يشفي المريض عندئذ إذا لم تحدث مضاعفات... إذن ما هي المضاعفات التي يمكن أن تحدث عند إهمال معالجة الزكام؟... يمكن تحديد هذه المضاعفات كالتالي:

1 - التهاب الجيوب الأنفية...

2 - التهاب الأذن المتوسطة و يكثر حدوثه في الأطفال الصغار...

3 - التهاب الزوائد خلف الأنف (اللحمية)...

4 - التهاب الحلق و اللوزتين...

5 - التهاب الحنجرة و هذا كثير الحدوث في الأطفال و هو شديد الخطورة لما يحدثه من اختناق علي الطفل، لا بد من المبادرة بمعالجة زكام الأطفال و عدم إهماله...

6 - التهاب القصبة الهوائية و الالتهاب الرئوي...

## الكندس في الطب القديم

### شرح الماهية:

لم يذكره ديسقوريدس ولا جالينوس البتة، وقد ترجم حنين الدواء المسمي سطروثيون

بالكندس، و هو ليس به.

إسحاق بن عمران: الكندس عروق نبات داخله أصفر و خارجه أسود، و شجرته فيما يقال شبيهة بالكنكر المسمي قنارية و هو الحرشف البستاني، أرقط، لون الورق بياض و خشرة، و المستعمل منه عروقه، و تجمع في يونيو.

### خواص العلاجات:

قطع البلغم و المرّة السوداء: بديغورس: خاصيته قطع البلغم و المرّة السوداء الغليظة و يحلل الرياح من الخياشيم.

مقدار الشربة منه ليتقياً به من دائق إلي أربعة دوانيق مسحوقا منخولا بحريرة صفيقة مدوفا بصفرة ثلاث بيضات و قد شويت شيئاً لم ينضح و فيها رقة مع ماء قد أغلي فيه عدس و شعير مرضوض مقشور مقدار نصف رطل فإنه يقيء قيناً جيداً.

تهيج العطش: إذا سحق و نفخ في الأنف هيج العطش.

تقييء الإنسان: إذا شرب منه مقدار ما ينبغي قياً الإنسان جيداً و ينزل البول و الحيضة.

الرازي في الحاوي: عن الكندس، كان أبو نصر لا يبصر القمر و لا الكواكب بالليل فاستعط بمثل عدسة كندس بدهن بنفسج فرأى الكواكب بعض الرؤية في أول ليلة و في الثانية برأ براء تاماً و جرّبه غيره و كان ذلك، و هو جيد للغشاء جداً.

إسحاق بن عمران: إذا كان الولد ميتاً في البطن لثلاثة أشهر أو أربعة و سحق الكندس و عجن بالعدل و اتخذت منه فتيلة و احتملته المرأة فإنها تلقيه و لا يستعط به في القيظ و لا في الصيف فإنه ينشف الرطوبة و يستعط به فيما سوي ذلك.

البهق: إذا عجن بالخل و طلي به البهق و تمودي عليه أزاله.

الحكة: إذا أغلي بالخل و ضرب بدهن ورد نفع من الحكة.

تنقية الدماغ: إذا سحق و صير في خرقة و اشتم عطس و نقي الدماغ و نبه المصروعين و المفلوجين و أعان بالعطاس علي دفع المشيمة.

التقيؤ: إذا شرب منه وزن ربع درهم أو نحوه بالسكنجيين و الماء الحار قياً بلغماً لزجاً.

البهق و البرص: ابن سينا: يجلو البهق و البرص و خصوصاً الأسود من البهق.

## خواص دهن البنفسج

### صفة صنعه:

أن يقطف من عيدانه و يرمي في طنجير فيه شيرج طري و يغلي فيه أو يشمس في شمس حارة أياما كثيرة حتي تخرج قوته في الشيرج ثم يعصر و يرمي بثقله و يرفع الدهن و يكون مقداره أربع أواقي من زهر البنفسج لكل رطل من الشيرج.

وقد يتخذة أهل العراق علي وجه آخر كما ذكره أمين الدولة ابن التلميذ و هو: أن يؤخذ سمسم مقشور مخلوع غير مقلو مجفف و يجعل في كيس كرباس جديد ساق سمسم و ساق زهر بنفسج منقي مقطوع الساق غير مبلول لا كثير التندية فيعفن و لا قليلها بل متوسط و يشد رأس الكيس و يغطي الكيس بخرقه كرباس و يترك ثلاثة أيام أو أربعة و يخرج و يبسط علي إزار كرباس في غرفة لا يقربه دخان البتة حتي يجف و يرمي عنه البنفسج يفعل ذلك به ثلاث مرات أو أربعة أو أكثر علي قدر ما يقيم البنفسج ثم يبسط و يجفف تجفيفا جيدا و يطحن و يستخرج دهنه و يجعل في إناء زجاج و كلما ركد في أسفل الإناء شيء روق إلي إناء آخر يفعل به ذلك مرارا عدة حتي يصفو.

### خواص العلاجات:

الجرب و الحرارة و الحرقاة: طلاء جيد للجرب و ينفع من الحرارة و الحرقاة التي تكون في الجسد. و ينفع الصداع الحار الكائن في الرأس سعوطا.

حرقة المثانة: إذا قطر الحديد منه في الإحليل سكن حرقته و سكن حرقة المثانة.

سعال الصبيان: إذا حل فيه شمع مقصور أبيض و دهن به صدور الصبيان نفعهم من السعال منفعه قوية. و ينتفع به من يبس الخياشم و انتشار شعر اللحية و الرأس و تقصفه و انتشار شعر الحاجبين دهنًا.

ضيق النفس: إذا تحسي منه علي الريق في حوض الحمام وزن درهمين بعد التعرق علي الريق نفع من ضيق النفس و تعاهد المستعمل منه في كل جمعة مرة واحدة.

صلابة المفاصل و العصب: ملين لصلابة المفاصل و العصب و يسهل حركة المفاصل و يحفظ صحة الأظفار طلاء و ينوم أصحاب السهر لا سيما ما عمل منه بحب القرع و اللوز و يعتاض عنه بدهن النيلوفر.

عن الحسن بن عليّ بن أبي عثمان سجادة، رفعه إليّ أبي عبد الله عليه السلام قال: إنّ الله رفع عن اليهود الجذام بأكلهم السلق وقلعهم العروق(1).

عن بعضهم رفعه إليّ أبي عبد الله عليه السلام قال: إنّ قوما من بني إسرائيل أصابهم البياض، فأوحى إليّ موسى عليه السلام أن مرهم أن يأكلوا لحم البقر بالسلق(2).

عن أبي الصباح الكنانيّ عن أبي عبد الله عليه السلام قال: مرق السلق(3) بلحم البقر يذهب البياض(4).

عن عبد الله بن سنان، قال: شكى رجل إليّ أبي عبد الله عليه السلام الوضع والبهق فقال: ادخل الحمّام واخلط الحنّاء بالنورة واطل بهما، فإنّك لا تعان بعد ذلك شيئا.

قال الرّجل: فو الله ما فعلته إلاّ مرة واحدة فعافاني الله منه، و ما عاد بعد ذلك(5).

عن شاذان بن الخليل عن ذريع، قال: جاء رجل إليّ أبي عبد الله عليه السلام فشكى

ص: 346

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 211. والمراد بقلع العروق إخراجها من اللحوم كما تفعله اليهود الآن.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 211 ح 2.

3- (3) السلق: مر شرح خواصها.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 211 ح 3.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 211 ح 4.



إليه أن بعض مواله أصابه الداء الخبيث(1)، فأمره أن يأخذ طين الحير(2) بماء المطر فأشربه، قال: ففعل ذلك فبريء(3).

وعنه عليه السلام أنه قال: ما من شيء أنفع للداء الخبيث من طين الحير. قلت: يا ابن رسول الله، وكيف نأخذه؟ قال: تشربه بماء المطر و تطلي به الموضع و الأثر فإنه نافع مجرب إن شاء الله تعالى(4).

عن إسحاق بن عمار، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: سعة الجنب و الشعر الذي يكون في الأنف أمان من الجذام(5).

وعنه عليه السلام أنه قال: تربة المدينة - مدينة رسول الله (ص) - تنفي الجذام(6).

ص: 347

1- (1) لعل المراد بالداء الخبيث الجذام أو البرص.

2- (2) طين الحير: طين حائر الحسين عليه السلام. و أكله مشكل إلا أن يحمل أيضا علي طين القير المقدس.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 212 ح 5.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 212 ح 7.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 212 ح 8.

6- (6) بحار الأنوار ج 59 ص 212-213 ح 3.

## ما هو الجذام؟:

الجدام من الأمراض المعدية التي سببت رعبا للبشرية علي مدى القرون المتطاولة. وذلك لما يحدثه الجذام في كثير من الأحيان من تشوهات في الجسم و بتر للأطراف و شلل في الأعصاب الطرفية.

و كان الأطباء في الأزمنة الغابرة لا- يفرّقون بين البرص (و هو مرض جلدي يفقد فيه الشخص لون الجلد، و هو ما يطلق عليه البهاق vitiligo . (و هو مرض غير خطير و غير معد)، و بين الجذام.

ففي سفر اللاويين من التوراة المحرّفة وصف للبرص (الجدام)، و كيف يمكن أن يميّزه الكاهن من البقع البيضاء التي قد تكون حزازا، أو ناتجة بعد الكي، أو بعد إصابة الجلد بقروح أو جروح.

و كثيرا ما كان يخطف الكاهن فيطلق علي هذه الإصابات الجلدية اسم «البرص» المقصود به الجذام و ينادي عليه نجس نجس. فيطرد المسكين من المجتمع و يعيش منبوذا طريدا.

و في سفر اللاويين الإصحاح 13 و الإصحاح 14 تفصيل للطقوس التي يقوم بها الكاهن لإعلان الإصابة بالجدام و لإعلان الشفاء منه و ذلك مقابل كبشين و نعجة و كمية من الدقيق و الزيت تقدم للكاهن. و في هذه الأثناء يذبح الكاهن عصفورا و يلطخ آخر بدم المذبوح، و يجعله يطير فوق المصاب بالجدام، ثم يذبح كبشا و يلطخ المصاب بدمه ثم بعد ذلك يعلن خلاصه من الجذام!!

و كان الجذام منتشرا في أوروبا خلال القرون الوسطي، ففي بداية القرن الثالث عشر الميلادي كان في أوروبا أكثر من تسعة عشر ألفا مستعمرة للمجذومين منها ألفي مستعمرة في فرنسا وحدها، و في إنجلترا تم إنشاء 720 مستشفى خلال القرون الثلاثة (الثاني عشر إلي الخامس عشر) كان منها 217 مستشفى للمجذومين. و في فرنسا كان في باريس 40 نزلا للمجذومين مقابل 40 مستشفى لغيرهم و ذلك في القرن الرابع عشر الميلادي (دائرة المعارف البريطانية الطبعة 15، 1982-695/8).

أما في العصر الحديث فقد انخفض عدد المصابين بالجدام في أوروبا انخفاضا كبيرا. و لا يزيد عدد المجذومين في بريطانيا عن 400 شخص و في الولايات المتحدة عن ألفي شخص. و معظم حالات الجذام الموجودة في العالم، و تقدر ب 15 مليون، هي في آسيا و بالذات في الهند، و في إفريقيا و بالذات في إفريقيا الاستوائية.

و سبب الجذام ميكروب عضوي يشبه ميكروب الدرن (ميكروباكتريم Mycobacterium

lepre) ، و يقبل صبغة زيل نيلسون و لا يمكن إزالة الصبغة بالكحول أو الأحماض و لذا يدعي: (Acid

(fast bacillus AFB)، ولا يمكن زرع ميكروب الجذام.

ولا تعرف بالضبط طرق العدوي، وإن كان من المؤكد أنها تتم عن طريق الأنف، حيث تتركز الميكروبات في الأنف. و تنقل عطسة واحدة من المريض بالجذام ذي الورم الجذامي ما يقارب 20 مليون ميكروب (كتاب مرك الطبي 1982 (الطبعة 14) ص 140-146، و مجلة ميديسن إنترناشيونال (Medecine Int 1981,1,(3):123-6).

وهذه هي أهم طرق العدوي بالجذام. أما المصافحة و الملامسة فهي ضئيلة الأثر في نقل العدوي. و خاصة إذا كان الجذام من النوع الدرني... و ينتقل الجذام أيضا عبر إفرازات اللبن من المرضع فتعدي رضيعها إلاّ إذا كانت مستمرة في العلاج، فلا- يؤثر ذلك لأن الميكروبات تختفي من اللبن بمواصلة التداوي.

## أنواع الجذام:

هناك نوعان رئيسيان من الجذام:

الأول: يدعي الجذام الدرني Tuberculoid leprosy . وفيه تكون المناعة و تفاعلاتها قوية و هي التي تسبب فقدان الأطراف. و من الصعب جدا العثور علي ميكروب الجذام في خزعة الجلد أو حتي خزعة الأنف أو عينه من إفرازات الأنف. و هذا النوع رغم خطورته علي المصاب قليل الأثر في العدوي.

و الثاني: يدعي الجذام ذا الورم الجذامي Lepromotous Leprosy أو الجذام الأسدي، لأن المصاب به يشبه وجهه وجه الأسد. و هذا النوع معدي شديد العدوي... و إفرازات الأنف تموج بملايين الميكروبات المسببة للجذام.

و هذا ما يفسر ما جاء في الحديث من إشارة «وفر من المجذوم فرارك من الأسد» (أخرجه البخاري في صحيحه). فهذا النوع من الجذام هو المعدي الشديد العدوي و الذي ينبغي أن يجتنبه الإنسان. و لعل المصاب بالجذام من وفد تقيف الذي لم يصفحه النبي و بعث إليه: إنّا قد بايعناك، كان من هذا القبيل.

و ما ورد في حديث الترمذي من أن النبي أكل مع المجذوم في قصعة واحدة و قال: «كل ثقة بالله و توكلأ عليه»، فيحمل علي أن المصاب ربما كان من المصابين بالجذام الدرني، القليل العدوي... و يحمل كذلك علي التوكل و الثقة بالله كما ذكر ابن القيم في مفتاح دار السعادة. هذا مع العلم بأن في سند الحديث المذكور شيئا من الضعف، و قد انتقده بعض أهل الجرح و التعديل.

عن محمد بن يحيى البايي و كان بابا للمفضّل بن عمر و كان المفضّل بابا لأبي عبد الله الصادق عليه السلام - قال محمد بن يحيى الأرمني: حدّثني محمد بن سنان السنانيّ الزاهري أبو عبد الله، قال: حدّثني المفضّل بن عمر، قال: حدّثني الصادق جعفر بن محمد عليهما السلام قال: هذا الدواء دواء محمد (ص) و هو شبيه بالدواء الذي أهده جبرئيل الروح الأمين إلي موسى بن عمران عليهما السلام إلا أنّ في هذا ما ليس في ذلك من العلاج و الزيادة و النقصان(1) و إنّما هذه الأدوية من وضع الأنبياء عليهم السلام و الحكماء من أوصياء الأنبياء، فإن زيد فيه أو نقص منه أو جعل فيه فضل حبة أو نقصان حبة مما وضعوه انتقص الأصل و فسد الدواء و لم ينجح، لأنهم متي خالفوهم خولف بهم.

فهو أن يأخذ من الثوم المقشّر أربعة أرتال و يصبّ عليه في الطنجير أربعة أرتال لبن بقر، و يوقد تحته و قودا ليّنا رقيقا حتي يشربه، ثم يصبّ عليه أربعة أرتال سمن بقر، فإذا شربه و نصج صبّ عليه أربعة أرتال عسل، ثم يوقد تحته و قودا رقيقا، ثم اطرح عليه وزن درهمين قرصا(2) ، ثم اضربه ضربا شديدا حتي ينعقد.

ص: 350

- 
- 1- (1) الزيادة و النقصان: أي المنع من زيادة المقادير و نقصانها فإنه في هذا الدواء أشد، أو زيد فيه بعض الأدوية و نقص بعضها.
- 2- (2) القرص: ابن البيطار في (جامعه): قال ابو قتيبة: القرص هو البابونج. و قال غيره: هو الأقحوان. و قال في القاموس: القرص - كرمان - : البابونج، و عشب ربعي، و الورس. و في -

فإذا انعقد ونضج واختلط به حوّلته و هو حار إلي يستوقه، و شددت رأسه و دفنته في شعير أو تراب طيب مدة أيام الصيف، فإذا جاء الشتاء أخذت منه كل غداة مثل الجوزة الكبيرة علي الريق، فهو دواء جامع لكل شيء دق أو جل، صغر أو كبر، و هو مجرب معروف عند المؤمنين(1).

عن حريز عن أبي عبد الله عليه السلام في دواء محمد (ص) قال: هو الدواء الذي لا يؤخذ لشيء من الأشياء إلا نفع صاحبه هو لما يشرب له من جميع العلل والأرواح، فاستعمله و علمه إخوانك المؤمنين، فإنّ لك بكل مؤمن ينتفع به عتق رقبة من النار(2).

الربو

عن المفضل قال: سألت أبا عبد الله عليه السلام قلت: يا ابن رسول الله، إنه يصيبني ربو شديد إذا مشيت حتي لربما جلست في مسافة ما بين داري و دارك في موضعين. قال:

يا مفضل، اشرب له أبوال اللقاح(3). قال: فشربت ذلك، فمسح الله دائي.

ص: 351

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ح 13.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 260 ح 14.

3- (3) قال الجوهرى: اللقاح - بالكسر - الإبل بأعيانها، الواحدة لقوح، و هي الحلوب. عن أنس (رض)، عنه: أن ناسا اجتوا [من الجوى، و هو الألم في الجوف] في المدينة، فأمرهم النبي (ص)، فبعث في طلبهم، فجيء بهم، فقطع أيديهم و أرجلهم، و سمر أعينهم. [البخاري/ 5361].

## خواص أبوال اللقاح و حليبها

لقد تبين أن حليب النوق يحتوي سكر اللبن Lactose ، و هو سكر له مفعول مدرّ للبول. كما يحوي خلاصات بعض الأعشاب العطرية كالإكليل و السعتر، التي ترعاها النوق. و هذه الخلاصات تنشط الكبد و تحرض علي خروج المواد الصفراوية من الحويصل الصفراوي. أما البول فيحوي إضافة لما سبق مادتين مدرّتين للبول هما Biliribine و Urobiline . و معلوم أن إعطاء المواد المدرة للبول، أمر أساسي في معالجة استسقاء البطن، بغية التخفيف من شدّته.

ويذكر الدكتور محمد فاضل وردة (في كتابه الإبل العربية): أن حليب النوق يستخدم في كثير من الصحاري في معالجة أمراض الكبد، و فقر الدم، و مرض السل، و مرض الشيخوخة. كما وجد أن حليب الإبل يحوي الكثير من المعادن و الفيتامينات الضرورية، لاستعادة المرضى قواهم و حيويتهم و نشاطهم.

## علاج مرض الربو

الكراث: الكراث إذا طبخ في الشعير نفع من الربو و أوجاع الصدر و السعال.

الفجل: الفجل إذا طبخ باللحم و أكل نفع من الربو.

التين اليابس: إذا شرب ماء طبيخه نفع الربو، و يابسه يفعل ذلك.

الحلبة: يؤخذ كيلو زبيب و نصف كيلو حلبة و يطبخان معا في قدر به ما يقارب لتر ماء حتي يطبخ و يصير كالمربي، و يوميا علي الريق تؤخذ ملعقة كبيرة يتبعها شرب مغلي الشمر كالشاي.

صفة دواء: الحبة السوداء مع المستكي التركي و عرق الحلاوة بمقادير متساوية قدر ملعقة تغلي كالشاي و يشرب يوميا.

السبانخ: يشرب كوب بعد الأكل من عصير السبانخ فإنه من أقوى الأدوية الغذائية للقضاء علي الربو، و ذلك لمدة شهر.

الزيتون: يؤخذ نوي الزيتون و يوضع علي جمر و يستنشق به صباحا فإنه يقضي علي الربو بإذن الله.

الغار: يؤخذ حب الغار و يطحن و يسف منه ملعقة صغيرة صباحا و مساء، يتبعها شرب كوب ماء بارد عليه ملعقة عسل و ليمونة بنزهير.

الزيفون: يؤخذ زهر الزيفون و يغلي كالشاي، و يشرب منه قدر كوب قبل النوم يوميا.

اللبلاب: يؤخذ ورق اللبلاب (نبات متسلق معروف) و يجفف في الظل ثم يفرك كالشاي، و يشرب كالشاي يوميا.

السندروس: يؤخذ من السندروس ملعقة صغيرة تغلي في قدر كوب ماء غليا جيدا، ثم تحلي بقليل من عسل النحل، و يشرب ذلك يوميا بعد الفطار.

المستكي التركي: تطحن المستكي التركي ثم تعجن في زيت و علي نار هادئة حتي تسخن، و بعد ذلك توضع علي ورق كتابة و توضع علي الصدر و الظهر و يلف حول الصدر مع الظهر ورق، و يكون قبل النوم كل ليلة، لمدة شهر.

ص:353

عن ابن سنان عن أبي عبد الله عليه السلام من أكل سبع تمرات عجوة عند مضجعه قتلن الدود في بطنه (1).

النمش

قال أبو عبد الله (ع): من ذرّ علي [أول] لقمة من طعامه الملح ذهب بنمش الوجه (2).

ص: 354

---

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 165 ح 3.

2- (2) فروع الكافي ج 6 ص 326-327 ح 8.



## الدودة الشريطية

بذر اليقطين (القرع): يؤخذ بذر اليقطين (القرع) قدر 50 غراما و تطحن جيدا أو تمزج في كوب من الحليب ويشرب مساء، وبعدها شربة خروج، و تكرر مرات إلي أن تخرج برأسها.

الأترج: قشر الأترج بالحليب يقتل ويفتك بالديدان بكل أشكالها حتي يخرجها من المعدة.

## للقضاء علي الديدان

صفة دواء: يؤخذ ورق التوت و مثله وزنا من سعف النخيل و ورق الخوخ كذلك، و يطبخ كل ذلك جيدا في ماء مع سبع حبات من التين، ثم يصفي في قارورة، و يشرب منه فنجان يوميا قبل النوم و في الصباح يشرب عسل نحل.

الملفوف: يعصر الملفوف (الكرنب) و ذلك بتقطيع بعض الأوراق قدر ما تستطيع قبوله، و يضرب في الخلاط مع قليل من الماء، و ممكن وضع قليل من الملح و البهارات، و يشرب كعصير الطماطم، و ذلك يكون مساء و في الصباح، تؤخذ علي الريق شربة خروج.

البابونج: ينقع البابونج (قدر فنجان صغير) في كوب ماء ساخن لمدة نصف ساعة ثم يضاف عليه ملعقة زيت زيتون و ليمونة بنزهير، و يشرب دفعة واحدة علي الريق، و لا يفطر حتي الغداء، فإن ذلك المشروب ينظف المعدة من كل الطفيليات بإذن الله.

المحلب: يؤخذ محلب قدر ثلاث ملاعق كبار و يطحن جيدا، ثم يعجن في كوب عسل و علي نار هادئة حتي يعقد، و يؤخذ ملعقة علي الريق يوميا.

الزعتر: يطحن فنجان من الزعتر و يعجن في برطمان عسل، و تؤخذ يوميا علي الريق ملعقة كبيرة حتي ينتهي، و يا حبذا في نهاية الجرعة شربة خروج.

الترمس: يؤخذ ترمس و هو جاف و يطحن قدر فنجان (قدر قبضة اليد) و يعجن في كوب عسل نحل، و تؤخذ منه ملعقة علي الريق يوميا ثلاثة أيام، بعدها تؤخذ شربة خروج لتطرد ما قتل.

الكزبرة: تناول التمر مع الكزبرة الناشفة علي الريق يأمن شر الديدان مطلقا.

الحمص: تناول الحمص المسلوق مع الخل علي الجوع (صباحا) يقتل ديدان البطن.

ملح الطعام مادة لا غني لجسم الإنسان و (الحيوان) عنه بالإضافة إلي أنه مادة محسنة لطعم الغذاء... فالإنسان القياسي (شاب وزنه حوالي 70 كيلو جرام) يتكون جسمه من 42 لتر ماء و حوالي 125 جرام ملح إلي جانب المواد الأخرى.

و الملح هو أساس تركيب الدم فيحتوي كل لتر بلازما علي 8 جرامات ملح (أي حوالي 3 جرامات صوديوم)، و كذلك فإن السوائل الموجودة بين الخلايا (السوائل خارج الخلايا) تحتوي علي نسبة من الملح الموجود في الدم (8 جرامات أو 3 جرامات صوديوم لكل لتر) في حين تحتوي السوائل داخل الخلايا أساسا علي البوتاسيوم و ليس الصوديوم، و لها أهمية كبيرة في حفظ توازن الخلايا و علي التوازن «الاسموزي» داخل و خارج الخلايا، و تقدر كمية السوائل داخل الخلايا ب 30 لترا و خارج الخلايا ب 10-15 لترا في الإنسان القياسي و يحافظ الجسم باستمرار علي تركيز الأملاح في سوائل الجسم المختلفة و في داخل الخلايا و ذلك عن طريق تحكمه في كميات الملح التي يتخلص منها الجسم يوميا خلال البول و البراز و العرق و في نفس الوقت يلعب الماء ككمون للغذاء و ككمون لإفرازات الجسم دورا هاما في محافظة سوائل الجسم علي تركيبها دون تغيير و يتم هذا التحكم داخل الجسم عن طريق الهرمونات التي تحدد الكميات التي يجب علي الجسم التخلص منها إلي جانب إحداث شعور بالعطش لو زاد تركيز الملح في الدم و إحداث شعور بالرغبة في أكل الأغذية الملحية في حالة قلة الملح في الدم و يتحكم في ذلك الجهاز العصبي.

و التخلص من الماء و الملح الزائد عن الجسم هو أساسا وظيفة الكليتين حيث يمر يوميا بهما 2000 لتر دم و منه يتم ترشيح 180 لتر سائل (يحتوي علي نفس تركيز الملح الموجود في السوائل الخارجية للخلايا) و بالطبع لا يتخلص الجسم من كل هذه الكمية من السوائل في اليوم و إلا احتاج الإنسان إلي أخذ 1,5 كيلو جرام ملح و كميات هائلة من الماء يوميا... و الذي يحدث أن الكليتين تقومان بامتصاص الملح (إلي جانب عناصر أخرى مثل البوتاسيوم و الكالسيوم) مرة أخرى و بذلك يحصل الجسم مرة أخرى علي 97-99% من الملح و الكميات المناسبة في الماء، و يخرج مع البول كميات قليلة من الماء تحتوي علي كل المواد التي يريد الجسم التخلص منها، و تقوم بكل هذه التنظيمات هرمونات تفرز في غدد في وسط المخ و غدد جوار الكليتين، و للملح أهمية أخرى عظيمة و هي نقل الإحساس خلال الأعصاب و ذلك بتبادله مع عنصر البوتاسيوم، و لعل الأهمية الكبرى للملح بالنسبة للإنسان هي الطعم... فالإنسان لا يأكل لكي يمد جسمه بالبروتين أو الفيتامينات أو الأملاح المعدنية... و لكنه يأكل طعم الغذاء ليشبع عنده رغبات و يشعر بالسعادة.

و الكمية التي يحتاجها الإنسان يوميا من الملح تتراوح بين 3-5 جرامات ملح للفرد البالغ في اليوم، و تتوقف الكمية علي كمية العمل اليومي و درجة حرارة الجو... لذا فإنه عمليا يجب أن تقدر الكمية المطلوبة من الملح علي أساس كمية الماء التي يفقدها الإنسان يوميا زيادة علي المعدل الطبيعي، و تتراوح هذه النسبة بين 2-7 جرامات ملح لكل لتر ماء يفقد يوميا زيادة عن المعدل الطبيعي، و عموما يمكن القول إن أقل كمية يجب أن يتناولها الإنسان من الملح هي 2,8 جرام في اليوم، و أقل من ذلك يسبب ظهور أعراض نقص الملح حيث الكميات السابق ذكرها من الملح في الغذاء تعني الملح الكلي للوجبات و ليس فقط الملح المضاف لها حيث الملح موجود طبيعيا في كل الأغذية فمثلا الخبز يعطي الانسان أكثر من 50% من كمية الملح التي يأخذها يوميا حيث الخبز هو الغذاء الأساسي في مصر و معظم بلاد العالم.

### حالات نقص الملح:

هناك قاعدة وضعها أحد علماء الألمان هي أن 3 جرامات ملح في اليوم للإنسان هي الكمية المطلوبة و 30 جرام ملح في اليوم للإنسان ضار جدا بالجسم علي المدى الطويل و 300 جرام ملح دفعة واحدة تعتبر جرعة قاتلة للإنسان و نقص الملح في الجسم له سببان هما:

1 - قلة كمية الملح في الغذاء... و هذا غير وارد في معظم بلاد العالم.

2 - زيادة الفقد من الملح من خلال الكليتين و الأمعاء و الجلد و أعراض نقص الملح باختصار هي:

أ - الشعور بالضعف و التعب و الدوخة و الصداع و تصلب العضلات.

ب - تبدأ زيادة تركيز الدم (لأنخفاض نسبة الماء به).

ج) تزداد نسبة اليوريا في البول.

و بإعطاء الإنسان في هذه الحالات ملحاً في الغذاء تختفي هذه الأعراض بسرعة.

و أعراض نقص الملح نتيجة لزيادة فقده من الجسم يحدث في الحالات الآتية:

أ - زيادة المجهود العضلي في الصيف حيث يفقد الإنسان كمية كبيرة من الملح مع العرق.

ب - فقد الملح في حالات الإسهال الحادة (ما يعرف في مصر بأمراض الصيف التي تصل إلي حد الجفاف للأطفال).

و للتغلب علي ذلك يتعاطي الإنسان كمية كبيرة من السوائل المحتوية علي ملح الطعام، و المعروف في مصر أن العمال الذين يقومون بأعمال شاقة في الصيف (عمال البناء مثلا) يفضلون

أكل الأغذية العالية في نسبة الملح و يواظبون علي شرب الشاي طوال اليوم و تقدر كمية الملح اللازمة لمثل هذه الظروف بحوالي 10 جرامات ملح للفرد في اليوم.

و ما هو جدير بالذكر أن «محلول معالجة الجفاف» الذي لاقى في مصر نجاحا كبيرا لعلاج حالات إسهال الصيف عند الأطفال هو عبارة عن محلول يحتوي علي الأملاح و العناصر التي تعوض ما يفقده الطفل من ماء و أملاح نتيجة الإسهال.

### حالات زيادة الملح:

إرتفاع نسبة الملح في الغذاء مشكلة تواجه جميع الشعوب الآن... و هناك عديد من الدراسات عن علاقة نسبة الملح في الغذاء اليومي و أمراض ارتفاع ضغط الدم و تصلب الشرايين و الصداع المزمن و غير ذلك...

### و تشمل حالات زيادة الملح علي ما يلي:

1 - زيادة نسبة الملح في الغذاء اليومي عن 30 جرام ملح (سواء ملح طبيعي في الغذاء + ملح مضاف إليه في صورة ملح) للفرد يوميا يعتبر عبئا كبيرا علي الجسم و علي الكليتين و يسبب علي المدى الطويل أضرار صحية.

2 - يمكن للإنسان البالغ تعاطي 20-30 جرام ملح مرة واحدة و لا يحدث ارتفاع في درجة الحرارة (بعكس الأطفال يحدث لهم ارتفاع في الحرارة بكمية أقل من ذلك) و لكن سوف يحدث غالبا قيء و إسهال لأن الملح يثير الغشاء المخاطي في المعدة و الأمعاء، و القيء و الإسهال هما تفاعل الجسم مع المادة الغير مرغوبة و محاولة طردها قبل امتصاصها.

### الملح في الطب القديم

قلع اللحم الزائد في القروح: ديسقوريدوس: قوّته قابضة تجلو و تنقي و تحلل و تقلع اللحم الزائد في القروح. و تمنع القروح الخبيثة من الانتشار.

قلع اللحم النابت في العين: يقلع اللحم النابت في العين و يذهب الظفرة و يصلح للحقن.

الإعياء و الحكة و الجرب: إذا خلط بالزيت و الخل و تلتخ به أذهب الإعياء و الحكة و الجرب.

و إذا خلط بالزيت و الخل و تلتخ به بقرب النار إلي أن يعرق نفع الحكة و الجرب المتقرح و غيره و الجذام و القوابي.

الأورام البلغمية: هو صالح للأورام البلغمية العارضة لمن به استسقاء.

تسكين الوجع: إذا تكمد به سكن الوجع.

تسكين الخناق: إذا خلط بالخل و العسل و الزيت و تحنك به سكن الخناق.

ورم اللهاة و النغانغ: إذا خلط بالعسل نفع من ورم اللهاة و النغانغ.

الآكلة و القلاع و اللثة المسترخية: قد يضمده به مع الشعير المحرق و العسل للآكلة و القلاع و اللثة المسترخية.

لدعة العقرب: يضمده به مع بزر الكتان للذعة العقرب.

نهشة الأفعى: مع فودنج الجبل و الزوفا لنهشة الأفعى الذكر. و مع الزفت و القطران أو العسل لنهش الأفعى و الحية التي يقال لها فرسطس و هي التي لها قرنان.

سم أم أربعة و أربعين: مع الخل و العسل لمضرة سم الحيوان الذي يقال له أم أربعة و أربعين و لدع الزنابير.

البثور في الرأس: مع شحم العجل للبثور التي يقال لها سورداقيا إذا خرجت في الرأس و اللحم الزائد في ظاهر البدن الذي يقال له يوميا.

إنضاج الأورام البلغمية: إذا خلط بفودنج الجبل و خمر أنضج الأورام البلغمية العارضة في الأنثيين. و إذا تضمده به مع الزيت و العسل نفع لتحليل الدماميل.

نهشة التمساح: قد ينفع من نهشة التمساح الذي يكون بنيل مصر.

نهشة بعض الهوام: إذا سحق و صرّ في خرقة كتان و غمس في خل حاذق و ضرب به ضربا رقيقا و وضع علي العضو المنهوش من بعض الهوام نفع من النهشة.

كمنة الدم تحت العين: إذا استعمل بالعسل نفع من كمنة الدم الذي تحت العين.

مضرة الأفيون و الفطر القتال: قد ينفع من مضرة الأفيون و الفطر القتال إذا شرب بسكنجبين.

و إذا خلط بالعسل و الدقيق نفع التواء العصب.

حرق النار: إذا خلط بالزيت و وضع علي حرق النار لم يدعه يتلفظ و قد يوضع علي النقرس كذلك فينفعه. و يستعمل بالخل لوجع الأذن.

منع الحمرة و النملة من الانتشار: إذا تضمده به مع الخل و لطخ به مع الزوفا منع الحمرة و النملة

من الانتشار في البدن.

الإسهال والقيء و تحليل الأورام: يعين علي الإسهال والقيء و يحلل الأورام و يقلع البلغم اللزج من المعدة و الصدر و يغسل المعاو و يهيج القيء و يعين علي قلع السوداء و البلغم اللزج من أقاصي البدن.

تهيج الشهوة: الرازي في المنصوري: يذهب بوخامة الطيخ و يهيج الشهوة و يحدها و الإكثار منه محرق للدم و يضعف البصر و يقلل المنى و يورث الحكمة و الجرب.

سريان العفونة إلي البدن: قال في دفع مضار الأغذية: يعين علي هضم الطعام و ينفع من سريان العفونة إلي البدن و يذهب بوخامة الدسم و يوافق أصحاب الأبدان الكثيرة الرطوبة و يضر النحفاء.

إسهال البلغم و السوداء: الملح الأسود الذي ليس سواده شديدا و لا له رائحة النفط فحار في الثانية يسهل البلغم و السوداء و النفطي يسهل الماء و السوداء و البلغم العفن.

إسهال الماء الأصفر و طرد الرياح: الخوز: الملح الهندي يسهل الماء الأصفر و يطرد الرياح و يلين الصدر و البطن و يذهب البلغم و يحد الفؤاد و ينفع من وجعه و يشهي الطعام و يذهب بصفرة الوجه.

إحداد الدهن: الأندرائي يحد الدهن و المر إذا سحق بشيء من صمغ الزيتون و حشي به الجرح الطري من ساعته أحمه.

سيلان الدم: إذا حل الملح بالخل و تمضمض به قطع سيلان الدم المنبعث من اللثات و المنبعث أيضا بعد قلع الضرس. و إذا سخنا و أمسكا في الفم نفعنا من وجع الضرس.

تنقية الدماغ: إذا تغرغر بهما جلبا بلغما و خما و نقيا الدماغ و ورم النغانغ.

الأواكل و النملة الساعية و بثور الأعضاء: إذا غسل بالملح و الخل كل يوم الأواكل و النملة الساعية و بثور الأعضاء و تمودي علي ذلك أبرأها.

النزلات: إذا خلط الأندرائي مع الصبر و وضع علي الدماغ نفع من النزلات.

الفسخ و الوثي و الرض: إذا سحق و سخن و وضع علي الفسخ و الوثي، و الرض في أول حدوثها بعد أن يدهن الموضع بزيت أو عسل و يعصب عليه زال وجعها.

الورم الرخو و تهيج الأطراف: إذا حل في خل و صابون نفع من الورم الرخو و من تهيج الأطراف إذا كمدت بهما حارين.

فتح السدد: إذا حل في شراب السكنجبين أو شرب بالماء وحده فتح السدد حيث كانت و قلع البلغم اللزج و يؤخذ من درهمين إلي نحوهما.

عن محمد بن خالد، عن الحلبي، قال: قال أبو عبد الله عليه السلام: ما وجدنا لوجع الحلق مثل حسو (1) اللبن (2).

السعال

عن ابن أذينة: قال: شكى رجل إلي أبي عبد الله عليه السلام السعال وأنا حاضر، فقال له: خذ في راحتك شيئاً من كاشم (3)، و مثله من سكر فاستقه يوماً أو يومين. قال ابن أذينة، فلقيت الرجل بعد ذلك فقال: ما فعلته إلا مرة حتى ذهب (4).

وجع القلب

عن أبي بصير، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: كلوا الكمثري (5)، فإنه يجلو القلب، ويسكن أوجاع الجوف بإذن الله تعالى (6).

ص: 361

1- (1) مر شرحها.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 182 ح 4.

3- (3) الكاشم: مر شرحها.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 182 ح 3.

5- (5) الكمثري: مر شرحها.

6- (6) فروع الكافي ج 6 ص 358 ج 1، باب الكمثري.

تسكين استطلاق البطن: إذا أخذ علي الصفة التي سنذكرها سكن استطلاق البطن المفرط وقطع اختلاف الأشياء الزجة الدمية.

وصفته: أن يؤخذ من الحجارة الملس التي تكون في مقدار ملء الكلف الصم التي لا- تعلقها حرارة النار في أول لقائها له و تنظف مما يعلوها الأرضية و تطرح في النار حتي تحمي و يجعل اللبن في إناء و تؤخذ هذه الحجارة بالكبتين و تطرح في اللبن ثم تطبخ اللبن طبخا ينقص فيه مائته و ينزل عن النار و يستعمل، و أما نحن فقد استعملنا مكان هذه الحجارة الحديد المستدير النقي من الصدأ فوجدناه أجود منها لقبضه اليسير.

الرمد في العين: جميع الألبان نافعة للرمد في العين الكائن عن النوازل الحارة و ربما جعلناه علي الأجفان إذا كان المريض يريد النوم.

إن صيرنا معه دهن ورد و شيئا من بياض البيض و جعلناه علي الأجفان الورمة نفعها.

و ينبغي أن يكون اللبن الذي يستعمل في هذه طريا كما حلب.

الأرحام ذوات القروح: كثيرا ما تحقن به الأرحام ذوات القروح إما وحده أو مخلوطا بأدويتها الموافقة لها.

القروح في المعدة: ينفع القروح في المعدة إذا حدثت عن خلط حار لذاع انصب إلي ذلك الموضع، و كذا ينفع من البواسير و قروح المعدة و الأنثيين من خلط حاد لذاع.

أورام اللوزتين و اللهاة: إذا تمضمض به من كان في فمه قروح نفعها و ينفع من أورام اللوزتين و اللهاة.

عقل البطن: كل لبن إذا طبخ عقل البطن و خاصة إذا نشف ماؤها بحصي محمي أو حديد.

القروح الباطنة: قد ينفع من القروح الباطنة و خاصة التي في الحلق و قصبه الرئة و الأمعاء و الكلي و المثانة و من حكة الجلد و من الشري و الحصف و البثر و فساد الجسد بالكيموسات الرديئة.

قد يستعمل اللبن الحليب مخلوطا بعسل فيه شيء يسير من الماء و الملح.

إذا غلي غلية واحدة ذهب نفعته.



إسهال البطن وقرحة الأمعاء: إذا طبخ بالحصى المحمي إلي أن يصير إلي النصف نفع من إسهال البطن و من قرحة الأمعاء.

تسكين الزحير و لذع الأمعاء: لبن البقر و المعز و الضأن إذا طبخت بالحصا المحمي قطعت الإسهال العارض من قروح الأمعاء و يسكن الزحير و قد يحتقن به وحده أو بماء الشعير أو بماء الصنف من الحنطة التي يقال لها حندروس فيسكن لذع الأمعاء.

لذع المعدة وقرحة الرئة: إذا سقي من لبن النساء شفي لذع المعدة وقرحة الرئة و نفع من سقي الأرنب البحري.

قرحة العين و النقرس: قد يقطر في العين التي قد عرض لها طرفة أو قرحة. و إذا خلط به عصارة الخشخاش الأسود و موم بزيت عذب و لطح علي النقرس نفع منه.

يزيد في النطفة: أطرا الهندي: اللبن يزيد في النطفة و يحفظ الحياة و يغذي كالجبين و يزيد في الحفظ و يذهب الإعياء و من مرض من كثرة الجماع و اليرقان و هو ترياق للسموم و يصفى اللون و يكثر لبن المرأة و يسكن العطش و يدر البول.

السعال و نفث الدم: اليهودي: لبن المعز يستحيل إلي لبن جيد نافع من السعال و نفث الدم و نحول الجسم.

الحمي العتيقة: الطبري: عن بعض كتب الهند أنه جيد للحمي العتيقة و استطلاق البطن لأن المعز كثير المشي قليل الشرب و ترعي ما كان مرا خفيفا. و يدر البول.

السعال و الربو: اليهودي: لبن الضأن جيد للسعال و الربو و يصفى اللون جدا و يكسب اللحم و يزيد في الدماغ و النخاع و الباه.

إدرار الحويض: لبن الرماك مدر للحويض المنقطع من قبل الحرارة و اليبس مفتوح لأورام الرحم شربا.

تنقية الرحم من القروح: الطبري: إذا حقنت المرأة بلبن الرماك و هو حار نقي الرحم من القروح.

تليين الصدر و البطن: الرازي في كتاب الشراب: أما لبن الرماك فيشبهه أن يكون أسخن من ألبان المواشي و شاهدت خلقا من الترك زعموا أنهم كانوا يشربون منه و يسكرون و ليس ينبغي أن يظن به أنه مثل الشراب في أفعاله لكنه يحط الطعام و يلين الصدر و البطن علي حال.

شد اللثة و الأسنان: ديسقوريدوس: لبن الأتن خاصة إذا تمضمض به شد اللثة و الأسنان.

عسر البول و اللهب و اشتعال القلب و الرئة: الطبري: هو نافع من عسر البول و اللهب و اشتعال القلب و الرئة جيد لقروح الرئة نافع لكل أمراض الصدر جيد لقروح المثانة و مجاري للثول و يسقي منه ثلاث أواق بالغداة أو أكثر أو أقل علي قدر المصلحة.

الأدوية القتالة و الدوسنطاريا: الطبري: إن شرب لبن الأتن نفع من الأدوية القتالة و من الدوسنطاريا و من الزحير. و إذا حقنت به المرأة نفع من قروح الرحم.

الماء الأصفر و البهر و ضيق النفس: اليهودي: لبن اللقاح نافع من الماء الأصفر و البهر و ضيق النفس و يفتح السدد و يطري الكبد و يقوي الجسم و الأجود أن يسقي للمستسقي مع بولها و يسقي لتصفية ألوان النساء.

البواسير و الاستسقاء: الطبري: في لبن اللقاح حرارة و ملوحة و له خفة و ينفع من البواسير و الاستسقاء و الدبيلة و تهيج شهوة الغذاء و الجماع.

حرارة الكبد: الرازي في الحاوي: قال بعض الأطباء لبن اللقاح ينفع من حرارة الكبد و يسها نفعاً بليغاً و يسقي منه من رطل إلي رطلين حليبا بخمسة دراهم من سكر العشر فينفع من الاستسقاء الحاد.

فتح سدد الكبد: ابن ماسويه: يفتح السدد المتولدة في الكبد من الورم الصلب.

الاستسقاء الزقي و الطبلي: حنين: لبن اللقاح نافع من نوعي الاستسقاء الزقي و الطبلي و يحلل الغلظ الكائن في الكبد و ينفع الأورام الجاسية.

ينبغي أن يجعل دستور يعمد في سقي اللبن في الاستسقاء أن لا يسقي اللبن في الاستسقاء و لا في الأورام التي يؤول أمرها إلي الاستسقاء إلا بعد استحكام الماء فإنك إذا فعلت ذلك لم يسهل اللبن من الماء شيئاً بل يسهله ما يحل قواه عند خروجه و هذا شيء عرفناه بالتجربة، فإذا استحكم الماء فاسقه اللبن ما لم تكن به حمي و آخر من جربنا عليه هذه القضية البوشنجالي فإني لم أسقه.

السعال من أكثر الأمراض شيوعاً بين الناس، وهو عرض يخص ذات الرئة، وقد جاءت وصفات كثيرة لعلاج السعال وهي:

يؤخذ الدبس و الدبس هو عصير العنب بعد أن يغلي عدة مرات وفي كل مرة يزال عنه ما يتكون من رغوّة و فضلات و ذلك حتى يذهب ثلثاه و لا يبقى إلا الثلث، هذا الدبس إذا مزج مع التين و الحلبة فإنه جيد و شاف لأوجاع الصدر و السعال إذا داوم المريض علي أكله.

و إذا عقد ماء الحلبة مع عسل النحل و شرب من المزيج فإنه يشفي السعال، و المقصود بماء الحلبة أي مغليّ الحلبة، كذلك إذا خلط الخردل مع عسل النحل فإنه يشفي السعال المزمن و الربو و أوجاع الصدر.

يؤخذ اللوز بعد سحقه مع مثل وزنه من السكر و نصف وزنه من الزبيب اليابس بعد سحقه و يوضع الخليط كله علي النار مع قليل من الماء ثم يؤخذ شرباً أو أكلاً فإنه يقطع السعال المزمن.

إذا مزجت عصارة البطيخ مع الزنجبيل و عسل النحل و وضع الكل علي النار لقليل من الوقت ثم استعمل فإنه يشفي من السعال، كذلك إذا هرس التمر (البلح) مع الحلبة علي النار قليلاً ثم داوم المريض علي أكله فإنه يقطع البلغم.

و إذا هرس أوراق الجميز و أطرافه الغضة و ثمرته جيداً ثم وضعته علي النار حتى تتهري مع قليل من الماء و صفيت بعد ذلك و وضع عليها السكر حتى تصبح مقبولة الطعم و تستخدم بعد ذلك أكلاً لمن يشكو السعال المزمن و الربو و عسر التنفس كما أن هذه الوصفة تنقي الصوت.

و مما يفيد في علاج السعال و يذهب البلغم و صفة «جوارش الكمون» و طريقة صنعها، أن يؤخذ الكمون بعد تقعه في النخل لفترة كافية ثم يجفف الكمون بعد ذلك و يضاف إليه زنجبيل و فلفل مسحوق و بورق و يخلط المزيج جيداً ثم يعجن بثلاثة أمثاله عسل نحل، علماً بأن نسبة الزنجبيل المضاف تبلغ عشرة أجزاء بينما الفلفل ثلاثة أجزاء و البورق جزء واحد، بعد تحضير الوصفة يشرب منها المريض من أربعة إلى سبعة مرات في اليوم.

يؤخذ تين وزبيب من كل أوقيتان ثم يسحقان معا ويضاف إليه أوقية من الشبث و ينسون و عرق سوس و يمزج الجميع جيدا و يستخدمه المصاب بالسعال... أما من يشكو الربو فيضيف إلي المزيج السابق الحلبة...

و إذا وضع الزبيب و الينسون علي النار مع قليل من الماء و ترك حتي يتهري ثم شرب ماؤه بعد ذلك مع اللوز سكن السعال... كذلك فإن مضغ شمع العسل يفيد في علاج أوجاع الصدر و السعال...

يشرب مغلي أوراق اللبلاب المتسلق لمعالجة السعال المزمن و يعد المغليّ بغلي 1-2 جرام من الأوراق لكل فنجان من الماء الساخن و لا يجب تجاوز هذا المقدار من الأوراق و بعد إعداد المغليّ يشرب منه 1-2 فنجان في اليوم...

يستخدم مغليّ العرقسوس لمعالجة السعال خاصة المصحوب بفقدان الصوت (بحة) و يعمل المغليّ أو المستحلب بغلي ملعقة صغيرة من العرقسوس لكل فنجان من الماء و يشرب منه و هو ساخن فنجان واحد مرتين في اليوم...

يستخدم عصير الجزر بعد تحليته بالسكر لمعالجة السعال عند الأطفال...

إذا دقت الحلبة مع حبة البركة و المستكي و لبان الذكر ثم وضع الجميع علي نار هادئة لمدة زمنية قصيرة، ثم خلط المزيج بعسل النحل و استعمل علي الريق في الصباح فإنه يقطع السعال...

إذا مزجت أوراق النعناع بالخل أو شربت عصارة النعناع مع الخل فإنه يفيد في قطع السعال خاصة السعال المصحوب بدماء...

تؤخذ ست تمرات أو عشرة و ينزع نواها و إن لم يوجد تمر فأربع تينات أو نصف أوقية من الزبيب و توضع في رطلين من الماء و تغلي علي النار ثم تصفي و تحلي بالسكر أو عسل النحل...

و يستخدم هذا المغليّ لمعالجة الأمراض الصدرية المصحوبة بالسعال...

### أما ما يقوله الطب الحديث:

السعال أو الكحة يكاد يعرفه كل إنسان، فهو من الأعراض الشائعة بين بني البشر و هو من الأعراض التي تلفت النظر و تزعج بل و تقلق البال، و ذلك راجع لتعدد الأسباب و الأمراض التي تؤدي إلي السعال، و لا شك أن السعال أيضا طريقة من طرق نقل العدوي لأمراض الجهاز التنفسي و أمراض

الحلق و الزكام و الأنفلونزا لذلك و جب علي كل من يصاب بالسعال أن يضع منديلا علي الفم أثناء السعال و أن يدير رأسه بعيدا عن وجوه محدثيه حرصا منه علي عدم نشر الرذاذ و العدوي بين الناس و كما نحب للناس أن يضعوا منديلا علي الفم عند ما يسعلون نطلب أيضا أن يتجنبوا البصق علي الأرض و علي الأخص في السيارات و المصاعد حيث إن هذه الأماكن المغلقة فرصة سانحة لانتشار العدوي.

و يوحى السعال إلي الناس أنه ناشيء من مرض بالجهاز التنفسي كالحنجرة أو القصبة الهوائية أو الشعب الهوائية أو الرئة ذاتها و ينسون أن للسعال أسبابا أخرى خارج الجهاز التنفسي، فقد يكون السعال بسبب بسيط كزيادة طول اللهاة في الحلق، أو يكون راجع لأسباب أخرى أخطر قليلا مثل مرض القلب الذي يسبب احتقان الرئتين و بذلك يسبب سعالا قد يكون عنيفا و قد يطرد النوم عن جفني المريض، و قد يكون بسبب ضيق صمام القلب المترالي نتيجة للإصابة بالروماتيزم إذ يسبب تضخم الأذين الأيسر الذي يضغط علي الشعب الرئوية فيسبب سعالا متكررا، و قد يكون السعال بسبب مرض داخل البطن كوجود ورم ضاغط علي الحجاب الحاجز يتسبب عنه السعال إلي غير ذلك من أورام الأوعية الدموية و تمددها و أورام الغدد اللمفاوية التي تضغط في الصدر أو البطن علي أجزاء من الجهاز التنفسي فتسبب السعال.

و يوجد مركز في الجسم المستطيل بالمخ يهيمن علي ميكانيكية السعال و ترسل له الإشارات من داخل الجهاز التنفسي و من خارجه أيضا، و تختلف المؤثرات المسببة للسعال اختلافا كبيرا فقد تكون المؤثرات التهابية كما يحدث في التهاب الحلق و اللوزتين و احتقان القصبة الهوائية و النزلات الشعبية كما قد تكون المؤثرات ميكانيكية كاستنشاق التراب و الدخان و الأجسام الغريبة التي قد تكون مختلطة بالهواء الذي نستنشقه كما يحدث في المصانع و محالج القطن، و من العوامل الشائعة استنشاق دخان السجائر و قد يؤدي التدخين إلي التهاب مزمن في الحنجرة و الحلق و القصبة الهوائية و الشعب الرئوية فيسبب ذلك سعالا مزمن يحدث في غير وقت التدخين... و قد يسبب استنشاق إفرازات الحلق و الأنف أو ذرات الطعام أثناء الأكل سعالا حارا قد يصحبه شهيق مزعج و هذا ما يسميه العامة (بالشرقة).

و من المؤثرات الميكانيكية أيضا ضغط الأورام و الغدد و غيرها علي أجزاء الجهاز التنفسي - كما سبق أن ذكرنا - و يدخل في ذلك الأورام الرئوية و تجمع السائل في البللورا - الغشاء الذي يغطي الرئتين - ضاغطا علي الرئة و السل الرئوي (الدرن).

و هناك مؤثرات كيميائية تسبب السعال كاستنشاق بعض الغازات السامة المستخدمة في الصناعة مثل الكلورين و البرومين و الفوسجين و أبخرة المواد الطبية كاليود و الأحماض... و من ذلك نري أن دهن صدر المصاب بالسعال بمادة اليود - كما يفعل البعض - قد يزيد من حدة السعال و لا يشفيه.

و هناك المؤثرات الحرارية و لها أيضا أهميتها في إحداث السعال فاستنشاق الهواء الساخن أو البارد يؤدي إلي السعال، و الآن نتساءل عن ماهية الأمراض التي تسبب السعال، و الحقيقة ان القائمة طويلة جدا و هي تشمل التهاب الحلق، التهاب الحنجرة، التهاب القصبة الهوائية، النزلة الشعبية، تمدد الشعب، السل الرئوي (الدرن)، الالتهاب الرئوي، خراج الرئة، غنغرينا الرئة، الإصابة الطفيلية بالرئة، السعال الديكي، التهاب البللورا، الصديد الصدري، أمراض القلب، احتقان الرئة نتيجة ضعف القلب، تمدد الأورطي، الأجسام الغريبة بالرئة، الأورام الصدرية، الربو، استنشاق المواد الكيميائية و الأبخرة.

### علاج الخفقان و الرجفة

العنبر و الحليب: قطرات من العنبر علي الحليب المحلي بالعدل قبل النوم مقو للقلب و الأعصاب.

### علاج اضطراب القلب و ضعفه

صفة دواء: يؤخذ ملعقة صغيرة مستكي تركي و ثلاثة ملاعق حبة سوداء و يطحن ذلك، ثم يعجن في عسل، و يؤخذ ملعقة علي الريق يوميا.

الملفوف: تأخذ الكرنب و تطبخه حتي يصير كله ماء، و تطبخه في الخل الحاذق، و يفطر عليه سبعة أيام، نافع للقلب.

الشبث (الفيجن): تأخذ الفيجن و تطبخه و تصفي ماءه و تقطر عليه.

عن النصر، عن ميسّر، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: إنّ رجلاً قال له: يا ابن رسول الله إنّ لي جارية يكثر فزعها في المنام، وربّما اشتدّ بها الحال، فلا تهدأ وأخذها خدر في عضدها وقد رأها بعض من يعالج فقال: إنّ بها مس من أهل الأرض، وليس يمكن علاجها فقال عليه السلام: برّدها بالفصد(1)، وخذ لها ماء الشبث المطبوخ بالعسل، ويسيقي ثلاثة أيّام، قال: ففعلت ذلك فعوفيت بإذن الله عزّ وجلّ (2).

ص: 369

---

1- (1) الفصد: شق العرق. (المنجد). يتم الفصد بواسطة إبراة واسعة الفتحة، ويؤخذ الدم من الوريد مباشرة وتتراوح كمية الدم المفصود بين 300-500 سم ويجب أن يتم هذا بأسرع ما يمكن، وفي حالات ازدياد عدد كرات الدم الأولي يفصد نصف لتر مرتين أسبوعياً حتى يعود معدل الدم إلي نسبته الطبيعية، ثم يكرر مرة كل شهر بعد ذلك. أما في حالات الاحتقان الرئوي فإن الفصد يستخدم لتقليل حجم الدم في الدورة الدموية، ولتعليل نسبة اللزوجة الخاصة به.

2- (2) بحار الأنوار ج 73 ص 190 ح 20.

### شرح الماهية:

[لم يصف ابن البيطار هذا النبات و لم يذكر شيئاً عن ماهيته، واقتصر علي ما نقله عن منافعهِ الدوائية، الشبث نوع من البقل من ذوي الجسم - كما قال الغساني في «حديقة الأزهار»، و منه صنفان متقاربان و لا يفترقان إلا بالبزر، أحدهما عدسي الشكل و الآخر كبزر الفقاح، له ورق مهدب طويل الهدب منبسط، خضرته إلي الغبرة، و له ساق ملساء مجوّفة و أغصان رقاق قصار في أطرافها إكليل كأنه جسم عليها زهر أصفر يخلفه بزر دقيق بين الصفرة و السواد، و له عرق أبيض غائر في الأرض، و هو من خضار الربيع يطبخ بالحليب، يعرف في المغرب باسم أسليلي].

### خواص العلاجات:

تسكين الوجع: متي طبخ بالزيت صار الزيت دهنا يحلل و يسكن الوجع و يجلب النوم و ينضج الأورام اللينة التي لم تنضج لأن الزيت الذي يطبخ فيه الشبث يصير قريبا من مزاج المفتحة المنضجة.

تسكين المغص و النفخ: طيخ هذا النبات و بزره إذا شرب أدرا البول و سكتنا المغص و النفخ و قد يقطعان الغثي الذي يعرض من طفو الطعام في المعدة، و يسكنان الفواق.

أوجاع الأرحام: إذا جلس النساء في طيخه انتفعن به من أوجاع الأرحام.

البواسير: حرق بزره و تضمد به علي البواسير النابتة قلعتها.

وجع الأذن السوداوي: ابن سينا: عصارته تنفع من وجع الأذن السوداوي و تيسر رطوبة الأذن.

تنقية البلغم و الصفراء: الغافقي: طيخه مع العسل ينقي البلغم و الصفراء. إذا سحق الشبث مع العسل و طبخ حتي ينعقد و لطح علي المعدة أسهل إسهالا.

فش الرياح: يفش الرياح إذا أكل و إذا شرب بقوة و يدفعها إلي ظاهر البدن.



إدراك اللبن: ابن ماسة البصري: بزر الشبث إذا جعل في الأحشاء أدر اللبن.

الكواميخ: الكامخ المعمول فيه الشبث أصلح الكواميخ وأنفعها وأصلحها للمعدة. و كامخ الشبث جيد لمن أراد أن يتقيأ رديء إذا أكل فوق الطعام.

وجع الظهر و الرياح: جيد لوجع الظهر و الرياح إذا وقع في الطبخ إلا أنه يبخر الرأس و لا يصلح للمحرورين.

وجع الكلي و المثانة: قال التجريبيون: طبخ الشبث بجملته ينفع من وجع الكلي و المثانة إذا كانت عن سدد أو رياح غليظة.

ص: 371

عن إسحاق بن مطهر، قال أبو عبد الله عليه السلام كل التفاح، فإنه يطفىء الحرارة، و يبرد الجوف، و يذهب بالحمي (1).

عن المفضل بن عمر، عن أبي عبد الله عليه السلام، قال: ذكر له الحمي فقال: إنّ أهل بيت لا تتداوي إلا بإفاضة الماء البارد يصبّ علينا و أكل التفاح (2).

عن درست قال: بعثني المفضل بن عمر إلي أبي عبد الله عليه السلام فدخلت عليه في يوم صائف، (3) و قدماه طبق فيه تفاح أخضر، فوالله إن صبرت أن قلت له: جعلت فداك، أ تأكل هذا و الناس يكرهونه؟ قال: - كأنه لم يزل يعرفني - إني وعكت (4) في ليلتي هذه فبعثت فأتيت به، و هذا يقطع الحمي و يسكن الحرارة. فقدمت فأصبت أهلي محمومين، فأطعمتهم فأقلعت عنهم (5).

عن درست بن أبي منصور، قال: بعثني المفضل بن عمر إلي أبي عبد الله عليه السلام بلطف، فدخلت عليه - إلي قوله - فأقلعت الحمي عنهم (6).

ص: 372

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 93 ح 1.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 93 ح 2.

3- (3) أي شديد الحر.

4- (4) وعك الرجل: أصابه ألم من شدة التعب أو المرض، و وعكته الحمي: اشتدت عليه و آذته.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 93-94 ح 5.

6- (6) بحار الأنوار ج 59 ص 94 عن الكافي. قال المجلسي في البحار: أعلم أن أكثر الأطباء يزعمون أن التفاح بأنواعه مضر للحمي يهيج لها و قد ألفت أهل المدينة - زادها الله شرفاً - يستشفون في حمياتهم الحارة بأكل التفاح الحامض و صب الماء البارد عليهم في الصيف، و يذكرون أنهم ينتفعون بها. -

عن سليمان بن درستويه الواسطي، قال: وجَّهني المفضَّل بن عمر بحوائج إلي أبي عبد الله عليه السَّلام فإذا قدَّامه تَفَّاح أخضر، فقلت له: جعلت فداك، ما هذا؟ فقال: يا سليمان، إنِّي وعكت البارحة، فبعثت إلي هذا لآكله، أستطفيء به الحرارة، ويبرد الجوف، ويذهب بالحمي. ورواه أبو الخزرج عن سليمان(1).

عن عبد الله بن بكير، قال: كنت عند أبي عبد الله عليه السَّلام وهو محموم، فدخلت عليه مولاة له، فقالت: كيف تجدك - فديتك نفسي - و سألته عن حاله و عليه ثوب خلق قد طرحه علي فخذيه. فقالت له: لو تدرت حتي تعرق، فقد أبرزت جسدك للريح.

فقال: اللهم أولعتهم(2) بخلاف نبيك (ص)! قال رسول الله (ص): الحمي من فيح جهنم - وربما قال من فور جهنم(3) - فأطفئوها بالماء البارد(4).

عن محمد بن مسلم، عن أبي عبد الله عليه السَّلام قال: الحمي من فيح جهنم فأطفئوها بالماء البارد(5).

وقال محمد بن مسلم: سمعت أبا عبد الله عليه السَّلام يقول: ما وجدنا للحمي مثل الماء البارد و الدعاء(6).

ص: 373

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 95 ح 6.

2- (2) أولعتهم: أي جعلتهم حرصاء علي مخالفته، بأن تركتهم حتي اختاروا ذلك و في بعض النسخ «و العنهم» و علي التقديرين ضمير الجمع راجع إلي المخالفين أو الأطباء لأنها كانت أخذت ذلك عنهم.

3- (3) قال في النهاية: فيه «شدة الحر من فيح جهنم» الفيح سطوح الحر و فورانه، و يقال بالواو. و فاحت القدر تفوح و تفيح إذا غلت.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 95 ح 7.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 95 ح 8.

6- (6) بحار الأنوار ج 59 ص 96 ح 9 -

عن أبي أسامة الشحام، قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: ما اختار جدنا صَلَّى اللهُ عليه و اله و سلّم للحمّي إلا وزن عشرة دراهم سكر بماء بارد علي الرّيق(1).

وقال عليه السلام: صبوا علي المحموم الماء البارد في الصيف، فإنه يسكن حرها(2).

عن يحيى بن بشير النبال، قال: قال أبو عبد الله عليه السلام لأبي: يا بشير، بأي شيء تداوون مرضاكم؟ قال: بهذه الأدوية المرار. قال: لا، إذا مرض أحدكم فخذ السكر الأبيض، فدقّه ثم صبّ عليه الماء البارد واسقه إيّاه، فإن الذي جعل الشفاء في المرار قادر أن يجعله في الحلاوة(3).

عن يونس بن يعقوب، عن بعض أصحابه، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: مرضت سنتين أو أكثر، فألهمني الله الأرز، فأمرت به فعسل و جفف ثم أشم(4) النار و طحن، فجعلت بعضه سفوفاً و بعضه حسوا(5).

عن عمرو بن شمر، عن جابر، قال: قال أبو عبد الله عليه السلام: البصل يذهب بالحمّي(6).

ص: 374

- 1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 96 ح 10.
- 2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 97 حديث 13.
- 3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 98 ح 15. كأن المراد بالسكر الأبيض ما يسمي بالفارسية بالقند.
- 4- (4) الإشمام كناية عن تشويته بالنار قليلاً.
- 5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 98-99 ح 17.
- 6- (6) بحار الأنوار ج 59 ص 99 ح 18.

عن محمد بن إبراهيم الجعفي عن أبيه، قال: دخلت علي أبي عبد الله عليه السلام فقال: ما لي أراك شاحباً (1) الوجه؟ قلت: أنا في حمي الربع. فقال: من أين أنت عن المبارك الطيب! إسحق السكر ثم خذه بالماء واشربه علي الريق عند الحاجة إلي الماء.

قال: ففعلت، فما عادت إلي بعد (2).

عن عبد الله بن سنان، قال: قال جعفر بن محمد عليهما السلام: لو يعلم الناس ما في التفاح ما داواوا مرضاهم إلا به (3).

عن سماعة، قال: سألت أبا عبد الله الصادق عليه السلام عن مريض اشتبه التفاح وقد نهى عنه أن يأكله، فقال: أطعموا محموميكم التفاح، فما من شيء أنفع من التفاح (4).

عن طب الأئمة، قال الصادق عليه السلام: إن للدم ثلاث علامات: البثر في الجسد، والحكة، وديب الدواب وفي حديث آخر «النعاس» وكان إذا اعتل إنسان من أهل الدار قال: انظروا في وجهه، فإن قالوا أصفر قال: هو من المرة الصفراء، فيأمر بماء فيسقي، وإن قالوا أحمر قال: دم، فيأمر بالحجامة (5).

عن أبي أيوب، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: ما من داء إلا وهو شارع (6) إلي

ص: 375

1- (1) أي متغير اللون.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 100 ح 22.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 101 ح 26.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 101 ح 27.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 101 ح 29.

6- (6) «ألا- وهو شارع» أي له طريق إليه، من قولهم «شرعت الباب إلي الطريق» أي أنفدته إليه، ولعل المعني أن أكثر الأدوية لها مادة في الجسد تشتد ذلك حتي ترد عليه بإذن الله، بخلاف الحمي فإنها قد ترد بغير مادة، بل بالأسباب الخارجة كتصرف هواء حار أو بارد أو عفن أو سمي.

الجسد ينظر متي يؤمر به فيأخذه. وفي رواية أخرى: إلا الحمي، فإنها ترد وورودا(1).

عن محمد بن خالد رفعه إلي أبي عبد الله عليه السلام قال: الحمي يخرج في ثلاث:

في العرق(2)، و البطن(3)، و القيء(4).

عن محمد بن إبراهيم الجعفي، قال: حدّثني أبي قال: دخلت علي أبي عبد الله عليه السلام فقال [لي]: ما لي أراك ساهم(5) الوجه؟! فقلت: إن بي حمّي الربيع. قال:

فما يمنعك من المبارك الطيب؟ اسحق السكر ثم امخضه(6) بالماء و اشربه علي الريق و عند المساء. قال: ففعلت، فما عادت إليّ(7).

عن عاصم بن يونس، عن رجل عن أبي عبد الله عليه السلام قال: قال لرجل: بأيّ شيء تعالجون محموميكم؟ قال: أصلحك الله بهذه الأدوية المرّة: بسفايج، و الغافث، و ما أشبهه فقال: سبحان الله! الذي يقدر أن يبرئ بالمرّ يقدر أن يبرئ بالحلو. ثم قال: إذا حمّ أحدكم فليأخذ إناء نظيفا فيجعل فيه سكرة و نصفا، ثم يقرأ عليه ما حضر من القرآن، ثم يضعها تحت النجوم، و يجعل عليها حديدة فإذا كان في الغداة صبّ عليه الماء و مرسه بيده ثم شره. فإذا كانت الليلة الثانية زاده سكرة أخرى فصارت سكرتين و نصفا، فإذا كانت الليلة الثالثة زاده سكرة أخرى فصارت ثلاثة سكرات و نصفا(8).

ص: 376

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 101-102 ح 30.

2- (2) «في العرق» بالتحريك، أو بالكسر، أي إخراج الدم من العرق يريد به الفصد أو الأثم منه و من الحجامة، و الأول أظهر.

3- (3) «و البطن» أي إسهال البطن.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 103 ح 32.

5- (5) السهام: بالضم - الضمر و التغيير. و قد سهم وجهه و سهم أيضا بالضم.

6- (6) «ثم امخضه» أي حركه تحريكا شديدا.

7- (7) بحار الأنوار ج 59 ص 103 ح 33.

8- (8) بحار الأنوار ج 59 ص 104 ح 34.

### شرح الماهية:

ديستقوريدس: هو نبات ينبت في الصخور التي عليها خضرة وفي سوق شجر البلوط العتيقة و علي الأشنة، طوله نحو من شبر، و يشبه النبات المسمي بطارس، عليه شيء من زغب، و هو مشرّف و ليس تشريفه بدقيق مثل بطارس، و له أصل غليظ عليه شيء من زغب أيضا، و له شعب، و هو شبيه بالحيوان المسمي [أم] أربعة و أربعين، و غلظه مثل غلظ الخنصر، و إذا حل ظهر ماء لون داخله أخضر، و طعمه عفص مائل إلي الحلاوة.

### خواص العلاجات:

إسهال البلغم: إذا جفف و سحق و ذرّ علي الشراب المسمي بالقراطن أسهل بلغما و مرة.

التواء العصب: إذا تضمد به كان صالحا لالتواء العصب و الشقاق العارض فيما بين الأصابع.

إسهال المرة: حبيش بن الحسن: خاصته إسهال المرة السوداء في رفق إذا شرب مفردا مع السكر و خلط مع بعض المطبوخات أو مع بعض المعجنات.

إسهال المرة: كان بعض المتطببين يحتال به لمن يكون شديد الكره لشرب الدواء بأن يلقيه مدقوقا في بعض الأطعمة فيسهل به المرة السوداء في رفق و مقدار الشربة منه مفردا مع السكر درهمان و مطبوخا مع غيره أربعة دراهم.

إسهال المرة: ابن ماسويه: خاصيته إسهال المرة السوداء و البلغم من غير مغص و لا أذي.

الشربة منه مطبوخا أو منقوعا ما بين درهمين إلي خمسة دراهم و إن كان غير مطبوخ و لا منقوع ما بين درهم إلي درهمين.

إسهال البلغم: ابن سرائون: يسهل الخلط البلغمي اللزج المخاطي من المعدة و المفاصل و يحدث الغثيان و يجب أن يسحق من أصله مقدار مثقالين و يشرب مع ماء العسل و ماء الشعير.

حل القولنج: الرازي: يحل القولنج و يقع في المطبوخ مع الأفتيمون.

محلل للنفخ: ابن سينا: محلل للنفخ و الرطوبات مفرح لا بالذات بل بالعرض لأنه يستفرغ الجوهر السوداءوي من القلب و الدماغ و البدن كله.

الماليخوليا و الجذام: أحمد بن أبي خالد: إذا سقي منه كل يوم درهمان ونصف في مقدار سكرجة من ماء لب الخيار شنبر ووالي عليه سبعة أيام نفع أصحاب داء الماليخوليا و الجذام.

## الغاث في الطب القديم

### شرح الماهية:

ديسقوريدس: هو من النبات المستأنف في كل سنة يستعمل في قود النار، ويخرج قضيبا واحدا قائما، دقيقا، أسود، صلبا، خشيبا، عليه زغب، طوله ذراع أو أكثر، عليه ورق متفرق بعضه من بعض، مشرف خمسة تشريفات أو أكثر مثل تشريف المنشار، شبيه بورق الشهدانج، و لون الورق إلي السواد، و علي الساق في نصفه بزر عليه زغب يسير مائل إلي أسفل، إذا جفّ يتعلق بالنبات.

تعليق ابن البيطار: كثر الاختلاف في هذا النبات بين الأطباء مشرقا و مغربا حتي إنه لم يثبت له عند أحد منهم، فأطباء المغرب الأقصى و افريقية يستعملون مكانه النبات المسمي بالبربرية ترهلان - و هو الطّباق، و رجعوا في ذلك إلي قول إسحق بن عمران و أحمد بن أبي خالد، و هذا غلط منهم فاحش، لأن الترهلان قد ذكره ديسقوردس في [المقالة] الثالثة وسمّاه باليونانية قونيزا - و هو الطّباق بالعربية، و أما بعض أطباء الأندلس فإنهم يستعملون الدواء الذي وصفه ديسقوريدس، و أطباء شرق الأندلس - أعاده الله إلي الإسلام - يسمونه الريمنده بعجمية الأندلس، و أما أطباء العراق و الشام و الديار المصرية فليس يعرفون شيئا مما ذكرناه و إنما يستعملون نباتا آخر شديد المرارة له زهر أزرق إلي الطول ما هو، و له قضبان مدوّرة دقاق تشبه الدقيق من الأسل، و لون ورقه و قضبانه إلي الصفرة، و جميعه شديد المرارة أمر من الصبر.

### خواص العلاجات:

القروح العسرة الإندمال: ديسقوريدوس: ورق هذا النبات إذا دق ناعما و خلط بشحم الخنزير العتيق و وضع علي القروح العسرة الإندمال أبرأها.

قرحة الأمعاء نهش الهوام: هذا النبات أو بزره إذا شربا بالشراب نفعا من قرحة الأمعاء و من نهش الهوام.

### الحمي

و من المعروف أن في الجسم مركز تنظيم الحرارة في منطقة بالدماغ تعرف باسم «تحت المهاد»



Hypothalamus وهي تستشعر حرارة الدم، فإذا ارتفعت درجة الحرارة قليلاً، زادت في إفراز العرق من الجلد ليتم خروج الحرارة من الجسم إلي الجو المحيط.

ولكن إذا كانت حرارة الجو فوق الأربعين فإن الحرارة لا- يمكن أن تنتقل من الجسم إلي الهواء المحيط به... ولا بد من استخدام الماء البارد المثلج في هذه الحالات قدر الإمكان.

ورغم أن للحمي أسباباً أخرى كثيرة إلا أنها في النهاية تكون بسبب مواد رافعة للحرارة Pyrogens وتؤثر هذه علي المناطق الموجودة في الدماغ «تحت المهاد» وتحدث الرعشة (النافض) وتقلص العضلات فتزيد من ارتفاع درجة الحرارة. ومن أشهر أسباب الحمي الأنفلونزا ونزلات البرد و سببها فيروسات... ومن البكتيريا هناك حمي التيفوئيد Typhoid و حمي نظير التيفوئيد Paratyphoid و الحمي المالطية Brucellosis وغيرها كثير.

ومن أشهر أنواع الحمي حمي الملاريا التي تسببها طفيليات الملاريا من وحيدات الخلية (البلازموديوم)، وهي التي كانوا يدعونها حمي الغب (تظهر يوماً وتختفي يوماً) ومنها نوع يسمى حمي الربيع (تظهر كل ثالث يوم أو رابع يوم)... وهي في الحالات الشديدة تسبب البول الأسود Balckwater Fever بسبب تحلل وتكسر كرات الدم الحمراء في الدم. ونزول خضاب الدم (الهيموجلوبين) في البول. و جميع أسباب الحميات الأخرى ينبغي أن يتجه العلاج فيها إلي معالجة السبب...

والمعالجة بالكمدات الباردة و الماء المثلج و الثلج نوع هام من العلاج للأعراض ذاتها. وقد تنبّه إلي ذلك أيضا الكحال ابن طرخان في كتابه الفذ العجيب «الأحكام النبوية في الصناعة الطبية» (طبع عام 1953 في القاهرة، شركة البابي الحلبي، بتحقيق الأستاذ عبد السلام هاشم حافظ). قال الكحال ابن طرخان: «ويجوز استعمال الماء البارد في سائر الحميات الأخرى».

يتمتع جسم الإنسان بحرارة ثابتة، تقدّر ب (37/36,5 درجة مئوية).

وهذه الحرارة مناسبة للقيام بمختلف العمليات الحيوية الضرورية في جسم الإنسان. وهي لا ترتفع إلا في الحالات المرضية، عدا عن حالات فيزيولوجية طبيعية قليلة، كما هي الحال أثناء الإباضة Ovulation خلال فترة الدورة الطمثية عند الإناث.

وتعتبر الحرارة من أهم العلامات الحيوية Vital signs التي هي: النبض، و الحرارة، و التنفس، و الضغط الشرياني. و التي يعتمد علي دراستها من أجل تشخيص الأمراض و الأدوية، التي تعتري الإنسان.

و يطلق علي ارتفاع الحرارة عن حدّ السواء، اسم «الحمي». و قد صنفت الحميات أنواعاً

كثيرة. فهناك الحمي الخفيفة و المعتدلة و الشديدة و الشديدة جدا. كما وضع للحميات مخططات تساعد علي الوصول إلي التشخيص الصحيح، مثل مخطط الحمي المتواصلة، و مخطط الحمي المترددة، و مخطط الحمي المتقطعة.

## مضار الحمي:

ينجم عن الحمي و ارتفاع الحرارة عدد من التأثيرات الضارة. يمكن إجمالها فيما يلي:

1 - تجلط الهيولي الخلوية (أي ما تحويه الخلية من سائل و متعضيات).

2 - تعطل عمل الأنظيمات Enzymes، الأمر الذي يؤدي إلي توقف.

## موافقة الحديث النبوي لما يقوله العلم الحديث:

ينصح خبراء الصحة، الذين يدرسون الحميات، باستعمال الثلج المجروش أو الماء المثلج، الذي يوضع في أكياس بلاستيكية أو مطاطية.

فإحدي أهم خواص الماء العلاجية، هي قدرته الفائقة علي امتصاص الحرارة. فإذا وضعت الكمادات الباردة، امتصت الحرارة. ثم إن رفعت، تنشط الدورة الدموية (نتيجة تقبض الأوعية الدموية، و توسعها، علي التوالي). و هكذا يعمل علي وضعها ثم رفعها، مرات عديدة. حيث تقوم الكمادات الباردة بامتصاص الحرارة من الجسم، و نظرا لأن الدم يتحرك باستمرار، فإن انخفاض الحرارة لا يتم في أماكن وضع الكمادات فقط، وإنما في كل أنحاء الجسم.

كل هذا يشير إلي صحة ما قاله (ص)، حول علاج الحمي بالماء. و لقد ألقى طبيب فرنسي يدعي «كرومانوس» محاضرة في الجامعة المصرية، نشرت ترجمتها في مجلة «فتاة الشرق» عام 1911 م، تحت عنوان (الطب الحديث، و تطبيقه علي الشريعة الإسلامية) قال فيها: «لا ننكر أننا تمكنا من اكتشاف علاجات باهرة. غير أنه لا يحق لنا مع ذلك أن ننسب هذه الاكتشافات إلينا، بل من العدل أن نعترف للنبي محمد (ص) بها لأنه كان السابق إليها، و هو أولي بها» ثم أخذ الدكتور كرومانوس بعد ذلك في ذكر فوائد الماء البارد، و استخداماته العلاجية لحالات الحمي بالتفصيل.

و من الفوائد الأخرى لاستخدام الماء البارد (علي شكل حمامات للوجه) مكافحة التهاب الجيوب في الجبهة و الفك العلوي، كما أنه يساعد علي فتح المجاري التنفسية الأنفية عند الزكام الحاد.

من أدوية الحفظ عن أبي بصير: قال: قلت للصادق عليه السلام: كيف تقدر علي هذا العلم الذي فرعتموه لنا؟ قال: خذ وزن عشرة دراهم قرنفل، و مثلها كندر ذكر، دقها ناعما ثم استفّ علي الريق كلّ يوم قليلا.

و منها لمن يكون بعيد الذهن قليل الحفظ: يؤخذ سنا مكّي، و سعد هنديّ و فلفل أبيض، و كندر ذكر و زعفران خالص، أجزاء سواء يدقّ و يخلط بعسل و يشرب منه زنة مثقال كلّ يوم، سبعة أيام متوالية، فإن فعل ذلك أربعة عشر يوما خيف عليه من شدّة الحفظ أن يكون ساحرا(1).

ص: 381

## القرنفل

### شرح الماهية:

إسحاق بن عمران: هو ثمر وعيدان يستعملان جميعاً، يؤتي به من أرض الهند، وفيه العيدان وفيه الرؤوس ذوات الشعب، وأجوده أصهبه، ومنه دقيق وجليل.

### خواص العلاجات:

سلس البول والتقطر: يقطع سلس البول والتقطر إذا كانا عن برد و يسخن أرحام النساء.

حب المرأة: إن أرادت أن تحبل المرأة شربت في كل طهر وزن درهم قرنفل. وإذا أرادت أيضاً أن لا تحبل فتأخذ في كل يوم حبة قرنفل ذكر فتزدردها.

التقوية علي الجماع: إن شربت من القرنفل نصف درهم مسحوقاً يؤخذ مع شيء من لبن حليب علي الريق فإنه مقو علي الجماع.

تطبيب النفس و تقريحها: ينفع أصحاب السوداء و يطيب النفس و يفرحها و ينفع من القيء و الغثيان.

تشجيع القلب: الإسرائيلي: مشجع للقلب بعطريته و ذكاء رائحته و مقو للمعدة و الكبد و سائر الأعضاء الباطنة و منق للعلل العارضة فيها و يعين علي الهضم طاردا للرياح المتولدة عن فضول الغذاء في المعدة و في سائر البطن و مقو للثة و مطيب للنكهة.

تسخين المعدة و الكبد: يسخن المعدة و الكبد و يزيل فزع المتملخن و ينفع من زلق الأمعاء عن رطوبات باردة تنصب إليها و ينفع من الاستسقاء اللحمي منفعه بالغة، وربما يسخن الكبد الباردة و يقويها و يقوي الدماغ و يسخنه إذا برد و ينفع من توالي النزلات.

## الزعفران في الطب القديم

### خواص العلاجات:

مدرة للبول: ديسقوريدس: قوة الزعفران منضجة مليئة قابضة مدرة للبول و تحسن اللون و تذهب بالخمارة إذا شرب بالميخج.

رطوبات العين: يمنع الرطوبات التي تسيل إلي العين إن لطخت و اكتحل به بلبن امرأة.

يقوي الأعضاء الباطنة: مسيح: الزعفران يهضم الطعام ويجلو غشاوة البصر و يقوي الأعضاء الباطنة الضعيفة لما فيه من القوة القابضة إذا شرب أو وضع من ظاهر عليها.

يفتح سد الكبد: يفتح السدد التي تكون في الكبد و العروق. و يحرك شهوة الجماع.

يقوي آلة النفس: حنين في كتاب الترياق: الزعفران يسهل النفس و يقوي آلة النفس جدا و خاصيته أن يقل شهوة الطعام و يملأ الدماغ و يظلم البصر و الحواس و يبطل الحموضة التي تكون في المعدة التي بها خاصة تكون شهوة الطعام.

مسقط لشهوة الطعام: الرازي في الحاوي: يجرب فوجد الزعفران مسقطا لشهوة الطعام مقيئا.

وقال في موضع آخر منه: و كانت امرأة تطلق أياما فسقيت درهمين من الزعفران فولدت من ساعتها مجرب ذلك كرات كثيرة فصح.

يسكر سكرًا شديدًا: يسكر سكرًا شديدًا إذا جعل في الشراب و يفرح حتي إنه يأخذ منه مثل الجنون من شدة الفرح.

إخراج المشيمة بسرعة: البصري: إن سحق الزعفران و عجن و اتخذت منه خرزة كالجوزة و علقته علي المرأة بعد الولادة أخرجت المشيمة بسرعة.

دمل الجراح: البصري: ورق الزعفران يدمل الجراح و يقبض و ينفع من الشوصة إذا شم و استعط به.

زرقة المرض: إذا اكتحل به مع الماء نفع الزرقة الحادثة من المرض.

تحسين لون البشرة: إسحاق بن سليمان: خاصيته تحسين لون البشرة إذا أخذ منه بقصد و اعتدال و الإكثار من شربه و الإدمان عليه مذموم جدا لأن فيه كيفية تملأ الدماغ و العصب و تضر بهما إضرارًا بينا.

مقو للمعدة: إسحاق بن عمران: دابغ للمعدة مقو لها و للكبار و ينقي المثانة و الكليتين.

السهر من البلغم المالح: إذا طبخ و صب ماؤه علي الرأس نفع السهر الكائن من البلغم المالح و أسدر، و هو نافع للطحال جدا.

إدرار البول: دسقوريدس: أصله إذا شرب بالطلاع أدر البول.

يمسك البطن: زعرور: إذا أكل كان جيدا للمعدة ممسكا للبطن.

يسكن الصفراء: الرازي: مسكن للصفراء و الدم.

يقطع القيء: روفس في كتاب التدبير: يقطع القيء و يعمل البطن و لا يحبس البول.

### إشارة

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: الحناء يذهب بالسهك(1) و يزيد في ماء الوجه و يطيب النكهة، و يحسن الولد(2).

و قال عليه السلام: الحناء علي أثر النورة أمان من الجذام و البرص(3).

ماء الورد

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: و من وضع علي رأسه من ماء ورد أمن في تلك السنة من البرسام(4).

ص:384

---

1- (1) السهك: محرّكة - الريح الكريهة تجدها ممن عرق، و خبث رائحة اللحم الخنز، و ريح السمك.

2- (2) بحار الأنوار ج 73 ص 89-90 ح 7.

3- (3) بحار ج 73 ص 92.

4- (4) بحار الأنوار ج 73 ص 144 ح 1.

## النورة في الطب الحديث

يباع مسحوق النورة عند العطار وهو يستخدم لإزالة الشعر من بعض أجزاء الجسم (شعر العانة و تحت الإبطن)، و يتركب المسحوق الذي كان يباع أولا في التجارة من الزرنينخ الأصفر (ثالث كبريتور الزرنينخ) و معه قليل من الجير الحي. و لأن المادة الأولى سامة و المادة الثانية كاوية، بطل استخدامهما في مساحيق النورة، و أصبحت النورة في الوقت الحاضر تحضر من كبريتورات بعض الفلزات الأرضية القلوية مثل الباريوم و الاسترانشيوم و الكالسيوم و يضاف إليها مسحوق النشا.

و لاستعمال هذا المسحوق يمزج بالماء لعمل عجينة رطبة يدلك بها الجزء الذي يراد نزع الشعر منه، و بعد مضي دقيقتين تزال العجينة باحتراس فينتزع معها الشعر، ثم يغسل الجلد بالماء الفاتر، و يفضل دهن الجلد بقليل من الزيت أو أحد الكريمات بعد العملية.

و جاء في كتاب «الأدوية المفردة» تحت عنوان الكلس ما يأتي:

«الكلس هو النورة أو الجير يعمل من صدف حيوان بحري و من حجارة مستديرة و من رديء الرخام بأن يحرق حتي يبيض. و كلس الرخام يقدم علي الصنفين الأوليين و قوة الكلس محرقة ملدعة تكوي و إذا خلط بمثله من الشحم و الزيت كان منضجا ملينا محللا مدملا و الذي لم يصبه الماء أشد إحراقا. و النورة تقطع نزع الدم من الجراحات و إذا غسلت بالماء مرارا كثيرا نفعت من حرق النار».

## خواص الحناء

جالينوس: الذي يستعمل من هذه الشجرة إنما هو ورقها و قضبانها.

الأورام الملتهبة: قد تطبخ بالماء و يصب ذلك الماء الذي تطبخ فيه علي المواضع التي تحترق بالنار و تستعمل أيضا في مداواة الأورام الملتهبة و مداواة الجمرة.

قروح الفم: نافعة من القروح التي تكون في الفم من غير سبب من خارج و خاصة القروح التي تكون من جنس القلاع. و تنفع أيضا من القلاع نفسه الحادث في أفواه الصبيان.

القلاع و القروح: إذا مضغ ورقها أبرأ من القلاع و القروح التي تكون في الفم التي تسمى الجمر.

الأورام الحارة: إذا تضمد به نفع من الأورام الحارة. و قد يصب طبيخه علي حرق النار.

تحمير الشعر: إذا دق و اتقع في ماء اسطربنون و لطخ علي الشعر حمّره.

الصداع: زهره إذا سحق وضمده به الجبهة مع خل سكن الصداع و المسوح التي منه مسخنة ملينة للأعصاب.

أوجاع الجنب: البصري: تقاح الحناء طيب في الشم، وإذا خلط مع الشمع المصفي ودهن الورد نفع من أوجاع الجنب و الوهن الكائن فيه و هو نافع للسيلان العارض في أفواه الصبيان.

الورم الحار الرخو: الطبري: إذا دق ووضع علي الورم الحار الرخو نفع منه.

أظافير الأصابع: ابن رضوان: أخبرني من أثق به أنه شاهد رجلا تعققت أظافير أصابع يديه و أنه بذل لمن يبرئه شيئاً كثيراً فلم يجد فوصفت له امرأة أن يشرب عشرة دراهم حناء فلم يجسر أن يشربها فنقعها بماء و شربه فرجعت أظافيره إلي حسنها. و قال: إنه رأي علي المكان أظافيره قد أخذت تنبت من أصولها إلي أن تكامل حسنها.

أظافير الأصابع: ابن زهر: إذا ألزقت الأظفار بها معجونة تزيد حسنها و تنفعها.

الجذام: الشريف: إذا أنقع ورق الحناء في غمرها ماء عذبا و عصرت و شرب من صفوها عشرين يوما في كل يوم وزن أربع أواقي و أوقية سكر نفع من ابتداء الجذام و يتغذي عليه بلحوم الخرفان فإن كمل لأخذ هذا الدواء 37 يوما و لم يبرأ فاعلم أنه لا يبرأ يفعل ذلك لخاصية فيه.

الأورام الحارة: إذا حملت معجونة بالسمن علي بقايا الأورام الحارة التي تؤدي ماء أصفر و تبقي بعض أوجاعها مع حرارة سكنت الأوجاع و جففت المادة و أدملت.

الجدري: ابن ماسويه: إذا بدأ الجدري يخرج بصبي و أخضبت أسافل رجليه بحناء معجونة بماء فإنه يؤمن علي عينيه أن يخرج فيهما شيء من الجدري و هذا صحيح.

قشف و يبس البدن: إذا طلي بالحناء علي موضع من البدن فيه قشف و يبس أزالهما.

الدماغ: إذا شرب من برزه مثقال مع العسل أو لعق مسحوقا بعسل نفع الدماغ منفعة عظيمة و أزال عنه الأعراض الردية العارضة من الحرارة و الرطوبة.

جباه الصبيان: إذا سحق ورقها و ضمده به جباه الصبيان و أصدغهم نفعتهم و منعت انصباب المواد إلي أعينهم و تعجن بماء كزبرة خضراء. و تنفع أيضا معجونة بماء الكزبرة لحرق النار في ابتدائه.

إنبات الشعر: إذا عجنت بزيت و قطران و حملت علي الرأس أنبتت الشعر و حسنته.



قروح رؤوس الصبيان: إذا سحقت مع الزفت الأسود بشطرين و عجنت بزيت أو بدهن ورد و حملت علي قروح رؤوس الصبيان جففتها و أدملتها.

منع التسوس: التميمي: نور الحناء إذا استودع بين طي ثياب الصوف طيبها و منع من التسوس فيها و أن يفسدها.

### خواص الحناء في الطب الحديث

المكونات الفعالة: تحتوي أوراق الحناء و سيقانها الحديثة علي مادة ملونة تسمى لوزون Lawsone و تعتبر هذه المادة الصبغات النباتية الثابتة، كما تحتوي أيضا علي مواد دهنية و مواد راتنجية Resins و تانينات تعرف باسم Hennatanin و تحتوي أزهار الحناء التي تسمى تمر حنة علي زيت طيار Volatile oil له رائحة زكية و قوية و أهم مكوناتها مادة ألفا و بيتا أيونون Q and B ionone .

الاستعمال: يستعمل مسحوق أوراق الحناء علي شكل عجينة لتخضيب الأيدي و الأظافر و الشعر، كما تستخدم المواد الملونة المستخلصة من الأوراق في صباغة الجلود و المنسوجات و تعتبر من الصبغات الثابتة.

و عند صناعة صبغة حناء ثابتة يجب أن يكون الوسط حامضي (أس إيدروجيني 5، 5، 5 PH 5,5 5

و لذلك يضاف إلي الخلاصة أو الدهانات حامض ضعيف مثل حامض الستريك Citric acid أو حامض البوريك Boric acid .

أما من الناحية الطبية فإن عجينة أوراق الحناء تستعمل في علاج الأمراض الجلدية و الفطرية و خصوصا الالتهابات التي توجد بين أصابع الأقدام و الناتجة من نمو بعض الفطريات.

و يستعمل مسحوق الحناء في التمام الجروح لاحتوائه علي مادة الحناتانين القابضة Astringent

هذا بالإضافة إلي التأثير المطهر لمسحوق الحناء.

الصفات الكيميائية: أوراق الحناء تحتوي علي مواد جليكوسيدية مختلفة أهمها المادة الرئيسية المعروفة باسم اللاوزون Lawsone و جزئها الكيماوي من نوع 2 - هيدروكس - 1، 4 - نفثوكينون Hydroxy-1,4-naphthoquinone-2 أو 1، 4 - نفثوكينون 1,4-1-Naphthoquinon . و هذه المادة هي المسؤولة عن التأثير البيولوجي طيبا و كذلك مسؤولة عن الصبغة و اللون البني المسود و نسبتها في الأوراق حوالي 88%، لنوع الحناء L.inermis بالمقارنة بالصنفين ذوي الأزهار البيضاء و الحمراء البنفسجية و نسبة الجليكوسيد في أوراق كل منهما و هي 0,5%، 0,6% علي الترتيب.

وقد أثبتت الدراسات المصرية، أن قدماء المصريين استخدموا مسحوق أوراق الحناء في تحنيط جثث الموتى لعدم تعفنهما ويرجع ذلك إلى أنها مقاومة للفطريات والجراثيم البكتيرية. كما أن أوراق الحناء تقيد أيضا في حالات الإصابة بالقراع الانجليزي والقراع العادي والإصابة الفطرية الناتجة عن أمراض الجرب الجلدي للإنسان والحيوان.

و حديثا، ثبتت فعالية أوراق الحناء ضد بعض أنواع السرطان منها مرض الساركوما Sarcoma، وتستخدم ضد التقلصات المعدية والعمل على إزالتها، ولها تأثير مشابه لتأثير فيتامين ك (Vit.K)

اللازم لوقف الإدماء والنزيف الدموي الداخلي، وفي علاج صداع الرأس وتضخم الطحال وتعمل على تخفيض ضغط الدم المرتفع. وتؤدي إلى تقوية القلب وتشيطه، كما أن لها فعالية مرتفعة في علاج ضيق الشرايين والعمل على توسيعها، وتقيد في علاج التهاب القولون.

وقد نشرت مجلة «كيوتس» Cutis المتخصصة في أمراض الجلد في الولايات المتحدة (العدد الأول 1986 للدكتور ناتو) مقالا عن الحناء جاء فيه أنها صبغة ممتازة طبيعية مؤقتة للشعر وأنها تقوي الشعر وتكسبه لمعانا وبريقا وتمنع تقصّف نهايات الشعر. وهي لا تسبب الحساسية كما تفعل الصبغات الأخرى وخاصة منها الصناعية.

## الخلاصة:

استخدمت الحناء منذ عهد الفراعنة إلى يومنا هذا في الأغراض التالية:

1 - تقوية الشعر وتلوينه وإزالة تقصّفه وأمراضه. ويبقى أثرها لمدة شهرين تقريبا.

2 - مداواة الأمراض الجلدية وتشقق الجلد وفطريات الجلد مثل الثينيا Tinea وخاصة Tinea

Pedis التي توجد بين أصابع القدمين وتسبب تسلسخا فيها مع رائحة كريهة. وتعرف باسم قدم الرياضي Athlete's Foot لأنها كانت تكثر في الرياضيين مع العرق ولبس الشرايات، والتي قد يتبادلونها فيعدي بعضهم بعضا... واستخدمت لمداواة الجرب Scabies.

3 - مداواة الأظافر المشققة والمصابة بالتهابات فطرية.

4 - مداواة الجروح والقروح المزمنة.

## خواص ماء الورد

تقوية الدماغ و تسكين الخفقان: يقوي الدماغ ويسكن الخفقان و الصداع الحار شما و طلاء.

تقوية المعدة و القلب: يقوي المعدة و القلب شما و طلاء و شربا.

تنبيه الحواس الخمس و تبسيط النفس: شمه يزيل الغشي و ينبه الحواس الخمس و يبسط النفس و ينفع من الخفقان الحار و يقوي الجسم بعطريته و قبضه و يسكن وجع العين من حرارة و ينفع من كثير من أدوائها و تحجيرا به و كحلا و تقطيرا و يشدّ اللثة مضمضة.

الغشي: إذا تجرع نفع من الغشي و يقوي المعدة و ينفع من نفث الدم.

تحليل الخمار: إذا صب علي الرأس حلل الخمار و سكن الصداع.

إذا شرب من ماء الورد الطري وزن عشرة دراهم أسهل فوق عشرة مجالس.

انصباب المواد إلي العين: حكيم بن حنين: يمنع انصباب المّواد إلي العين و يمنع تزيد ما قد حصل فيها من العلل.

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: الكحل ينبت الشعر، ويجفف الدمعة، ويعذب الريق، ويجلو البصر(1).

وعنه عليه السلام قال: الأثمد يجلو البصر، ويقطع الدمعة، وينبت الشعر(2).

وعنه عليه السلام قال: الكحل عند النوم أمان من الماء(3).

وقال عليه السلام: الكحل بالليل يطيب الفم(4).

وعنه عليه السلام: الكحل يزيد في ضوء البصر، وينبت الأشفار(5).

وعنه عليه السلام قال: الكحل يزيد في المباشعة(6).

وقال عليه السلام: الكحل يعذب الفم(7).

وعنه عليه السلام قال: الكحل بالليل يطيب الفم، ومنفعته إلي أربعين صباحا(8).

وعنه عليه السلام قال: الكحل عند النوم أمان من الماء الذي ينزل في العين(9).

ص: 390

1- (1) بحار الأنوار ج 73 ص 94 ح 1.

2- (2) بحار الأنوار ج 73 ص 94 ح 3.

3- (3) بحار الأنوار ج 73 ص 94 ح 5.

4- (4) بحار الأنوار ج 73 ص 95 ضمن ح 11 وح 8.

5- (5) بحار الأنوار ج 73 ص 95 ح 10.

6- (6) بحار الأنوار ج 73 ص 95 ضمن ح 11.

7- (7) بحار الأنوار ج 73 ص 95 ضمن ح 11.

8- (8) بحار الأنوار ج 73 ص 95-96 ضمن ح 11.

9- (9) بحار الأنوار ج 73 ص 96 ضمن ح 11.

لا يستعمل الإثمد صرفاً كحلاً للعين، إنما يمزج بكحل الزينة الذي يستحضر بكيفيات عديدة من مخلفات حرق بعض مواد معينة متوفرة في البيئة و كان تعيينها نتيجة تجارب شعبية. وهذه طريقة تستعملها القبائل العربية المقيمة في الجزيرة (شمال شرقي سورية): تؤخذ خرقة قطنية زرقاء بطول شبرين و عرض شبر، و تبل جيداً بزيت الزيتون، فتحرق تحت صاج مقلوب، فيتراكم السخام علي الصاج، و بعد انتهاء الاحتراق يجمع ذلك السخام المتراكم، ثم تؤخذ ليمونة فتقسم و يوضع بين شطريها نواة زيتونة مع حنطة و شعير و عدس و حمص و حب الهال و جوز الطيب، ثم تغمد بعجينة و توضع في وعاء معدني، ثم يدخل هذا الوعاء بما فيه بين جمر متقد حتي يتم احتراق ما في الوعاء و لا يعود يتصاعد منه دخان، فيخرج الوعاء، و بعد أن يبرد تزال العجينة المحترقة و يطحن فحم الليمونة بما فيها. و أخيراً يضاف المسحوق الناتج إلي السخام المذكور و يمزجان جيداً. و هذا هو كحل عرب الجزيرة اليوم كما روته و هيأته لنا إحدى نسائه في حلب.

و لقد ذكر الحاج بكري ملاحفجي عن تركيب كحل الإثمد، فقال يؤخذ مئة غرام من الإثمد و يدق في هاون نحاسي دقا جيداً حتي يصبح مسحوقاً ناعماً قدر الإمكان، ثم ينخل بمنخل حريري ناعم جداً بحيث لا تكاد العين تدرك ثقوبه. ثم يضاف إلي الناتج (25) غ من مسحوق حمض البوريك و (10) غ من الفحم الحيواني. و أفاد بأن أهل الحجاز لا يضيفون الفحم الحيواني.

و للتأكد من فوائد حمض البوريك و الفحم عدت إلي كتاب علم الأدوية للأستاذ الدكتور عزة مريدن فنقلت عنه المعلومات التالية:

يستعمل حمض البوريك قطوراً جافاً في معالجة قرحة القرنية و كثافتها.

الفحم الحيواني: هو فحم غير نقي يستحصل من حرق العظام، المزال شحمها أولاً في وعاء مسدود خال من الهواء في حرارة تبلغ 800 درجة مئوية و هو ينجم عن تفكك العظمين. و يملك هذا الفحم قدرة ماصة كبيرة. و ذكر الدكتور مريدن امتصاصه لذيفانات الجراثيم و لبعض السموم و أشباه المعادن.

أما الفحم النباتي فيستحصل من تفحيم الأخشاب غير الراتنجية في وعاء مسدود و أحسن الأخشاب في استحصاله هي الخفيفة كخشب الصنصاف (فحم بلوك) ثم الحور...

إن إضافة الفحم الحيواني أو النباتي إلى الكحل يقصد منها، ما عدا كون الفحم جزءاً من الكحل في سواده وفي تجميله العينين والوجه و حجبه من أشعة الشمس عن العين، أنه يمتص أشباه القلويات و السموم الناتجة عن مركبات الإثمد. و فعل الفحم الحيواني أقوى من فعل الفحم النباتي.

## خواص الإثمد في الطب القديم

### شرح الماهية:

أرسطوطاليس: هو حجر يخالطه الرصاص في جسمه، ولذلك إن جعل مع الفضة عند السبك كسرها لما فيه منه، و له معادن بأكناف المشرق.

إسحاق بن عمران: هو حجر الكحل الأسود يؤتي به من أصفهان و من جهة المغرب، و هو حجر أسود، صلب، ملمّع، براق، كحلي اللون.

### خواص العلاجات

تنقية القروح: قوة الإثمد مغرية قابضة مبردة و تذهب باللحم الزائد في القروح و تدملها و تنقي أوساخها و أوساخ القروح العارضة في العين و تقطع الرعاف العارض من الحجب التي فوق الدماغ.

خشكريشة: الإثمد إذا خلط ببعض الشحوم الطرية و لطخ علي حرق النار لم تعرض فيه الخشكريشة، و إذا خلط بالموم و شيء يسير من الأسفيداج الرصاصي أدمل ما عرضت فيه خشكريشة من القروح العارضة من حرق النار.

آفات العيون: أرسطوطاليس: نافع للعيون و نافع في كثير من الأكحال و يقوي أعصاب العيون و ينفعها و يدفع الآفات عن العيون و الأوجاع منها و إذا لم تعد العيون الإكتحال به ثم كحلت به رمدت و قذيت علي المكان، و ينفع العجائز و المشايخ و الذين ضعفت أبصارهم من الكبر إذا جعل فيه شيء من المسك.

حرارة العين: ماسرحويه: ينفع من الحرارة و الرطوبة العارضة للعين كحلا.

تقوية العين: الرازي: يقوي العين و يحفظ صحتها و يقطع سيلان دم الطمث إذا احتمل.

يقتل القمل: إن استعمل من الخارج قتل القمل.

ينفع الدمعة: ينفع الدمعة كحلا وإذا نثر مسحوقا علي الجراحات الطرية أدملها إلا أنه يبقى فيها أثرا أسود.

### الإثمد في الطب الحديث

.. وأما الطب الحديث فلم أجد فيه ذكرا لاستخدام الإثمد Antimony في طب العيون. وإن كانت أملاح الإثمد Antimony salts تستخدم في علاج البلهارسيا. ومن أشهر تلك العلاجات الطرطير المقبيء Tartar enetic وهو من مشتقات الإثمد.. وفي الآونة الأخيرة بطل استخدام مشتقات الإثمد في علاج البلهارسيا بسبب مضاعفاتها و تصنيع عقاقير أكثر أمانا منها وإن كانت أغلي ثمنا.

وقد قام مستشفى الملك خالد لطب العيون بالرياض بإجراء بحث عن الكحل الموجود في أسواق الرياض (عام 1986)، وقد وجدوا نوعين من الكحل أحدهما من الهند. و وجد الباحثون أن كلا النوعين ملوَّث بالبكتيريا (و خاصة سلبية الجرام negative Gram العضوية و الفطريات، كما وجدوا أن الكحل مغشوش بمواد أخرى غير الإثمد مثل الرصاص. و لهذا نصحوا بعدم استعمال الكحل الموجود حاليا في الأسواق (نقلا عن محادثة مع أخصائي العيون الدكتور ضياء الموصلي).

(الحجامة و الحقنة و السعوط و القيء)

عن حفص بن البختري، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: الدواء أربعة: الحجامة، و السعوط، و الحقنة، و القيء(1).

عن خلف بن حمّاد عن رجل عن أبي عبد الله عليه السلام أنّه مرّ يقوم يحتجمون، فقال: ما كان عليكم لو أخرتموه لعشيّة الأحد، فكان يكون أنزل للداء(2).

عن يونس بن يعقوب، قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: احتجم رسول الله (ص) يوم الإثنين و أعطى الحجّام برّا(3).

عن إبراهيم بن مهزم، عمّن ذكره عن أبي عبد الله عليه السلام قال: كان رسول الله (ص) يحتجم يوم الإثنين بعد العصر(4).

عن حمّاد بن عيسى عمّن ذكره عن أبي عبد الله عليه السلام قال: الحجامة يوم الإثنين من آخر النهار تسلّ الداء سلاً من البدن(5).

ص: 394

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 108 ح 1.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 108 ح 2،

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 109 ح 3.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 109 ح 4.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 109 ح 5. لا- يبعد كون أخبار الاثنين محمولة علي التقية، لكثرة الأخبار الواردة في شؤمه، و يمكن تخصيصها بهذه الأخبار، و فيه نكتة و هو أن شؤمه لوقوع مصائب النبي (ص) و الأئمة (ع) فيه و الاحتجام كأنه مشاركة معهم في الألم و المصيبة. -



عن معتب بن المبارك قال: دخلت علي أبي عبد الله عليه السلام في يوم خميس وهو يحتجم، فقلت له: يا ابن رسول الله، تحتجم في يوم الخميس؟ قال: نعم من كان منكم محتجماً فليحتجم في يوم الخميس، فإنَّ كلَّ عشية جمعة يبتدر الدم فرقا من القيامة ولا يرجع إلي وكره إلي غداة الخميس. ثم التفت عليه السلام إلي غلامه زينج فقال: يا زينج، اشدد قصب الملازم، واجعل مصبك رخياً، واجعل شرطك زحفاً(1).

قال أبو عبد الله عليه السلام: من احتجم في آخر خميس من الشهر في أول النهار سلّ منه الداء سلاً(2).

عن أبي سلمة - وهو أبو خديجة، واسمه سالم بن مكرم - عن أبي عبد الله عليه السلام قال: الحجامة علي الرأس علي شبر من طرف الأنف وفتق من [بين] الحاجبين. وكان رسول الله صلي الله عليه واله وسلم يسميها بالمنقذة(3).

عن سماعة، قال: سمعت أبا عبد الله عليه السلام يقول: الحقنة هي من الدواء، وزعموا أنّها تعظم البطن، وقد فعلها رجال صالحون(4).

عن حفص بن عمر قال: قال أبو عبد الله عليه السلام: خير ما تداويتم به الحجامة والسعوط والحمام والحقنة(5).

ص: 395

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 110-111 ح 9.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 111 ح 10.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 112-113 ح 13.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 117 ح 30.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 117 ح 31.

عن جعفر بن محمد عليهما السلام قال: الدواء أربعة: الحجامة، و الطلي، و القيء، و الحقنة(1).

عن أحمد بن عبد الله بن زريق، قال: مرّ جعفر بن محمد عليهما السلام يقوم كانوا يحتجمون، قال: ما كان عليكم لو أخرتموه إلي عشية الأحد فكان أبراً للداء(2).

عن أبي محمد بن البردعي عن صفوان، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: كان رسول الله (ص) يحتجم ثلاثة: واحدة منها في الرأس يسميها «المتقدمة»، و واحدة بين الكتفين يسميها «النافعة» و واحدة بين الوركين يسميها «المغيثة»(3).

عن أبي إسحاق السبيعي عمّن ذكره أنّ أمير المؤمنين عليه السلام كان يغتسل من الحجامة و الحمام قال شعيب: فذكرته لأبي عبد الله الصادق عليه السلام فقال: إنّ النبي (ص) كان إذا احتجم هاج به الدم و تبيغ(4) فاغتسل بالماء البارد ليسكن عنه حرارة

ص: 396

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 118 ح 32.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 120 ح 41.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 120 ح 45.

4- (4) تبيغ الدم: هاج و ثار. و التبيغ غلبة الدم علي الإنسان. و هو ما نعرفه اليوم بضغط الدم (فرط التوتر الشرياني)، فإذا هاج الدم و ارتفع الضغط فإنه قد يسبب انفجار أحد الشرايين في الدماغ فيقتل المصاب أو يصاب بالشلل (الفالج) و ضغط الدم يؤدي إلي هبوط القلب (احتشاء عضلة القلب) و إلي الفشل الكلوي. و كلاهما قاتل. و يعتبر ضغط الدم (فرط التوتر الشرياني) من الأمراض الشائعة، و القاتلة إذا لم تعالج. و يسبب ارتفاع ضغط الدم إصابة الكلي ثم فشلها، و كلّما أصيبت الكلي و زاد مرضها، كلما ارتفع ضغط الدم. و هكذا يدخل الإنسان في حلقة مقلولة.. كما أن ضغط الدم المرتفع يسبب أحيانا انفجار أحد شرايين الدماغ فيسبب السكتة الدماغية Stroke التي قد تقتل المريض. أو تكون الإصابة جلطة في الأوعية الدموية في الدماغ فتكون الإصابة شللا (فالج). و يسبب ارتفاع ضغط الدم تضخم عضلة القلب، ثم هبوط القلب و خاصة الجانب الأيسر -

الدم. وإنَّ أمير المؤمنين عليه السَّلام كان إذا دخل الحَمَّام هاجت به الحرارة صبَّ عليها الماء البارد فتسكن عنه الحرارة(1).

عن أبي بصير، قال: قال أبو عبد الله عليه السَّلام: كان النبيّ (ص) يحتجم في الأُخدعين، فأتاه جبرئيل عن الله تبارك و تعالي بحجامة الكاهل(2).

ص: 397

---

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 122 ح 48.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 122 ح 49.

قال أبو بصير: سألت الصادق عليه السلام عن الحجامة يوم الأربعاء فقال: من احتجم يوم الأربعاء لا يدور خلافاً علي أهل الطيرة عوفي من كلّ عاهة، ووقي من كلّ آفة(1).

عن زرارة عن أبي عبد الله جعفر بن محمد الصادق عليه السلام أنّه احتجم فقال: يا جارية هلّمي ثلاث سكّرات. ثمّ قال: إنّ السكر بعد الحجامة يورد الدم الصافي، ويقطع الحرارة(2).

عن طلحة بن زيد، قال: سألت أبا عبد الله عليه السلام عن الحجامة يوم السبت، قال: يضعف(3).

عن جعفر بن محمد عليهما السلام قال: يحتجم الصائم في غير شهر رمضان متي شاء فأما في شهر رمضان فلا يغرّز(4) بنفسه، ولا يخرج الدم إلا أن يتبيخ به. فأما نحن فحجامتنا في شهر رمضان بالليل، و حجامتنا يوم الأحد، و حجامة موالينا يوم الإثنين(5).

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: إيّاك و الحجامة علي الريق(6).

عنه عليه السلام قال في الحمام: لا تدخله و أنت ممتليء من الطعام، و لا تحتجم

ص: 398

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 122 ح 50.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 122 ح 51.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 123 ح 55.

4- (4) أي لا يعرض نفسه للهلاك.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 123-124 ح 57.

6- (6) بحار الأنوار ج 59 ص 124 ح 58.

حتّى تأكل شيئاً، فإنّه أدّر للعروق، وأسهل لخروجه، وأقوي للبدن(1).

عن زيد الشحام، قال: كنت عند أبي عبد الله عليه السلام فدعا بالحجّام، [ف] قال له: اغسل محاجمك وعلّقها، ودعا برمانة فأكلها، فلمّا فرغ من الحجامة دعا برمانة أخرى فأكلها فقال: هذا يطفىء المرار(2).

وروي عن أبي عبد الله عليه السلام أنّه احتجم فقال: يا جارية هلّمي ثلاث سكّرات، ثمّ قال: إنّ السكر بعد الحجامة يرّد الدم الطريّ، ويزيد في القوّة(3).

وعنه عليه السلام قال: الحجامة يوم الأحد فيه شفاء من كل داء(4).

وعنه عليه السلام قال: من احتجم في آخر خميس في الشهر آخر النهار سل الداء سلا(5).

وعنه عليه السلام قال: إن الدم يجتمع في موضع الحجامة يوم الخميس فإذا زالت الشمس تفرق، فخذ حظك من الحجامة قبل الزوال(6).

عن المفصّل بن عمر، قال: دخلت علي الصادق عليه السلام وهو يحتجم يوم الجمعة، فقال: أو ليس تقرأ آية الكرسيّ؟ ونهي الحجامة مع الزوال في يوم الجمعة(7).

ص: 399

- 1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 124 ح 59.
- 2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 124 ح 61.
- 3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 124 ح 63.
- 4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 124 ح 65.
- 5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 125 ح 72.
- 6- (6) بحار الأنوار ج 59 ص 125-126 ح 73.
- 7- (7) بحار الأنوار ج 59 ص 126 ح 74.

عن الصادق عليه السّلام قال: إذا ثار بأحدكم الدم فليحتجم، لا يتبيّغ به فيقتله. وإذا أراد أحدكم ذلك فليكن من آخر النهار(1).

عنه عليه السّلام قال: إذا بلغ الصبيّ أربعة أشهر فاحتجموه في كلّ شهر مرّة في النقرة فإنّه يجفّف لعابه ويهبط بالحرّ من رأسه و جسده(2).

عن محسن الوشاء قال: شكوت إليّ أبي عبد الله عليه السّلام وجع الكبد فدعي بالفاصد ففصدني من قدمي وقال: اشربوا الكاشم لوجع الخاصرة(3).

روي عن الصادق عليه السّلام أنّه شكى إليه رجل الحكّة، فقال: احتجم ثلاث مرّات في الرجلين جميعاً فيما بين العرقوب والكعب. ففعل الرجل ذلك، فذهب عنه. وشكى إليه آخر فقال: احتجم في واحد عقبيك أو من الرجلين جميعاً ثلاث مرّات تبرأ إن شاء الله. قال: وشكى بعضهم إليّ أبي الحسن عليه السّلام كثرة ما يصيبه من الجرب، فقال: إنّ الجرب من بخار الكبد، فاذهب وافتصد من قدمك اليمني والزم أخذ درهمين من دهن اللوز الحلو(4) عليّ ماء الكشك، واتّق الحيتان والخلّ ففعل

ص: 400

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 126 ح 78.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 127 ح 86.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 127 ح 89.

4- (4) دهن اللوز الحلو: يستخرج كما يستخرج دهن الخروع (المعتمد في الأدوية المفردة). صفته صنعته: الجامع لمفردات ابن البيطار: ديسقوريدوس: دهن الخروع يصنع هكذا: يؤخذ من حب الخروع المستحکم في شجره مما أحببت وشمسه فإذا تشقق قشره و تساقط عنه فاجمع ما في داخله وصيره في هاون ودقه ناعماً، ثم اطرحه في قدر مرصصة برصاص قلعي فيها ماء و اغله، فإذا خرج دهنه كله فأنزل القدر عن النار و خذ الدهن بصدفة و اخزنه. فأما المصريون فلأنهم يحتاجون منه إليّ شيء كثير يعملونه عملاً آخر: و هو أنهم بعد أن ينقوا حب الخروع يطبخونه ناعماً و يجعلونه في خلال خوص و يعصرونه بلولب. و علامة استحكام الخروع تساقطه من قشره. -

فبريء بإذن الله(1).

عن المفصّل بن عمر، قال: شكوت إلي أبي عبد الله عليه السّلام الجرب علي جسدي و الحرارة، فقال: عليكم بالافتصاد من الأكل، ففعلت فذهب عني، و الحمد لله شكرا(2).

وروي أنّ رجلا شكى إلي أبي عبد الله عليه السّلام الحكّة، فقال له: شربت الدواء؟ فقال: نعم، فقال: فصدت العرق؟ فقال: نعم فلم أنتفع به، فقال: احتجم ثلاث مرّات في الرجلين جميعا فيما بين العرقوب و الكعب. ففعل فذهب عنه(3).

عن الحسن بن عليّ بن فضال، عمّن ذكره عن أبي عبد الله عليه السّلام قال: الحجامة في الرأس هي المغيثة تنفع من كلّ داء إلاّ السام، و شبر من الحاجبين إلي حيث بلغ إبهامه. ثمّ قال: ها هنا(4).

عن حمران قال: قال أبو عبد الله عليه السّلام: فيم يختلف الناس؟ قلت: يزعمون أنّ الحجامة في يوم الثلاثاء أصلح، قال: فقال: و إلي ما يذهبون في ذلك؟ قلت: يزعمون أنّه يوم الدم. قال: فقال: صدقوا فأحري أن لا يهيّجوه في يومه، أما علموا أنّ في يوم الثلاثاء ساعة من وافقها لم يرق دمه حتّي يموت أو ما شاء الله!(5).

عن إسحاق بن عمّار، عن أبي عبد الله عليه السّلام قال: لا تحتجموا في يوم الجمعة

ص: 401

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 127-128 ح 90.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 128 ح 91.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 128 ح 92.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 129 ح 93.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 129 ح 94.

مع الزوال، فإن من احتجم مع الزوال في يوم الجمعة فأصابه شيء فلا يلومن إلا نفسه(1).

عن أبي سلمة، عن معتب، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: الدواء أربعة:

السعوط، والحجامة، والنورة والحقنة(2).

عن عمّار الساباطي، قال: قال أبو عبد الله عليه السلام: ما يقول من قبلكم في الحجامة قلت: يزعمون أنها علي الريق أفضل منها علي الطعام قال: لا، هي علي الطعام أدرّ للعرق وأقوي للبدن(3).

عن سفيان بن السمط، قال: قال لي أبو عبد الله عليه السلام: إذا بلغ الصبي أربعة أشهر فاحجمه في كلّ شهر في النقرة، فإنّها تجفّف لعابه، و تهبط الحرارة من رأسه وجسده(4).

ص: 402

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 130 ح 96.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 130 ح 97.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 130 ح 98.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 131 ح 100.



الحجامة عملية جراحية يقصد بها تخفيف أو شفاء الإلتهاب الذي يحصل في أعضاء غائرة لا تصل إليها العمليات الجراحية بدون هذه الوسطة أو نحوها، وذلك بجذب كمية من الدم من مقابل ذلك المكان الملتهب إلي الجلد ثم استخراج هذا الدم إلي الخارج كما في العلق و الفصد أو حبسه مدة تحت الجلد بحيث ينقطع عن الدورة فيخفف بذلك الالتهاب المذكور أو الألم الحاصل.

ففي الحال الأول أي إخراج الدم يقال للحجامة دموية.

وفي الحال الثاني جافة وهذا ما يعبر عنه عند العموم بكاسات دم و كاسات هواء.

و طريقة الحجامة في الحالين أن تؤخذ كأس زجاجية ضيقة الفم واسعة البطن حجمها نحو الرمانة الصغيرة تعرف بالمحجمة (Ventouso) ثم تحرق قطعة من الورق أو قليل من القطن داخلها حتي يزول منها الهواء بواسطة الحرارة و توضع في الحال علي الجلد حيث يراد استخراج الدم أو أن يوضع علي الجلد قطعة من كرتون، تركز عليها قطعة صغيرة من شمعة مشعلة أو كتلة من قطن كذلك، و توضع المحجمة فوقها فتتفرغ من الهواء بالحرارة و تلتصق بالجلد التصاقا محكما فينجذب الدم و غيره من المواد المصلية بقوة الجذب و ينتفخ الجلد و يتقرب و يحمر و تبقى المحجمة لاصقة به مدة كافية لمنع اشتراك هذه الكمية من الدم في الدورة.

هذا في الحجامة الجافة و أما إذا أريد إخراج الدم فيجب أن يجرح الجلد جرحين أو ثلاثة أو أربعة خفيفة كما يفعل في التشريط ثم توضع المحجمة علي الكيفية المذكورة فعند تراكم الدم علي ما سبق يخرج من تلك الجروح إلي المحجمة فإذا امتلأت نزعتم ثم أعيدت تكرارا بقدر الكمية المراد إخراجها من الدم و طريقة نزعها أن يكبس بالأصبع علي الجلد قرب حافة المحجمة فيدخل الهواء من تلك الفرجة التي تفتح بين الجلد و حافة المحجمة فتتفك.

وقد تكون المحجمة مثقوبة من الوراء ثقباً صغيراً يمتص منه الهواء بالفم أو ذات أنبوبة يمتص منها بواسطة طلمبة ماصة و ذلك يغني عن إخراج الهواء منها بالحرارة كما ذكر أنفاً.

و الحجامة نافعة جدا في كثير من الأحوال المرضية و أنفع من العلق و التشريط في أكثر الظروف و مع أنها كانت كثيرة الإستعمال قديما فقد قل استعمالها الآن بدون داع أساسي و تفيد كثيرا في التهابات الرئة و البليورة و بعض الأمراض العصبية و أوجاع المفاصل و يستعملونها كثيرا في تفريغ الدمامل منعاً لدخول الهواء فيها، و قد يستعملونها عند نهش الحيوانات السامة لمنع سير السم في

العروق وامتزاجه بالدم فيخرج بها مع كمية من الدم سطحية ويدفع ضرره. ثم إن الحجامة الجافة يصلح استعمالها في كل أقسام الجسد و أما الدموية فلا تستعمل إلا في الأجزاء التي ليس نسيجها لطيفا و أوعيتها مهمة و نحو ذلك.

قال في الموجز(1): و للحجامة فوائد:

أحدها: تنقية العضو نفسه.

و ثانيها: قلة استفراغها لجوهر الروح.

و ثالثها: قلة تعرضها للأعضاء الرئيسة.

قال: و الحجامة علي الساقين تقارب الفصد، و تدر الطمث و تنقي الدم، و علي القفاة للرمد، و البحر، و القلاع(2) ، و الصداع خاصة ما كان في مقدم الرأس، لكنها تورث النسيان.

قال: و فصد الباسليق(3) ينقي تور البدن و القيغال(4) و جبل الذراع للرقبة فما فوقها، و الأكحل مشترك، و الأسليم(5) الأيمن لأوجاع الكبد، و الأيسر لأوجاع الطحال، و فصد عرق النساء(6) لأوجاع عرق النساء عظيم و للدوالي(7) ، و للنقرس(8) ، و الصافن(9) لإدرار الحيض، و لمنافع عرق النساء.

و قال ابن القيم(10): الحجامة تنقي سطح البدن أكثر من الفصد و الفصد لأعماق البدن أفضل، و التحقيق في أمرهما أنهما يختلفان باختلاف الزمان و المكان، و الأسنان، و الأمزجة، فالأمزجة الحارة التي دم أصحابها في غاية النضج، الحجامة فيها أنفع بكثير.

ص:404

1- (1) الموجز ص 78، و انظر: القانون (110/1، 111، 112).

2- (2) القلاع: بضم القاف و تشديد اللام: داء في الفم و الحلق يصيب الصبيان في أفواههم. انظر: تاج العروس مادة قلع (81/5). و نهاية الأرب (77/11).

3- (3) الباسليق: عرق يقع في الجانب الأنسي من الإنسان، و انظر: فقه اللغة للثعالبي (ص 111).

4- (4) القيغال: عرق يقع في الجانب الوحشي من الإنسان. انظر: فقه اللغة للثعالبي (ص 111).

5- (5) و في المخطوطة: الأشليم، و هو خطأ، و ما أثبتته من القانون و فقه اللغة (ص 111) و قال: هو عرق فيما يلي الخنصر و البنصر، و هو معرب.

6- (6) عرق النساء: وجع من أوجاع الأعصاب يتدئ من مفصل الورك و يمتد إلي الركبة فالكعب.

7- (7) الدوالي: عروق تظهر في الساق و هي ملتوية غليظة شديدة الخضرة. أنظر: فقه اللغة (ص 125).

8- (8) النقرس: مرض مؤلم يحدث في مفاصل القدم، و كان يسمى داء الملوك.

9- (9) الصافن: عرق عند الكعب يفصد. و الصافن: القائم علي قدميه، و الصافن من الخيل القائم علي ثلاث. أنظر: المصباح المنير مادة صفن (ص 406) و فتح الباري (152/10) و قد ذكر فوائد الفصد و الحجامة.

10- (10) الطب النبوي لابن القيم (ص 125) و انظر فتح الباري (151/10).

فإن الدم ينضج ويرق، ويخرج إلي سطح الجسد، فتخرج الحجامة ما لا يخرج الفصد، ولذلك كانت أنفع للصبيان، ولمن لا يقوي علي الفصد، وقد نص الأطباء علي أن البلاد الحارة الحجامة فيها أفضل وأنفع من الفصد.

وتستحب في وسط الشهر، وبعد وسطه، وفي الربع الثالث من أرباع الشهر، لأن الدم لم يكن في أول الشهر قد هاج وتبيغ وفي آخره يكون قد سكن، وأما في وسطه وبعيده فيكون في نهاية التزيد.

قال صاحب القانون(1) ويؤمر باستعمال الحجامة لا- في أول الشهر، لأن الأخلاط لا تكون قد تحركت أو هاجت، ولا في آخره لأنها تكون قد نقصت، بل في وسط الشهر حين تكون الأخلاط هائجة تابعة في تزيدها لتزيد النور في جرم القمر. انتهى.

وقال ابن القيم: وقوله (ص):

«خير ما تداويتم به الحجامة» إشارة إلي أهل الحجاز والبلاد الحارة لأن دماءهم رقيقة، وهي أميل إلي ظاهر أبدانهم لجذب الحرارة الخارجة إلي سطح الجسد، واجتماعها في نواحي الجلد، لأن مسام أبدانهم واسعة، وقواهم متخلخلة، ففي الفصد لهم خطر.

قال: والحجامة علي الكاهل تنفع من وجع المنكب والحلق والحجامة علي الأخدعين تنفع في أمراض الرأس وأجزائه: كالوجه والأسنان، والأذنين، والعينين، والأنف، والحلق، إذا كان حدوث ذلك عن كثرة الدم، أو فساده، أو عنهما جميعا. انتهى.

قال ابن سينا في القانون:

ويؤمر باستعمال الحجامة لا في أو الشهر، لأن الأخلاط لا تكون قد تحركت وهاجت، ولا في آخره لأنها تكون قد نقصت، بل في وسط الشهر حين تكون الأخلاط هائجة بالغة في تزايدها لتزيد النور في جرم القمر. وقد روي عن النبي (ص)، أنه قال: «خير ما تداويتم به الحجامة والفصد».

قال في القانون: الحجامة علي النقرة خليفة الأكحل، وينفع من ثقل الحاجبين و(العينين) ويجفف الجفن، وينفع من جرب العين والبحر في الفم. وعلي الكاهل خليفة الباسليق، وينفع من وجع المنكب والحلق. وعلي أحد الأخدعين خليفة القيصال وينفع من ارتعاش الرأس، وينفع الأعضاء التي في الرأس مثل الوجه والأسنان والضرس والأذنين و(العينين) والحلق والأنف.

لكن الحجامة علي النقرة تورث النسيان حقا كما قال سيّدنا ومولانا صاحب شريعتنا

ص: 405

1- (1) القانون (212/1) والطب لابن القيم أيضا (ص 125).

محمد (ص)، فإنّ مؤخّر الدماغ موضع الحفظ، و تضعفه الحجامة. و علي الكاهل يضعف فم المعدة و الأخدعية ربما أحدثت رعشة الرأس، فلتسفل النقرية و لتصعد الكاهلية قليلا إلا أن يتوخي بها معالجة نرف الدم و السعال، فيجب أن تنزل و لا تصعد.

و هذه الحجامة التي تكون علي الكاهل و بين الكتفين نافعة من أمراض الصدر الدموية، و الربو الدموي، لكن تضعف المعدة، و تحدث الخفقان، و الحجامة علي الساق يقارب الفصد، و ينقي الدم، و يدرّ الطمث، و من كانت من النساء بيضاء متخلخلة رقيقة الدم فحجامة الساقين أوفق لها من فصد الصافن.

و الحجامة علي القمحدوة و علي الهامة ينفع - فيما ادّعه بعضهم - من اختلاط العقل و الدوار، و يبطن - فيما قالوا - بالشيب. و فيه نظر، فإنها قد تفعل ذلك في أبدان دون أبدان و في أكثر الأبدان تسرع بالشيب، و تضرّ بالذهن، و تنفع من أمراض العين، و ذلك أكثر منفعتها، فإنها تنفع من جربها و بثورها من المورسرج، و لكتها تضرّ بالذهن، و تورث بلها و نسيانا و رداءة فكر، و أمراضا مزمنة، و تضرّ بأصحاب الماء في العين، إلا أن تصادف الوقت و الحال التي يجب فيها استعمالها، فربما لم تضرّ.

و الحجامة تحت الذقن ينفع الأسنان و الوجه و الحلقوم، و ينقي الرأس و الفكّين.

و الحجامة علي القطن نافعة من دماميل الفخذ و جربه و بثوره، و من النقرس و البواسير و داء الفيل و رياح المثانة و الرحم و من حكة الظهر. فإذا كانت هذه الحجامة بالنار شرط أو غير شرط نفعت من ذلك أيضا. و التي بشرط أقوى في غير الريح، و التي بغير شرط أقوى في تحليل الريح البارد و استئصالها هاهنا، و في كل موضع. و الحجامة علي الفخذين من قدام ينفع من ورم الخصيتين و خراجات الفخذين و الساقين، و علي أسفل الركبتين، فالتى علي الفخذين ينفع من الأورام و الخراجات الحادثة في الأليتين، و علي أسفل الركبة تنفع من ضربان الركبة الكائن من أخلاط حارة، و من الخراجات الرديئة و القروح العتيقة في الساق و الرجل، و التي علي الكعبين تنفع من احتباس الطمث، و من عرق النساء و النقرس.

عن سيف بن عميرة، عن شيخ من أصحابنا، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: كُتِبَ عنده فسأله شيخ فقال: إنَّ بي وجعا، وإِنَّمَا أَشْرَبَ لَه النَّبِيذُ، وَوَصَفَهُ لَه الشَّيْخُ. فَقَالَ:

مَا يَمْنَعُكَ مِنَ الْمَاءِ الَّذِي جَعَلَ اللَّهُ مِنْهُ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ؟ قَالَ: لَا يُوَافِقُنِي. قَالَ: فَمَا يَمْنَعُكَ مِنَ الْعَسَلِ، قَالَ اللَّهُ «فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ»؟ قَالَ: لَا أَجِدُهُ. قَالَ: فَمَا يَمْنَعُكَ مِنَ اللَّبَنِ الَّذِي نَبَتَ مِنْهُ لِحْمُكَ وَاسْتَدَّ عَظْمُكَ؟ قَالَ: لَا يُوَافِقُنِي. قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ: أَتُرِيدُ أَنْ أَمْرَكَ بِشَرْبِ الْخَمْرِ؟! لَا وَاللَّهِ لَا أَمْرَكَ (1).

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: المصطرّ لا يشرب الخمر، فإنّها لا تزيد إلا شراً، ولأنه إن شربها قتلتها فلا تشرب منها قطرة (2).

عن ابن مسكان، عن ابن أبي يعفور، قال: كان إذا أصابته هذه الأوجاع فإذا اشتدّت به شرب الحسو من النبيذ فسكن عنه، فدخل عليّ أبي عبد الله عليه السلام فأخبره بوجعه وأنه إذا شرب الحسو من النبيذ سكن عنه. فقال له: لا تشربه، فلما أن رجعت إلي الكوفة هاج به وجعه، فأقبل عليه أهله فلم يزالوا به حتّى شرب فساعة شرب منه سكن عنه.

فعاد إليّ أبي عبد الله عليه السلام فأخبره بوجعه وشربه. فقال له: يا ابن أبي يعفور لا تشرب، فإنّه حرام. إنّما هو الشيطان موكل بك، ولو قد يئس منك ذهب. فلما أن رجعت

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 83 ح 4.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 83 ح 5.

إلي الكوفة هاج به وجعه أشد ما كان، فأقبل أهله عليه، فقال لهم: و الله ما أذوق منه قطرة أبدا، فأيسوا منه [أهله] و كان يتهم علي شيء و لا يحلف، فلما سمعوا أيسوا منه.

و اشتد به الوجع أياما، ثم أذهب الله به عنه، فما عاد إليه حتى مات رحمة الله عليه(1).

عن عمر بن يزيد الصيقل، قال: حضرت أبا عبد الله عليه السلام فسأله رجل به البواسير الشديد، و قد وصف له دواء سكرجة من نبيذ صلب لا يريد به اللذة و لكن يريد به الدواء. فقال: لا، و لا جرعة قلت: لم؟ قال: لأنه حرام، و إن الله عز و جل لم يجعل في شيء ممّا حرّمه دواء و لا شفاء(2).

عن عمر بن أذينة، قال: كتبت إلي أبي عبد الله عليه السلام أسأله عن الرجل ينعت له الدواء من ريح البواسير، فيشربه بقدر سكرجة(3) من نبيذ صلب، ليس يريد به اللذة إنما يريد به الدواء. فقال: لا، و لا جرعة. و قال: إن الله عز و جل لم يجعل في شيء ممّا حرّم شفاء و لا دواء(4).

عن الحلبي قال: سألت أبا عبد الله عليه السلام عن دواء يعجن بالخمير لا يجوز أن يعجن بغيره، إنما هو اضطرار؟ فقال: لا و الله، لا يحلّ لمسلم أن ينظر إليه، فكيف يتداوي به؟! و إنما هو بمنزلة شحم الخنزير الذي يقع في كذا و كذا لا يكمل إلا به، فلا شفي الله أحدا شفاه خمر و شحم خنزير!(5)

ص: 408

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 85 ح 7.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 86 ح 9.

3- (3) سكرجة: ابن سرافيون: السكرجة ستة أساتير و ربع الخوارزمي: اسكرجة صغيرة ثلاث أواق اسكرجة كبيرة: تسع أواق.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 87 ح 10.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 88 ح 15.

عن أبي بصير، قال: دخلت أم خالد العبديّة علي أبي عبد الله عليه السّلام وأنا عنده، فقالت: جعلت فداك، إنّه يعتريني قراقر في بطني، وقد وصف لي أطباء العراق النبيذ بالسويق، وقد وقفت وعرفت كراحتك له، فأحببت أن أسألك عن ذلك.

فقال لها: وما يمنعك عن شربه؟ قالت: قد قدّدتك ديني فألقي الله عزّ وجلّ حين ألقاه فأخبره أنّ جعفر بن محمّد عليه السّلام أمرني و نهاني. فقال: يا أبا محمّد أ لا تسمع إلي هذه المرأة وهذه المسائل! لا والله، لا آذن لك في قطرة منه و لا تذوق منه قطرة، فإنّما تندمين إذا بلغت نفسك هاهنا - أو ما بيده إلي حنجرته - يقولها ثلاثا: أفهمت؟ قالت: نعم ثمّ قال أبو عبد الله عليه السّلام: ما يبيلّ الميل ينجس حبّا من ماء - يقولها ثلاثا(1).

عن مالك بن مسمع المسمعيّ، عن قائد بن طلحة، قال: سألت أبا عبد الله عليه السّلام عن النبيذ يجعل في دواء، قال: لا ينبغي لأحد أن يستشفى بالحرام(2).

عن عبد الحميد بن عمر بن الحرّ، قال: دخلت علي أبي عبد الله الصادق عليه السّلام أيّام قدم [من] العراق، فقال: ادخل علي إسماعيل بن جعفر، فإنّه شاك و انظر ممّا وجعه. قال: فقمّت من عند الصادق عليه السّلام و دخلت عليه، فسألته عن وجعه الّذي يجده، فأخبرني به. فوصفت له دواء فيه نبيذ، فقال لي إسماعيل: يا ابن الحرّ، النبيذ حرام، و إنّنا أهل البيت لا نستشفى بالحرام(3).

عن عليّ بن أسباط، قال: أخبرني أبي، قال: كنت عند أبي عبد الله عليه السّلام فقال

ص: 409

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 88 ح 16.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 87 ح 12.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 87-88 ح 14.

له رجل: إنَّ بي - جعلت فداك أرواح البواسير، وليس يوافقني إلا شرب النبيذ. قال:

فقال له: ما لك ولما حرّم الله عزّ وجلّ ورسوله (ص).! - يقول له ذلك ثلاثا - عليك بهذا المريس الذي تمرسه بالليل و تشربه بالغداه و تشربه العشيّ. فقال له: هذا ينفخ البطن. قال له: فأدلك علي ما هو أنفع لك من هذا، عليك بالدعاء فإنه شفاء من كلّ داء قال: فقلنا له: فقليله و كثيره حرام؟ فقال: نعم، قليله و كثيره حرام(1).

عن ابن مسكان، عن الحلبيّ، قال: سألت أبا عبد الله عليه السّلام عن دواء عجن بالخمير. قال: لا والله، ما أحبّ أن أنظر إليه، فكيف أتداوي به! إنّه بمنزلة شحم الخنزير أو لحم الخنزير و إن أناسا ليتداوون به(2).

الكي

عن الصادق عليه السّلام أنه رخص في الكي فيما لا يتخوف فيه الهلاك و لا يكون فيه تشويه(3).

ص:410

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 89 ح 17.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 89-90 ح 18.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 74 ح 35.



## ما هو مصير الخمر داخل جسم الإنسان؟

عند ما يحتسي الإنسان الخمر فإنها تمتص بسرعة جدا من الجهاز الهضمي في المعدة والأمعاء الدقيقة حيث تسير مع الدم وتذهب حوالي 95% منها إلى الكبد، وتذهب الكمية المتبقية إلى القلب ثم إلى الرئة والكلية والجلد حيث تخرج من الجسم مع التنفس والبول والعرق... ويذهب جزء منها إلى المخ مباشرة، وفي الكبد حيث تذهب أكبر كمية فإن الكحول تحدث له عملية أكسدة وذلك بتفاعله مع الأكسجين فينتج عن ذلك مادة وسيطة تسمى الأسيتالدهيد، ثم تحدث في الكبد عملية أكسدة للأسيتالدهيد فيتحول إلى حمض الخليك... ثم تحدث عملية أكسدة لحمض الخليك باتحاده مع الأكسجين فيتحول إلى ثاني أكسيد الكربون والماء... وتطلق أثناء هذه العمليات الطاقة الحرارية.

## آثار شرب الخمر علي الإنسان

الخمور لها تأثير مهبط علي الجهاز العصبي المركزي شبيه بتأثير الأدوية المخدرة، والخمر بكميات صغيرة لها تأثير منوم وكذلك لها تأثير بسيط في تخفيف الألم، وكذلك تخفيض درجة الحرارة للجسم... لذلك فإن الشخص الذي يشرب الخمر يشعر بالدفء نتيجة لزيادة تدفق الدم في الأوعية الدموية بالجلد (التي تتسع من انخفاض الحرارة من الخمر) وبذلك يشعر الشخص بالدفء... وكذلك فإن الخمر لها تأثير علي إفراز العصارة المعدية ولذلك فهي تزيد الشهية لتناول الطعام وتقسم الأعراض الناشئة عن شرب الخمر إلي أعراض حادة أو أعراض وقتية وأعراض مزمنة وفيما يلي نشرح ذلك:

## أولا الأعراض الحادة الوقتية لشرب الخمر:

وتشتمل علي:

1 - حالة نشوة وانسباط لا تتناسب مع الجو الخارجي الذي تواجد فيه الشخص فيظهر في صورة غير لائقة... فإذا حدثته حديثا جادا أخذه بصورة الهزل، وقد تحدث من الشخص تصرفات لا تتناسب مع مركزه أو سنه مما يسبب ضياع هيئته ووقاره ويظهر الشخص في صورة غير محترمة تدعو للسخرية والاستهزاء.

2 - تتغير لغة و طريقة الكلام و النطق بالحروف و الكلمات و ذلك بسبب الخلل الذي يحدث في عملية التعاون بين العضلات الدقيقة الخاصة بالكلام و التنغيم و إخراج الأصوات فيؤدي ذلك إلي إطالة النطق ببعض الحروف و سرعة البعض الآخر فيبدو الكلام هزليا.

3 - يتقلب إحساس الشخص تجاه الآخرين من الشعور الودي الزائد إلي شعور عدائي زائد فجأة و بدون أسباب معقولة و قد ينفجر في البكاء بلا سبب.

4 - عدم توافق حركة المشي... فيسير السكران مترنحا بسبب التأثير علي المخيخ و هو المسؤول عن التوازن و نتيجة عدم التوافق بين حركة العضلات بسبب تأثير الخمر علي الأعصاب الطرفية و قدرتها علي نقل الإشارات الصادرة من المخ إلي العضلات و العكس.

5 - هلوسة بصرية و خلل في جهاز الرؤية فتصبح الأشياء غير واضحة أمام الشخص السكران فلا يري الأشياء علي حقيقتها بل قد يري الشيء الواحد كأنه عدة أشياء متكررة أمامه و قد يري مناظر لا وجود لها في الحقيقة (كما ذكرنا سابقا) و يصبح هذا الخلل خطيرا إذا كان الشخص يقود سيارة أو خلافه فإن وقوع حادث مروع هو أمر محتمل الحدوث، كما قد يحدث للعين رعشة و اجهاد نتيجة لذلك.

6 - يتسبب شرب الخمر في إثارة الحجاب الحاجز (و هو العضلة التي تفصل بين التجويف الصدري و التجويف البطني) و يؤدي ذلك إلي حدوث انقباض الحجاب الحاجز بطريقة لا إرادية مما يؤدي إلي «الزغطة» بصورة مزعجة.

7 - يحدث قيء شديد يفقد الجسم فيه الكثير من محتويات المعدة و عصاراتها و انزيماتها الهاضمة مع المأكولات التي تناولها، هذا فضلا عن الإرهاق الذي تسببه عملية القيء بعضلات البطن و المعدة.

8 - إذا شرب الشخص كمية كبيرة من الخمر فإن تركيز الكحول في الدم يرتفع إلي الدرجة التي يتسبب عنها حالة غيبوبة كاملة، و هي حالة خطيرة... و فيها تظهر علي الشخص الأعراض التالية:

أ - يفقد الشخص الوعي الكامل.

ب - يحدث انخفاض شديد في درجة حرارة الجسم فلا يشعر السكران ببرودة الجو... بل إنه يشعر بالدفء الكاذب مما يجعل الجسم يفقد كمية كبيرة من درجة حرارته و من

طاقته الحرارية وقد تؤدي هذه الحالة إلي الوفاة خصوصا إذا وجد هذا الشخص في مكان شديد البرودة.

ج - يحدث بطء شديد في التنفس فلا يحصل الجسم علي الأوكسجين اللازم له لاستمرار حياته بالإضافة إلي تكوين كميات كبيرة من ثاني أكسيد الكربون نتيجة تأكسد الكحول في الكبد فيؤدي ذلك إلي الوفاة.

د - ينخفض معدل ضربات القلب ويقل أداؤه لضخ الدم إلي الجسم.

هـ - قد يحدث ارتفاع في ضغط الدم داخل المخ الأمر الذي قد يؤدي إلي انفجار شرياني داخل المخ... وفي أحسن الأحوال فإن ذلك يسبب صداعا شديدا للسكران بعد أن تزول عنه حالة السكر التي كان يعانيها... وعموما إذا طالت فترة الغيبوبة فإن الشخص يموت حتما بسبب حدوث تلف شديد في مراكز المخ و توقف التنفس... (1)

### **ثانيا: الأعراض المزمنة التي تنتج عن إدمان الخمر:**

وتشتمل علي ما يلي:

1 - يتسبب تكرار تعاطي الخمر إلي حالة الإدمان لها وبحيث لا يستطيع أن يمنع نفسه عن شرب الخمر مع زيادة الجرعة التي يتعاطاها بكميات متزايدة لكي يصل إلي التأثير النفسي المطلوب.

2 - يتسبب شرب الخمر وإدمانها في قتل خلايا الكبد وإتلافها مما يؤدي إلي حالة مرضية تسمى تليف الكبد الكحولي الذي يؤدي بدوره إلي ارتفاع ضغط الدورة البابية للدم و يؤدي ذلك بدوره إلي تضخم الطحال (لأن الطحال و الكبد مشتركان معا في دورة دموية واحدة من الناحية التشريحية)... و هذه الحالة تؤدي إلي الاستسقاء في البطن «أي أن ترشح سوائل الجسم و الدم من خلال الكبد المتليف و تتجمع في تجويف البطن فتتضخم البطن و يصبح الإنسان كأنه أنثي حبلي هزيلة» و يترتب علي ذلك إصابة الإنسان بحالة أنيميا و ضعف عام و ضمور في عضلات الجسم المختلفة ثم تكون النهاية المحتومة هي حالة الفشل الكبدي و الوفاة.

3 - يتسبب إدمان شرب الخمر في ضمور الغدد الموجودة في جدار المعدة، و هذه الغدد هي التي تفرز العصارة الهضمية و الأنزيمات الهاضمة مما يؤدي إلي حالة عسر هضم.

4 - يتسبب السكر المزمن في إصابة السكر بحالة التهاب مزمن بالمعدة و جدارها الداخلي مما

يؤدي إلي حدوث حالة حموضة بالمعدة باستمرار الأمر الذي يساعد في حدوث تقرحات بالمعدة هذا زيادة علي حالة عسر الهضم المزمن عند السكرير.

5 - يتسبب إدمان الخمر في تهيئة الظروف المساعدة علي زيادة قرحة المعدة و الإثني عشر و ذلك يؤدي إلي آلام شديدة بالبطن و فقدان الشهية للطعام و ذلك بسبب خوف المدمن مما يعانیه من آلام مبرحة بعد تناول الطعام... و غالبا تحدث حالة قيء بعد الأكل في محاولة لتخفيف حدة الألم.

6 - الإصابة بالتهاب مزمن بالبنكرياس مما ينتج عنه عدم قدرة البنكرياس علي إفراز العصارة البنكرياسية و هي تقوم بدور هام في هضم المواد الدهنية، و علي ذلك يحرم الجسم من الاستفادة منها حيث تخرج المواد الدهنية مع البراز دون هضم لها، كما يترتب أيضا علي إصابة البنكرياس بالتهاب مزمن ظهور مرض السكر عند المدمن (و هذا المرض وحده له مضاعفات و أضرار علي الإنسان.

7 - يؤدي إدمان الخمر إلي ضمور الخلايا العصبية و المراكز الهامة بالمخ خصوصا بالقشرة المخية التي يوجد بها أهم مراكز الإحساس و الحركة، و هي الجزء المسؤول من المخ عن الأفعال و التصرفات الإرادية... أي إنها مناط التكليف و التمييز و الإدراك... و هذه القشرة المخية هي التي يتميز بها الإنسان عن باقي المخلوقات من حيوانات و طيور... إلخ... فإذا ضمرت و تلفت هبط الإنسان إلي درجة الحيوانات و فقد أهم شيء كرم الله به بني آدم و هو أداة التمييز بين الصواب و الخطأ و بين الخير و الشر... و بذلك ينطلق الإنسان في حياته كوحش مفترس لا هم له إلا إرضاء شهواته و قضاء حاجاته و نزواته.

8 - يؤدي إدمان الخمر إلي مرض التهاب الأعصاب الطرفية و هي مستقبلات الإحساس بالجسم، و هي تشبه مراكز الاستطلاع التي توجد علي حدود الدول و أجهزة الرادار التي تنقل للقيادة فورا كل تحركات العدو... فإذا تخيلنا إنسانا يمسك جسما ساخنا ملتهبا و أن هذه المراكز لا- تعمل و لا ترسل إشارات للمخ تخبره بأن الجلد في هذه المنطقة ملامس لجسم ساخن ملتهب... فإنه سوف تحترق خلايا الجلد و تموت أنسجة الجسم و تلف دون أن يشعر بذلك المخ (مثلا يحدث في حالة الكي للجلد في المنطقة للتخلص من الألم بها)... و ذلك من نعم الله علي الإنسان و هو أن يخلق له حرسا و خفرا لحدود جسمه تسهر و تعمل في كل الأوقات سواء كان الإنسان نائما أم مستيقظا.

و مرض التهاب الأعصاب الطرفية المزمن الذي تسببه الخمر من أعراضه فقد الإحساس من

القدم، ثم بعد ذلك فقد الإحساس من اليد و يكون فقدان الإحساس في مناطق لبس الجوانتي باليد، و كذلك الشراب بالقدم بالإضافة إلي إصابة اليدين برعشة مستمرة مزمنة (نتيجة لتلف الخمر للأعصاب المختصة بنقل الإشارات الخاصة بالسخونة و البرودة و الألم و عدم التعرف الدقيق علي الأشياء بمجرد اللمس).

9 - يؤدي إدمان الخمر إلي فقدان الذاكرة بالنسبة للأحداث القريبة... فالشخص السكير ينسي ما الذي حدث في صباح نفس اليوم بينما يستطيع أن يتذكر بالتفصيل الأحداث الماضية منذ عشرين عاما فيتذكر مثلا طعامه ليلة الزفاف و لا يتذكر طعامه بالأمس.

10 - يؤدي إدمان الخمر إلي عدم التحكم في التبول و من ثم فإنه يتبول لا إراديا.

11 - إدمان الخمر يقلل مقاومة الجسم للأمراض و ذلك لأن الكحول يؤدي إلي شلل كرات الدم البيضاء فيؤثر ذلك علي قدرتها في مقاتلة الميكروبات و مقاومة الجراثيم التي تهاجم الجسم.

12 - يؤدي إدمان الخمر إلي احتقان مزمن في الأغشية المخاطية المبطنة للفم و الحلق و الأحبال الصوتية... و مع مرور الوقت فإن هذا الاحتقان المزمن يؤدي إلي ثخانة سمك الأحبال الصوتية مما يؤدي إلي حدوث خشونة و بحة مزمنة في صوت السكير.

13 - يؤدي الإدمان إلي إحداث تغيرات سيئة و هدامة في نفسية المدمن و شخصيته و فكره و عقليته فيصبح السكير إنسانا لا ضمير له و لا يراعي العرف و لا يلتزم بالقانون... فلا أمن معه و لا أمان له.

14 - الخمر تؤثر علي المرأة الحامل و تؤدي إلي إنجاب أطفال مشوهين ممسوخين و متخلفين عقليا فيصبح ابن المدمنة عند ما يكبر عالة علي أهله و علي المجتمع يشيع اللعنات للأم التي أنجبتة في كل صباح و كل مساء و سنشرح ذلك بالتفصيل فيما بعد.

15 - الخمر تؤدي إلي العقم للرجال بالإضافة إلي تأخيرها لالتئام جروح الفم و إلي سرطان الفم و اللسان و القصبة الهوائية و قد تحدث الإصابة بسرطان الجهاز الهضمي.

16 - و في بحث بطب الأزهر أثبت أن استخدام «خلاصة جوزة الطيب» بجرعات مركزة و لمدة طويلة (كما يفعل بعض المدمنين) يسبب تحللا في خلايا الكبد و ألياف عضلة القلب و خلايا المخيخ... و أنه علي العكس من ذلك فإن استخدام جوزة الطيب لإعطاء نكهة طيبة للطعام ليس له أي تأثير ضار.

17 - غالبا يحدث عند المدمنين للخمر و الذين يتعاطونها بشراهة حالة تسمى «هذيان السكراري» و هي مجموعة من الهلاوس السمعية و البصرية (التي سبق شرحها) و كذلك الهلوسة الحسية و تشير كثير من الاحصائيات إلي أن نصف عدد حوادث السيارات في العالم إنما تقع بسبب قيادة السيارات تحت تأثير المخدر أو الخمر.

## الأعراض التي تظهر بعد انتهاء تأثير الخمر:

### اشارة

عند ما يستيقظ السكران من النوم في الصباح فإنه يشعر بأنه غير مرتاح و غير مبسوط... و أنه ليس في حالته الطبيعية... و يحدث ذلك بسبب التأثير المدمر و الذي يحدثه الكحول علي الجهاز العصبي المركزي... و لذلك فإن السكران دائما يعاني من:

1 - حالة غثيان و قرف و جريان اللعاب.

2 - صداع شديد بالرأس و يشعر كأن المخ قد تفكك من بعضه.

3 - حالة دوخة و حرقان و آلام شديدة بالمعدة و البطن بالإضافة إلي آلام بالمفاصل و تكسير بأجزاء الجسم المختلفة.

4 - الشعور بالنقص و عدم الثقة بالنفس و كذلك الشعور بالخوف من الناس و من المجهول و توقع حدوث الشر و المصائب بالإضافة إلي الشعور بالقلق و التوتر المصحوب بانفعالات نفسية عاطفية إما بالكراهية الشديدة أو الحب الشديد و قد تحدث حالة هياج نفسي.

5 - يمكن أن تحدث لبعض الأشخاص الذين يشربون الخمر لأول مرة نوع من أنواع الحساسية التي تصيب الجلد.

و الأعراض السابقة تحدث عادة بعد عدة ساعات من شرب الخمر و بعد أن يكون الجسم قد تخلص من معظم كمية الكحول التي شربها السكران... و سبب ظهور هذه الأعراض هو أن الخمر تحتوي علي بعض المنتجات الطبيعية التي تنتج من عملية التخمر و تشوب الخمر، و بعض هذه المواد لها خاصية سامة و هي التي تسبب ظهور الأعراض السابقة بعد زوال تأثير الخمر علي الجسم.

## 1 - تأثير الخمر علي الصحة النفسية للإنسان:

فللمخدرات و الخمر تأثير ضار علي الناحية النفسية للإنسان سواء في المراحل الأولى من

تعاطيها أو في مرحلة الإدمان، حيث إن كلا من الإدمان و المرض النفسي علي علاقة وثيقة ببعضهما البعض و تتضح هذه العلاقة فيما يلي:

1 - قد ينشأ كل منهما (المرض النفسي و الإدمان) من نفس الأسباب فنري أن الأسباب التي تدفع شخصا بذاته إلي نوعية من المرض النفسي قد تدفع شخصا آخر إلي الإدمان (1).

2 - الإدمان قد يكون محاولة من الفرد للتغلب علي الصعوبات التي تواجهه و ذلك بالهروب منها.

3 - الإدمان قد يكون محاولة دفاعية من المدمن ضد المرض النفسي المهديد و كأنه بديل من المرض النفسي.

4 - الإدمان قد تصاحبه اضطرابات نفسية مختلفة نتيجة التسمم بالعقار.

5 - الإدمان قد ينتهي باضطرابات نفسية مختلفة (فقد أثبتت إحدى الدراسات أن مدمني المخدرات يعانون من نقص عنصر الليثيوم المسؤول عن ثبات الحالة النفسية للإنسان مما يؤدي إلي إصابة متعاطي المخدرات بالاكئاب النفسي) لكل هذا فمن المتصور أن الإدمان نوع من المرض النفسي و أننا في مقاومته و علاجه لا بد أن نسير علي هذا المفهوم.

## 2 - تأثير الخمر و المخدرات علي الدم:

فلقد أثبتت الأبحاث العلمية أن المشروبات الكحولية (بعكس باقي المشروبات الأخرى) يتم امتصاصها في الجسم بسرعة فائقة بمجرد تناولها حيث تعد الكحوليات من أسرع المشروبات التي تسري في الدورة الدموية و تتخلل في الجسم دون فاقد تقريبا، كما أن الدم لا يتخلص من الكحول الذي يحمله حتي بعد النوم لمدة 7 ساعات متواصلة و لكن يظل الدم يحتفظ بنسبة كبيرة من الكحول تسبب حالة إعياء مستمرة طوال اليوم التالي فتؤثر علي انتباهه و جهازه العصبي (لذا فإن تناولها قبل القيادة مباشرة يضاعف من احتمالات وقوع الحوادث) و تظهر الأعراض المرضية في الدم علي شكل:

1 - ضعف الأعضاء التناسلية أو وقوف حركتها تماما.

2 - زيادة إفرازات الفم و العين و الأنف.

3 - إمساك مستمر.

4 - ارتفاع ملحوظ في ضغط الدم نتيجة زيادة نسبة الأدرينالين مما يؤثر علي كفاءة القلب و الأوعية الدموية.

5 - نزلة معوية مزمنة.

6 - آلام شديدة منتشرة في مفاصل الجسم حيث تنتشر المواد المخدرة السامة في الدم و تعيق دورته و قد توقف دورة الدم أحيانا فيموت السكر فجأة كما تضعف مرونة الشرايين فتتمدد و تغلظ حتي تسد أحيانا أو تضيق و تصاب بالتصلب مما يؤدي إلي حدوث جلطة بالقلب، كما يحدث جلطة للأوعية الدموية بالمخ.

### 3 - تأثير الخمر و المخدرات علي خلايا المخ و الجهاز العصبي:

ففي حالة استخدام «الهيروين» فإن الشمة الأولى لا تتعدي مليجرامات، و هذه الجرعة الأولى هي الوحيدة التي تعطي صاحبها الانتعاش و النشاط و القدرة الكبيرة علي الحركة و السعادة غير الطبيعية لمدة من 6-12 ساعة و هي الحالة المحببة التي يبحث عنها الشباب و من أجلها يستمر في تعاطي المخدرات، و يحاول الجهاز العصبي و خلاياه الدفاع عن نفسه ضد مادة المخدر الدخيلة الجديدة فيستحدث نوعا من المناعة ضدها و بالتالي يحتاج المتعاطي لهذه المواد بجرعات كبيرة لإعطاء الأثر المطلوب... و هنا تبدأ خواص الإدمان، و يصبح الإنسان بعد أسابيع قليلة عبدا لهذه المواد المدمرة لا يستطيع العمل أو المذاكرة أو التصرف بدونها، و بتكرار الشم تزداد الجرعة التي قد تصل عند بعض الناس إلي 30 مليجرام ليصل إلي ذروة النشوة، و عند بعض المدمنين قد تتضخم الجرعة القاتلة إلي 3 جرامات كاملة يسقط بعدها المدمن في بحر المضاعفات فيعاني من الإسهال الشديد، و تساقط الدموع من عينيه بصفة لا إرادية و ينكمش جلده و يصاب بالآم مبرحة في البطن و تضيق حدقة عينيه و يظل يتخبط في ظلمات الألم حتي يفقد حياته أو يصاب بالجنون، و الوفاة تنتج عن هبوط في التنفس و زرقة في الوجه و اللسان و الجسم لعدم وجود الأكسجين... و هذا ينتج عنه شلل في مركز التنفس في المخ و يؤدي هذا طبعا إلي هبوط في العضلات و وظيفة التنفس مما يؤدي إلي نقص حاد للأكسجين في الدم.

و جميع المواد المخدرة سواء مورفين أو هيروين أو كوكايين أو برشام إذا تناول الإنسان منها جرعة... فجرعة... فإنها تدخل تدريجيا في عمل وظائف المخ بمعنى أنها تنحسر داخل الدائرة الكهروكيميائية المتصلة بالمخ و ببقية الأعضاء في الجسم فيصبح المخ معتمدا اعتمادا كلياً علي هذه المادة المخدرة حتي يقوم بوظيفته و هنا يدخل الإنسان مرحلة الإدمان فتختل وظيفة المخ ككل

ص:418



وبذلك تختل جميع الأجهزة التي يتحكم فيها المخ (مثل الجهاز التنفسي و الجهاز العضلي و الدورة الدموية... إلخ)... و هنا يأتي خطر المدمن علي المجتمع عند ما تأتي اللحظة الحرجة التي تطلب الخلايا العصبية في الجسم هذه المادة المخدرة... فإذا لم يتناولها المدمن ينقلب من إنسان إلي وحش في حالة تشبه الجنون... فيمكن أن يقتل أو يسرق في سبيل الحصول علي المال اللازم لشراء هذه المادة المخدرة و بمرور الوقت علي المدمن قد يصاب بالجنون أو اضمحلال الذاكرة و الإصابة بالعتة و يصبح كالحيوان لا نفع فيه... و يمكن أن نتصور ما يحدث للمخدر في المخ عند ما تتخيل أن هناك سنترالاً إلكترونيا يعمل بمنتهى الدقة ما ذا ستكون النتيجة لو أدخلنا مجموعة من الأسلاك الخارجية و أوصلنا هذه بذلك... ما ذا تكون النتيجة؟... لك أن تتصور مدي اللخبطة التي تحدث في هذا السنترال.

و عموماً تنقسم آثار الخمر علي الجهاز العصبي إلي ثلاث مجموعات هي: - أ - الآثار السمية المباشرة للكحول علي الجهاز العصبي تسبب ضموراً و تلفاً بخلايا المخ و المخيخ و جذع الدماغ و العضلات: و تشمل الآثار السمية للكحول علي المخ ما يلي:

1 - ضمور خلايا المخ يؤدي إلي اضطرابات في الشخصية تسبب بالإهمال و الأنانية و سرعة الغضب و تقلب المزاج و الانفعال... فتارة يقهقه و يمزح و تارة يثور و يغضب أو يبكي دون سبب منطقي لذلك، كما تشيع الهلاوس الحادة عند المدمنين فيرون أشباحاً و يسمعون أصواتاً و يشمون روائح لا وجود لها، كما يفقدون القدرة علي القيام بعمليات حسابية بسيطة.

2 - ضمور خلايا المخيخ و تأكلها و فسادها فيصاب المدمن بالترنح و يفقد قدرته علي الوقوف و المشي بثبات دون أن يتأرجح (و تسمى عدم الاتزان المخيخي) و تصاحبها اهتزاز سريع لمقلة العين عند النظر يمينا أو يسارا أو أعلي أو أسفل، و تداخل الكلام و عسر التلفظ و ارتعاش اليدين لدي استعمالهما في حركة دقيقة كحمل فنجان قهوة.

3 - تليف الكبد من الكحول الذي يؤدي إلي هذيان و ارتعاش و فقدان الوعي نتيجة لازدياد المواد السامة بالدم و مرورها إلي المخ بعد أن فشلت الكبد في إزالة هذه السموم من الجسم بسبب تليفه.

4 - اعتلال الأعصاب و العضلات للكحولي الذي يتميز بفقدان الحس في اليدين و القدمين و ضمور عضلاتها و ضعفها و وهنها و مع تملم و حرقه و نخز في الأطراف الأربعة نتيجة لالتهاب أعصابها، كما تصاب عضلة القلب أحياناً فتؤدي إلي هبوط القلب الذي ينتهي بالوفاة.

## 5 - التهاب العصب البصري وضموره الذي ينتهي بالعمى.

ب - الإدمان علي الكحوليات يسبب الهذيان و الارتعاش و الصرع و التشنجات العصبية:

1 - الهذيان و الارتعاش و الهلوسة: فعند الإفراط في تعاطي الخمر أو عند الوقف المفاجيء عنها تشيع هذه الحالة حيث يعترى المصابين قلق شديد و فقدان الشهية و أرق و ارتعاش اليدين و الوجه و اللسان و هلاوس بصرية في شكل أشباح مرعبة و أصوات سمعية لا وجود لها، و يضطرب إدراكه للزمان و المكان و يعتريه اكتئاب سوداوي يحيل حياته إلي الجحيم.

2 - الصرع و التشنجات نتيجة لتأثير الخمر علي مادة كيماوية موجودة بالمخ تسمى «الجابا» و هي من خصائصها منع التشنج حيث يمنع الكحول تصنيعها و بالتالي يزداد هياج خلايا المخ و يضطرب نشاطها الكهربائي و لا تجد من يكبحها فتحدث نوبات الصرع، كما قد ينجم الصرع من تأثير مواد سامة موجودة في الخمر ذاتها فتهيج المخ و تزيد من نشاطها الكهربائي، كما قد يصاب مدمن الخمر بارتقاع شديد في درجة الحرارة و قلة مقاومة الجسم للميكروبات، و فشل الكلوي و هبوط القلب و اضطراب السوائل و الأملاح في الجسم مما يؤدي بحياته.

ج - الإدمان يؤدي إلي نقص فيتامين ب المركب مما يؤدي إلي كثير من الأمراض:

حيث ينتج عن نقص فيتامين ب المركب (خاصة فيتامين ب 1، ب 6) و كذلك النياسين يسبب سوء التغذية المصاحب للإدمان (نتيجة لالتهاب قناة الهضم و القيء المتكرر و سوء الامتصاص من الأمعاء الملتهبة و عسر الهضم الناجم عن التهاب الكبد و تليفه و فشل وظائفه) كما أن الكحول ذاته يحتاج لكميات كبيرة من فيتامين ب 1 في عمليات التمثيل الغذائي له و بالتالي يؤدي إلي نقص هذا الفيتامين.

و أهم أمراض الجهاز العصبي الناتجة عن نقص هذه الفيتامينات هي:

1 - شلل الأطراف الذي يبدأ في القدمين و اليدين و يزحف علي الساقين و الساعدين مع فقدان الحس بها نتيجة لالتهاب أعصابها.

2 - شلل الأعصاب المحركة لمقلة العين مما يؤدي إلي الحول و ازدواج الرؤيا و استرخاء الجفون و شلل العصب الوجهي (الذي يؤدي إلي عدم القدرة علي إغماض العين) و شلل عضلات الوجه.

3 - شلل العصب البصري الذي يؤدي إلي العمى.

4 - شلل العصب الحائر وغيره من الأعصاب اللاإرادية مما يؤدي إلى اضطراب الجهاز الهضمي و هبوط ضغط الدم عند الانتصاب واقفا و اضطراب النبض و الخفقان.

5 - مرض البلاجرا الذي يتميز بالتهاب الأجزاء العاربية من الجلد و التهاب أعصاب الأطراف و التهاب النخاع الشوكي و التهاب القناة الهضمية المصحوب بإسهال و تدهور عقلي و اضطرابات نفسية قد تنتهي بالانتحار، و لا عجب بعد كل هذا أن يحرم الإسلام الخمر و ينهي عن تعاطيها، و يدعو إلي تجنبها حماية للعقل و البدن.

#### 4 - تأثير الخمر و المخدرات علي الكبد:

الكبد من أهم الأعضاء الرئيسية في الجسم و التي عليها مدار الحياة، فهو يوزع ما تحتاج إليه جميع أجزاء الجسم من الجلوكوز (سكر العنب) حسب الحاجة، كما يقوم بتوزيع الحرارة في الجسم باستهلاك السكر و توليد الطاقة الحرارية، و لقد ثبت أن تليف الكبد يعتمد مباشرة علي كمية الكحول المتعاطاة و علي المدة... فالاستمرار في تعاطي الكحول لمدة عشر سنوات يؤدي إلي إصابة شديدة بالكبد.

#### 5 - تأثير الخمر و المخدرات علي الأنف و الأذن و الحنجرة:

الغشاء المخاطي للأنف يحتوي علي شبكة متشعبة جدا من الشعيرات الدموية مما يسهل الامتصاص للمواد المخدرة (خاصة الهيروين و الكوكاين) عن طريق الأنف و لذلك يلجأ المدمن إلي أخذ شمة واحدة في اليوم تجنباً لمشقة أخذ الحقن مرات و لما يتوهم من توفر السرية، و تعاطي الهيروين و الكوكاين يؤدي إلي ضمور و تآكل الغشاء المخاطي للأنف و مع استمرار المدمن في تعاطي المخدرات يصاب «بثقب» في الحاجز الأنفي و تشوهات بالأنف مما يؤدي إلي تكوين قشور سميكة بالأنف عند محاولة التخلص منها، و ينتج نزيف متكرر مما يؤدي إلي ضعف و ذبول و هزال المدمن، كما أن جفاف و ضمور الأغشية المخاطية يؤدي إلي فقد كامل لحاسة الشم و ما يتبعها من عدم القدرة علي تذوق الطعام، كما يسبب تعاطي الهيروين احتقان أغشية (دهليز) الأنف و انتفاخ الحاجز الأنفي مما يسبب صعوبة و استحالة التنفس عن طريق الأنف، و في كلتا الحالتين يفقد المدمن وظيفة الأنف كصمام أمان لوقاية الجهاز التنفسي و لتكييف هواء التنفس من حيث الحرارة و الرطوبة مما يعرض المدمن لالتهابات متكررة في الجهاز التنفسي فيشعر بجفاف بالحلق و التهابات بالحنجرة و بحة بالصوت و سعال مستمر، و قد يؤدي إلي نزلات شعبية ربوية مع ضيق التنفس و طنين بالأذنين و تأثر

الدورة الدموية لجهاز التوازن بالأذن الداخلية، وكذلك إحساس بالغثيان والدوار وعدم القدرة علي الإتزان خاصة أثناء المشي أو الحركة.

## 6 - تأثير المخدرات و الخمر علي النسل:

يجني شارب الخمر علي ذريته جناية كبيرة يتضح ذلك فيما يلي: -

أ - يؤدي تناول المخدرات للأُم الحامل إلي الإجهاض للجنين قبل بلوغه كمال النمو الطبيعي، وقد تؤدي المخدرات إلي العقم.

ب - إن إفراط السيدات في تناول الخمر أثناء الحمل يؤدي في 50% من هذه الحالات إلي ولادة طفل متخلف عقليا بينما يؤدي في 30% من الحالات إلي ولادة طفل مشوه بتشوهات خلقية.

ج - إن أولاد المدمنين عرضة للتشنجات العصبية و سرعة التهيج و يكونون عادة ضعيفي الجسم خائري القوي مما يجعلهم هدفا لشتي الأمراض (مثل النزلات المعوية و الالتهابات الرئوية و غيرها) إلي جانب فساد الأخلاق و الميل إلي الإجرام، و في بحث تم في مستشفى لوس انجلوس بأمريكا أكد أن الأطفال تولد مدمنة لأن الأم مدمنة و قد اثبتت التحليل و جود رواسب كوكايين في البول عند الأطفال المولودين لأمهات مدمنات، و يصور التشخيص الطبي الطفل المولود مدمنا بأنه طفل لا يكف عن الصراخ منذ الساعات الأولي لولادته و ينتفض جسده الصغير بشدة لأي لمسة خارجية العينان غائرتان و لا يستطيع التركيز، و اللسان غير قادر علي الحركة فلا يقوي علي الرضاعة و هذا المولود المدمن يخرج إلي الدنيا عادة ناقص النمو حيث تنقص مدة الحمل دائما عن تسعة شهور و ذلك لأن تعاطي الكوكايين يؤدي إلي ارتفاع في الضغط مما يؤدي هذا إلي انفصال «الخلاص» عن جدار الرحم الذي يؤدي إلي الموت الفجائي للجنين (سقوط الحمل أو خروجه ناقص النمو)، و المعروف علميا أن الرئتين هي آخر أجهزة الجسم في النمو الكامل و في نفس الوقت هناك أيضا خطورة في عدم اكتمال المخ و نموه و من هنا تكون العناية الطبية لمثل هذا الطفل أمرا في غاية الصعوبة و لذلك يجب أن يعيش داخل حضانة حيث الأنابيب تغذي جسده النحيل و جهاز تنفس صناعي يساعد رئتيه الصغيرتين علي استمرار الحياة و حقنة يومية تسحب التجمع المائي الذي يتكون داخل الدماغ.

و لقد اثبتت الأبحاث أيضا أن الخمر و المخدرات بها مواد تراتوجينية (أي مواد تحدث تغيرات بالعوامل الوراثية و بالتالي تشوهات خلقية) و تؤثر تلك المواد علي الأنسجة بأضرار عديدة تتفاوت بين الخلل في نمو الخلايا (بالإكثار أو الإقلال) و قد تصل إلي موت الخلايا أو حدوث

طفرات وراثية تؤدي إلي ظهور صفات مرضية أو تحويلات سرطانية في الخلايا، كما اثبتت الأبحاث أيضا أن الايثانول الموجود في الخمر يسبب تشنت الكروموسومات (حاملات الصفات الوراثية) أثناء عملية انقسام الخلايا، فشراب الخمر يؤثر علي تكوين الخلايا الجنسية أثناء تكوينها في عملية الانقسام الاختزالي في الغدد التناسلية مما يسبب خلايا تناسلية ليس لها القدرة علي الإخصاب حيث هناك سبب مباشر بين تناول المشروبات الكحولية و العقم، و يختلف التأثير حسب الجرعة نفسها، فإذا تناولت المرأة الحامل المشروبات الكحولية مرتين يوميا في الشهور الأولى من الحمل فإن ذلك يؤدي إلي تشوه الجنين و ذكرت دراسات أخرى أن التأثير قد يصل إلي حدوث خلل في النمو الجسماني و العقلي و يولد الطفل في تشوه جسماني أو تخلف عقلي أو بهما معا، و إذا شربت الحامل كحولا خفيفا بنسبة 6% كالبيرة مثلا فإن ذلك يسبب شذوذا في الانقسام الخلوي و تخديرا في الجهاز المغزلي ينتج عنه تشنت في الكروموسومات حاملة الصفات الوراثية، أما تأثير الكحول علي الجنين فيتفاوت من طفل إلي آخر فقد يولد الطفل ناقص الوزن و لكنه طبيعي، و قد يولد مشوها بمرض طفل الكحول الذي يتصف بوجهه المستدير المسطح و مجري عينيه صغير مع صغر الأنف و يولد ناقص الوزن و به خلل في النمو العقلي و به بعض التشوهات الخلقية مثل تشوه القلب و صغر حجم الرأس و ذكرت بعض الدراسات الحديثة أن أهم العوامل التي تؤدي إلي التخلف العقلي عند الأطفال في أمريكا يرجع إلي تعاطي الأم للمشروبات الكحولية أثناء الحمل كما قد يؤدي شرب الكحول أثناء الحمل إلي الإجهاض، كما ثبت أن عقاقير الهلوسة تحدث تدميرا بالجهاز الوراثي و تكسيرا للصبغيات و خاصة للجهاز التناسلي مما يؤدي إلي العقم أو إلي إضرار وراثية للأجيال القادمة حيث يحدث تناولها ضرر وراثي للأجنة و تشوهات خلقية بها.

و من أجل كل ذلك حرم الله سبحانه و تعالي الخمر و أمرنا باجتنابها كما أمرنا الرسول (ص) بذلك حيث قال: «كل مسكر خمر و كل خمر حرام»، و كذلك قال عليه السلام أربع حق علي الله أن لا يدخلهم الجنة و لا يذيقهم نعيمها مدمن الخمر و آكل الربا و آكل مال اليتيم بغير حق و العاق لوالديه (رواه الحاكم عن أبي هريرة). و إن كلمة خمر في أصل اللغة الستر و التغطية (كما ذكرنا)، و الخمار هو غطاء المرأة الذي تستر به، و الخمر هي المادة التي إذا دخلت جسم الإنسان خامرت العقل أي اختلطت به و غيرت من أحواله و سترته (أي غطته و حجبتة و جعلته كأنه غير موجود).

أما كلمة مخدر فهي مشتقة من خدر، و الخدر في أصل اللغة معناه الستر و الذي تستر به المرأة فيقال كالعذراء في خدرها أي كالبنيت البكر استترت و توارت في بيتها، و يقال إن أهل الفتاة قد خدروها (أي إنهم ستروها و حجبوها في بيتها فلا يراها أحد، و علي ذلك فإن كلمة خمر و كلمة مخدر

إنما تعطيان معني ومدلولا واحدا و هو في النهاية بمعني ستر العقل و تغطيته و حجبه.

وقد رأينا فيما سبق من استعراض تأثير الخمر و المخدرات حيث تشترك فيما يلي:

1 - أنها تؤثر علي العقل فتغير أحواله بصورة أو بأخري.

2 - أن الإنسان تحت تأثيرها (سواء المخدرات أو الخمر) يأتي بأفعال و يقول أقوالا تغاير المألوف من أقوال و أفعال نفس الشخص فيما لو لم يكن تحت تأثيرها، فقد تدفع الشخص إلي التشاجر مع صديق له أو مع زوجته أو أفراد أسرته فتخلق العداوة و البغضاء بين الناس.

3 - أنها تدفع الإنسان إلي ارتكاب المعاصي و الآثام و مخالفة العرف و التقاليد و القانون و تعرض الإنسان للعقاب في الدنيا و سوء العاقبة في الآخرة.

4 - كما أن تعاطي المخدرات أو الخمر يضر بالصحة ضررا بليغا فهي تتلف و تخرب أعضاء الجسم الهامة مثل المخ و الأعصاب و الكبد و الرئة و الجهاز الهضمي و الجهاز التناسلي و هرمونات الجسم و خلافة من الأجهزة الهامة بالجسم.

5 - أنها جميعا تشترك في وضع الإنسان في موضع غير كريم في المجتمع فيصبح لا ثقة فيه من أهله أو من الناس... بل إنه يصبح شخصا موبوءا يتجنبه الأهل و العشيرة. و يفر منه الناس اتقاء لشروره و تجنباً لآثامه فهو غير أمين و غير مأمون.

6 - أنها جميعا تشترك في إظهار الإنسان بمظهر غير لائق و غير كريم فتخرجه عن احتشامه و احترامه و تفقده هيئته و وقاره.

7 - أنها جميعا تشترك في أنها تحدث تغييرات ضارة في نفسية الإنسان فتجعله يشعر بالنقص و الاحتقار الذاتي و عدم الرضا و القلق و الاضطراب و الهم.

8 - أنها جميعا تشترك في أنها اسراف للمال فيما لا يجدي و لا ينفع... بل هو إسراف فيما يضر و يؤذي.

9 - أنها جميعا تشترك في أنها تلهي الإنسان عن عمله و تشغله عما ينفعه و يعود عليه و علي مجتمعه بالنفع و قد تعرضه للفصل من وظيفته أو إفلاس شركته أو متجره في الغالب.

10 - أنها جميعا تشترك في أنها تحول الإنسان إلي مخلوق أناني محبّ لنفسه فقط فهو ينفق ماله علي ملذاته و شهواته و يترك زوجته و أولاه دون رعاية أو عناية و هو إنسان غير متكامل مع

المجتمع... فهو لا يزكي ولا يتصدق، وهو عضو معطوب وضار في المجتمع.

11 - أنها جميعا تشترك في تأثيرها الضار والمضعف للجهاز التناسلي والناحية الجنسية و علي ذلك فإنها تؤدي إلي نشوب الخلافات الزوجية و هدم كيان الأسرة.

12 - مما سبق تدرك أن الإنسان بتعاطي المخدرات أو الخمر يكون قد خسر ديناه وهو لآخرته أكثر خسرانا... فالمسطول أو السكران لا يؤدي فرائض ربه... فهو لا يصلي ولا يصوم، وهو لا يفيق لكي يحضر مجالس العلم والتفقه في الدين... فهو إنسان خسر الدنيا وخسر الآخرة.

و النقاط التي ذكرت آنفا إنما هي بعض علة تحريم الخمر في الإسلام، وهي نفس ما يتأتي من مضار بسبب تعاطي المخدرات و علي ذلك فإن المخدرات و الخمر إنما يشترك جميعها في أفعالها و تأثيرها، ولهذا فإنه من البديهي أن ينطبق علي أي منها ما ينطبق علي الأخرى من تحريم و تأثير.

و الخمر في الإسلام ليست محرمة لذاتها... ولكنها محرمة لتأثيرها علي العقل و الصحة و الأسباب التي سبق شرحها و الدليل علي ذلك أن عصير الفواكه ليس محرما... ولكنه يصبح محرما إذا ترك للتخمير و أصبح مسكرا و مؤثرا علي العقل و علي ذلك فإن المادة التي تؤثر علي العقل و تسكره و تغيبه هي المقصودة بالتحريم و الاجتناب أيا ما كانت هذه المادة سواء في ذلك الويسكي أو النبيذ أو الطلاء أو خلافه من الأنواع المختلفة من الخمر... فكلمة خمر لا تعني نوعا معينا من هذه الأنواع... وإنما هي كلمة تطلق علي كل ما يسكر و يؤثر علي العقل فجاءت البلاغة القرآنية و الإعجاز الطبي القرآني ليضع قاعدة شاملة و واضحة فذكر الله كلمة خمر و لم يذكر إسما لصنف أو نوعا منها... و قد كان معروفا وقت نزول القرآن عشرات الأنواع و الأصناف من الخمر... و لكن إطلاق كلمة خمر عبرت في بلاغة رائعة أن المقصود بالتحريم هو فعل المادة و ليس اسمها فالمقصود بالتحريم هو كل ما يخامر العقل و يؤثر عليه و يسكره و ليس المقصود هو اسم نوع معين و لا شكل نوع معين... فكل ما يؤثر علي العقل و يسكره فهو خمر...

و الآن فإننا نسأل هؤلاء الذين يشكون في حرمة الحشيش و الأفيون... و خلافه من تلك المواد التي تؤثر علي العقل و تغير طبيعته و يقولون بأنها لم تذكر في القرآن...؟؟ و نقول لهؤلاء... و هل ذكر في القرآن تحريم نوع النبيذ؟؟؟ أو النقيع أو الطلاء أو الويسكي...؟؟؟ إلي آخر مسميات تلك المواد التي تؤثر علي العقل... و بعض هذه الأسماء هي أسماء خمور كانت معروفة عند العرب وقت نزول القرآن (مثل النبيذ و النقيع و الطلاء و غيرها). و مع ذلك فإن أيا من هذه الأسماء لم يذكر...

فهل يستطيع أي مكابر أن يجادل في مدى تحريمها أو عدم تحريمها...؟؟؟... و الأهم من ذلك كله... هل كان يوجد في وقت نزول القرآن نوع من المواد المسكرة اسمه (خمر) بمعنى أن يذهب

إنسان إلي بائع الخمرور و يقول له أعطني زجاجة خمر...؟ كلا... لم يكن هناك نوع اسمه خمر... تماما كما هو الحال الآن... فكلمة خمر ليس اسم صنف... ولكنها اسم جنس... فإذا أطلقت كان المفهوم أنها تشمل العديد من أسماء مواد تشابه في فعلها وتأثيرها... ولكنها لا تشابه في مصادر تحضيرها أو طريقة صنعها... ولو ذكر الله نوعا من المواد المسكرة التي كانت معروفة بدلا من كلمة خمر لتغير المعني والمدلول و انصب التحريم علي صنف بذاته ولذاته... ولكن المقصود هو تحريم كل ما يسكر العقل و يغيبه و يؤثر عليه و يجعل الإنسان غير عالم بما يقول و قد وضع هذا المعني من قول الحق سبحانه و تعالي في سورة النساء عند ما نهى عن الاقتراب من الصلاة أثناء السكر و عللها بقوله حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ .

و كذلك قول الحق سبحانه و تعالي في سورة البقرة ردا علي سؤال المسلمين عن الخمر و الميسر بقوله جل شأنه: قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَإِنَّهُمْ لَأَكْبَرُ مِنْ نَفْعِهِمَا وَإِثْمٌ هُوَ الذَّنْبُ وَهُوَ ارْتِكَابُ الْمَعْصِيَةِ وَالْوُقُوعُ فِي الْخَطِيئَةِ، و إطلاق كلمة إثم دون أداة التعريف يعني أن الخمر و الميسر فيهما كل أنواع و صنوف الإثم... و بمعني آخر فإن شارب الخمر يمكن أن يقترب أي نوع من أنواع الإثم... فالباب أمام من يشرب الخمر يصبح مفتوحا للكثير من الذنوب و الخطايا و مخالفة العرف المألوف... فالخمر و الإثم يقتربان دائما فإذا ذكر أحدهما كان ذلك بديلا عن الآخر، و قد عبر الشاعر العربي عن ذلك بقوله:

شربت الإثم حتي ضل عقلي كذاك الإثم تذهب بالعقول

فكأنما من يشرب الخمر إنما يشرب الإثم ذاته لأنه حتما سوف يقترب الآثام، و سوف يمتلئ جسده بالآثام و سوف تجري الآثام في عروقه مع دمائه تماما كما تجري الخمر في العروق.



## 2 - استخدام الكي في الطب:

(1)

استخدم الكي بالنار في التداوي منذ أكثر من 2500 عام كما يقول الدكتور منصور سليمان في بحثه القيم واللطيف عن الكي. و الكي يستخدم لعلاج العديد من الأمراض في البلاد العربية و مناطق واسعة من آسيا و أفريقيا.

## استخدام الكي في الطب الحديث:

### إشارة

و يستخدم الكي في الطب الحديث بطرق مختلفة عن الكي التقليدي، و لكنها لا تخرج عن شكل جديد من استخدام النار في الطب. و يستخدم المبخع الكاوي في عمليات الجراحة و خاصة جراحة الصدر و القلب فالمبخع الذي يقطع يكوي في نفس اللحظة حتي يقفل الأوعية الدموية الصغيرة النازفة، و حتي يتمكن الجراح من الإسراع في الوصول إلي غرضه.. و لذا، فإن الكي بهذه الطريقة يستخدم لإيقاف النزيف.

و يستخدم الكي أيضا بعد إزالة الأعضاء و الأحشاء الداخلية أو بعد إزالة الأعضاء الخارجية المتأكلة و المصابة بالغرغرينا (Gangrene).

و يستخدم الكي بالكهرباء لعلاج حالات الوحمة (Multiple Naevi) و الثآليل (السنط) (Warts)

و لمعالجة قرحة الرحم. و يستخدم أحيانا لإزالة الباسور الداخلي. و لمداواة لحمية الأنف و النزيف من الأنف (الرعاف).

و تستخدم الموجات الحرارية (تحت الحمراء) لمعالجة الآلام الروماتيزمية العضلية و المفصلية و يستخدم بالإضافة إلي ذلك الكي بالمواد الكيميائية لإزالة الثآليل و الوحومات. كما يستخدم ثاني أكسيد الكربون المجمد أيضا في هذه الأغراض.

و أما استخدامات أشعة الليزر في الطب فقد اتسعت اتساعا كبيرا. و الليزر عبارة عن حزمة مركزة من الموجات الضوئية و التي لها مفعول القطع و الكي في آن واحد.

و لا يزال الكي التقليدي يستخدم في الطب الشعبي علي نطاق واسع في الجزيرة العربية و غيرها من مناطق الشرق الأوسط و أفريقيا.

ص: 427

## بحث الدكتور منصور سليمان في الكي التقليدي:

وقد بحث الدكتور منصور سليمان هذا النوع الموجود في السعودية و اختار 500 شخص عشوائيا ممن تداووا بالكي في الماضي ولكنهم الآن بصحة جيدة، و جعلهم المجموعة الأولى. أما المجموعة الثانية فتتكون من 150 فردا يتداوون من أمراض فعلية في مستشفى جامعة الملك عبد العزيز في العيادة الخارجية أو كمرضي داخليين بالمستشفى. وفي نفس الوقت قرروا التداوي بالكي.

وقد أوضحت المجموعة الأولى (500 فرد تداووا في الماضي بالكي) الآتي:

العدد الكلي للمرض الذي من أجله اکتووا النتائج إيجابية

270 الإسهال (يدعي أحيانا الحالب) 198

50 عرق النسا 30

30 الربو أو ما يشبهه 5

10 اللقوة (شلل عصب الوجه) 5

45 الالتهاب الرئوي أو ما يشبهه (ذات فالجنب) 10

15 البواسير 2

80 أمراض أخرى مختلفة 9

و المقصود بكلمة نتيجة إيجابية هو زوال الأعراض التي يشكو منها المريض خلال 24 ساعة بعد الكي، و عدم عودة الأعراض مرة أخرى لمدة شهر علي الأقل. و تبدو النتيجة مشجعة جدا بالنسبة لحالات الإسهال حيث اختفت الأعراض لدي 73 بالمئة في خلال 24 ساعة بعد الكي. و كذلك تبدو النتيجة مشجعة جدا حيث اختفت الأعراض خلال 24 ساعة لدي 60 بالمئة ممن يعانون من آلام عرق النسا. و هي نسبة مرتفعة جدا بالمقارنة مع التداوي بالوسائل الأخرى و التي تحتاج لبضعة أسابيع حتي تختفي الأعراض.

و كذلك بالنسبة لموضوع شلل عصب الوجه (Facial Paralysis) المعروف باسم اللقوة، إذا اختفت الأعراض لدي 50 بالمئة خلال 24 ساعة بعد الكي. و من المعلوم أن اللقوة تختفي لدي 90 بالمئة من المرض أو أكثر بعلاج أو بدون علاج و لكن خلال فترة زمنية لا تقل عن أسبوعين أو ثلاثة.

فإذا كان الكي يستطيع أن يعجل بالشفاء لدي 50 بالمئة من الحالات فإن هذه النسبة تعتبر عالية حقا.

و تستحق المزيد من الدراسة.

ولم تكن النتائج مشجعة كثيرا بالنسبة للتداوي من ذات الجنب (الالتهاب الرئوي و ما يشبهه):

ومع ذلك فقد قرر 22 بالمئة منهم أن الأعراض اختفت بعد الكي خلال 24 ساعة!! و اختفت أعراض الربو و البهر لدي 16 بالمئة ممن استخدموا الكي و لم يتحسن إلا 13 بالمئة ممن يعانون من البواسير بطريقة التداوي بالكي.

و أما المجموعة الثانية (150 فردا يعانون من أمراض و يتداوون منها في مستشفى جامعة الملك عبد العزيز. و أضافوا إلي ذلك التداوي بالكي) فهم كالآتي:

المرضعدد المرضيععدد النتائج الإيجابية

اليرقان (أسباب متعددة) 59 صفر

أمراض الجهاز التنفسي 24 صفر

الإسهال و آلام البطن 4018

أمراض أخرى 273

و واضح جدا من هذا الجدول أن مرضي اليرقان (الصفراء بأسبابه المتعددة) لم يستفيدوا من الكي. و كذلك الذين يعانون من أمراض الجهاز التنفسي. و لكن 45 بالمئة ممن استخدموا الكي لمداواة الإسهال و آلام البطن شعروا بالتحسن و اختفاء الأعراض خلال 24 ساعة بعد الكي.

و تبين من المجموعة الثانية التي درست في مستشفى جامعة الملك عبد العزيز أن الكي قد استخدم للأغراض التالية حسب ما هو مبين بالجدول التالي:

عدد الأشخاص

أمراض الدم الانحلالية الوراثية (27 Hereditary Haemolytic diseases)

الأمراض المعدية 37 Infectious Diseases

الأمراض الخبيثة (السرطان) 20 Malignancy

أمراض الجهاز الهضمي (الإسهال و آلام البطن) 40 G.E.

أمراض أخرى 28 Others

وقد انتهى الباحث الفاضل إلي نتيجة هامة هي أن الكي قد يكون له دور في معالجة الإسهال و آلام البطن في المناطق الريفية النائية.. و ذلك لأن نسبة جيدة تتحسن بالكي و في خلال فترة وجيزة من الزمن.

وقد نادي الباحث بإجراء المزيد من الأبحاث حول هذا الموضوع.

ص: 429

و لا شك في أن ما ذكره الباحث الفاضل مهم جدا. و ليس الإسهال فحسب هو الذي أبدي نتائج مشجعة، و لكن آلام عرق النسا و اللقوة (شلل الوجه) أوضحت نتائج مشجعة بالتداوي بالكّي.

و من دراستنا السابقة للأحاديث الواردة في الكّي رأينا أن النبي (ص) كره التداوي بالكّي و نصح أمته بالابتعاد عنه إلا للضرورة. ثم إنه (ص) كوي سعد بن معاذ بمرشقص ليرقا الدم. و هو أمر يستخدم في الجراحة إلي اليوم حيث يستخدم الكّي لإيقاف النزيف، كما تقدم.

وقد ورد في الأحاديث أن مالك بن أنس (رض) اكتوي من ذات الجنب (الالتهاب الرئوي و ما شابهه) في عهد رسول الله (ص).

و من دراسة الدكتور منصور سليمان تبين أن 22 بالمئة ممن يعانون من ذات الجنب شفوا منها خلال 24 ساعة بعد الكّي. و هي نسبة لا بأس بها. و إذا عرفنا أن الكّي كان يستخدم في زمن ليست فيه المضادات الحيوية فإن هذه النتيجة تعتبر مشجعة، لأنها العلاج المتوفر في ذلك الزمن.

عن جعفر بن محمد عليهما السلام أنه قال: لو اقتصد الناس في المطعم لاستقامت أبدانهم(1).

عنه عليه السلام قال: ترك العشاء خراب الجسد، وينبغي للرجل إذا أسن أن لا يبيت إلا وجوفه مملو طعاما(2).

عنه عليه السلام قال: ثلاثة يذهبن النسيان ويحدثن الذكر: قراءة القرآن والسواك، والصيام(3).

وقال أبو عبد الله عليه السلام: صلاة الليل تحسن الوجه، وتحسن الخلق، وتطيب الرزق، وتقضي الدين، وتذهب الهم، وتجلو البصر، عليكم بصلاة الليل، فإنها سنة نبيكم، ومطرده الداء عن أجسادكم(4).

وقال أبو عبد الله عليه السلام: تقليم الأظفار يوم الجمعة يؤمن الجذام والبرص والعمي، فإن لم تحتج فحكها حكاً(5).

ص: 431

1- (1) بحار الأنوار ج 59 ص 266 ح 36.

2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 266 ح 38.

3- (3) بحار الأنوار ج 59 ص 266 ح 39.

4- (4) بحار الأنوار ج 59 ص 268 ح 50.

5- (5) بحار الأنوار ج 59 ص 268 ح 56.

## طعام العشاء:

إن طعام العشاء ضروري قبل الإخلاء إلى النوم، ففي تجارب أجريت تبين أن التقلصات المعوية تحدث أثناء النوم عند ما تكون المعدة خاوية، وكذلك تزداد الأحلام المزعجة والكوابيس، كما تزداد حركات النائم الجائع وتقلباته في فراشه، مما يدلّ علي قلقه و عدم اطمئنانه أثناء نومه وبالتالي لا يحصل علي الراحة المرجوة من نومه. هذا فضلا عن أن النائم لا يستطيع الاستغراق في نومه إن كان جائعا إلاّ عند ما يكون بحاجة ماسة للنوم.

أما القرآن الكريم فمائدة الله و كلامه الأبدى الأزلي و فوائده لا تعد و لا تحصى. و قد كتب فيه العديد من الكتب و المتعلقة بالاستشفاء، بالقرآن الكريم و فوائده النفسية الجسمانية و لا مجال ها هنا لمناقشتها و الخوض فيها لأنها ستستغرق كتابا أو كتبا عدة.

## التغيرات التي تطرأ علي وظائف الجسم المختلفة أثناء الصيام:

1 - الراحة الفيزيولوجية: من حالات فرط التغذية و ما ينتج عنها من محرضات متزايدة لمختلف الوظائف الفيزيولوجية، فالمعدة تعمل أكثر و الكبد يعمل أكثر و كذلك الأمعاء و القلب و الرئتان و الغدد إلخ... و من هنا كان الصوم دور راحة فيزيولوجية لمختلف أعضاء الجسم، عدا أجهزة الإطراح التي تشكّل الاستثناء الوحيد في هذا الخصوص، فهي تعمل أكثر أثناء الصيام لتخلص الجسم من السموم و المواد الضارة المتراكمة.

2 - الاستقلاب: ينقص معدل الاستقلاب أثناء الصيام. و يشمل هذا النقص السكريات و البروتينات و الدسم.

3 - التنفس: حيث يعتبر التنفس من الوظائف الحيوية الهامة التي تتحسن بالصوم و يقل طرح غاز ثاني أوكسيد الفحم (CO2) .

4 - الإطراح: يتخلص الجسم أثناء الصوم من الفضلات و السموم، حيث تحدث في الأيام الأولى من الصوم زيادة في إطراح الفضلات، ثم بعد أن يستمر الشخص بصومه يحدث توازن جديد للمواد المطروحة، ثم باستمرار الصوم يزداد نقاء الدم و البلغم.

5 - التنظيف العضوي: يستهلك الجسم أثناء الصيام كثيرا من الكميات الزائدة عن الحاجة المخترنة في الجسم. و لمّا كان صيامنا معتدلا، فإن استهلاك هذه المواد لا يمتد إلي خلايا الجسم

التي لا تتأذي، علي خلاف الصوم المديد، الذي يتناولها بالاستهلاك و التخريب.

## التبدلات الكيماوية و العضوية أثناء الصوم:

لاحظ بعض الباحثين حين دراستهم لأشخاص توفوا بسبب الجوع، أن نسب الضياع كانت مختلفة بين الأنسجة و الأعضاء. فكانت كالتالي:

الدهم 91%، العضلات 30%، الكبد 56%، الطحال 63%، الدم 17%، المراكز العصبية 000%.

و هذه الأرقام تظهر لنا بوضوح كيف حافظت الجملة العصبية علي وزنها حتي النهاية.

1 - التبدلات الحاصلة علي الدم: يحافظ الدم علي حجمه نسبيا أثناء الصوم، و لكن يحدث نقص نسبي يتماشى مع نقص وزن الجسم. و من الناحية الكيفية يحافظ تقريبا علي ثباته (ترتفع الكريات الحمر في البدء ثم تنخفض بعد ذلك حتي تعود إلي حدّ السواء، أما الكريات البيض فتتقص قليلا أثناء الصوم، علي حساب وحيدات النوي التي تنقص، أما الخلايا الحمضة و كثرات النوي فتزداد).

و تقل درجة قلونة الدم (PH) و لكن لا يحدث احمضاض مطلقا، و تعود درجة ال (PH) إلي طبيعتها بعد تناول الطعام مباشرة.

2 - التبدلات الحاصلة علي الجلد: يزداد النشاط في الجلد، نتيجة تحسن دوران الدم في الجلد.

3 - العظام: تستمر العظام بنموها و تكاثرها الطبيعي أثناء الصوم، في حين أن نقي العظام ينقص حجمه قليلا إذا ما استمر الصوم طويلا (الوصول في الصوم).

4 - الأسنان: لا تصاب الأسنان بأي خلل أثناء الصوم، بل علي خلاف ذلك فقد ذكرت تحسينات علي حالة الأسنان خلال الصوم.

5 - الدماغ و النخاع الشوكي: يحافظ الدماغ و النخاع الشوكي علي وزنيهما و وظيفتهما، مهما طال الصوم.

6 - الكليتان: تحافظ الكليتان علي وزنيهما أثناء الصيام.

7 - الكبد: يحدث نقص في وزن الكبد أثناء الصوم، إلا أن هذا النقص يحدث علي حساب



الماء والغليكوجين المدخر في الكبد.

8 - الرئة: لا يحدث نقص في وزن الرئة إلا بشكل قليل، و من الجدير بالذكر أن فترات قصيرة من الصيام تكفي لشفاء العديد من الأمراض الرئوية مثل التدرن علي سبيل المثال.

9 - العضلات: يحدث نقص في وزن العضلات، و يكون هذا النقص زهيدا في عضلة القلب، و هو يحدث علي حساب ضمور الخلايا و ليس نقص عددها.

10 - القلب: يملك الصوم ثلاث فوائد هامة للقلب هي:

1 - يحذف المنبهات الدائمة للقلب. 2 - يسمح للقلب بفترة راحة. 3 - ينقي الدم، فيسمح للقلب بأن يتغذى بدم نقي.

11 - البنكرياس: لا تحدث تبدلات تذكر في البنكرياس.

12 - الطحال: ينقص وزنه حيث يخسر كمية كبيرة من الماء داخله.

13 - المعدة: تتجدد المعدة و تستعيد نشاطها أثناء الصيام، و تعود لتمارس عملها بشكل أكثر كفاءة.

14 - التبدلات الكيماوية: يفقد الجسم المركبات العضوية الموجودة فيه مثل السكريات و الدسم و قليل من البروتينات، أما المعادن و العناصر المعدنية فيحتفظ بها تقريبا و لا يفقدها إلا في المراحل المتقدمة من الصيام المتواصل.

و أحب أن ألفت النظر هنا، إلي أن هذه التبدلات تحدث بشكل ضئيل غير محسوس، نظرا لأن الصيام الذي نصومه يعتمد علي تناول الطعام بعد فترة صيام تقدر وسطيا ب (15) ساعة، و هذا غير الصيام الذي أجري عليه العلماء هذه الدراسة التي ذكرتها.

### مصحات الصوم:

هناك مصحات أجنبية يستخدم الصوم فيها كعلاج أساسي لأمراض البدانة و السكري، و ارتفاع التوتر الشرياني، و الاضطرابات الهضمية، و بعض أمراض الكبد و الكلية و أهم هذه المصحات:

1 - مصحة الدكتور «هيزيج لاهمان» في «درسون» بسكسونيا. 2 - مصحة الدكتور «برشربند».

3 - مصحة الدكتور «مولر».

## الفوائد الصحية للصوم:

- 1 - إنه يعطي راحة تامة للأعضاء الحيوية.
- 2 - يوقف امتصاص الأغذية التي تتحلل داخل الأمعاء.
- 3 - يفرغ القناة الهضمية، ويخلصها من جميع الجراثيم والتخمرات.
- 4 - يعطي لأجهزة الإفراغ والإطراح الفرصة كي تستعيد نشاطها، لذا فهذا يساعد علي الإطراح.
- 5 - إنه يصلح ويجدد الكيمياء الفيزيولوجية، والإفرازات الطبيعية.
- 6 - يسهل امتصاص الترسبات، والتراكمات، والبوارز الشاذة.
- 7 - يعيد الشباب للخلايا والأنسجة، ويجدد العضوية.
- 8 - إنه يحسّن الوظائف العامة في الجسم.

## الصوم و أمراض الجسم المختلفة:

### 1 - الصوم و أمراض الجهاز الهضمي:

- أ - الصوم وقرحة المعدة (Gastric ulcer) : يمنع المصاب بالقرحة المعدية من الصوم، وذلك لأن فقدان الطعام من المعدة ساعات متوالية تجعل الحمض لوحده في المعدة، وبالتالي يزداد تأثيره الضار وعلاوة علي عدم السماح بالصوم يجب علي المريض أن يتبع نظاما غذائيا يتناول بموجبه وجبات بفترات منتظمة متقاربة طوال النهار.
- ب - الصوم وضمور الكبد (Hepatic atrophy) : نظرا لأن بنية المريض تكون ضعيفة، وكونه عرضة للتعب لأدني مجهود، ولتعرضه لفقدان الوعي ولأمراض أخري كالسكري و النزف الهضمي واستسقاء البطن، لذا يحظر عليه أن يصوم.
- ج - الصوم و أصحاب المعدة المستأصل قسم منها بسبب الجراحة: تصبح المعدة هنا صغيرة الحجم، وبالتالي لا يمكن أن تتسع لكميات الطعام المعتادة، فعلي المريض أن يتناول وجبات صغيرة بفترات منتظمة، وإلا فإنه سوف يصاب بنقص السكر والقلق والوهن والإسهال و بعض الآلام.
- د - الصوم و الالتهاب المزمن للمعثكلة: يمنع الصوم للأسباب التالية:

1 - يجب علي المريض أن يتناول الدواء مع الطعام بصورة مستمرة.

2 - المريض بحاجة إلي بعض الأدوية لتسكين آلامه.

3 - المريض هنا ضعيف البنية و هذا يحظر عليه الصوم.

## 2 - الصوم و السكري (Diabetes milletus) :

1 - المريض الذي يعالج بالحمية فقط لا مانع من أن يصوم شريطة أن لا يكثر من طعام الإفطار.

2 - المريض ذو الحالة المستقرة و الذي يعالج بالحبوب، يمكن أن يصوم، علي أن يتناول الدواء عند الإفطار و قبل السحور. و يفضل هنا استعمال الأدوية قصيرة الأمد. و في بعض الحالات الأخرى نحتاج لتخفيض جرعة الدواء مع المراقبة المستمرة.

3 - المريض الذي يعالج بالأنسولين: يحظر عليه أن يصوم، خشية تعرضه لنقص سكر الدم و يجب عليه تناول وجبات متعددة.

4 - هناك حالات يحظر فيها الصوم و هي:

- وجود الخلون Aceton في الدم بصورة غير عادية. - عدم استقرار نسبة السكر في الدم. - الحامل السكرية. - الطفل السكري. - وجود اختلاطات للسكري. - قصور كلوي. - تصلب شرايين القلب. - تجرثم الدم.

5 - يفضل أن يقوم كل مريض باستشارة طيبة و أن يكون تحت مراقبته.

## 3 - ارتفاع ضغط الدم (HeyperTension) :

1 - إذا كان فرط التوتر الشرياني خفيفا و يعالج بقرص أو قرصين فالصوم ممكن. و تؤخذ الأقراص في الفترة بين الإفطار و السحور.

2 - إذا كان فرط التوتر الشرياني من النوع الخبيث فلا يمكن أن يصوم لأنه ينبغي عليه أن يأخذ ثمانية أو عشرة أقراص أو أكثر خلال فترة الإفطار (8-10 ساعات) و أن يبقى حوالي خمس عشرة ساعة (فترة الصيام) بلا دواء. و هذا أمر خطر.

3 - يحظر الصوم إذا ترافق فرط التوتر الشرياني بمضاعفات (قصور قلب - قصور كلية).

4 - كذلك نعود و نقول إنه يفضل أن يضع المريض نفسه تحت نظر طبيبه المسلم الموثوق لتقرير إمكانية الصوم.

#### 4 - الصوم و أمراض القلب و الشرايين:

1 - القصور القلبي (Cardic Failure): لا يمكن الصوم في هذه الحالة، إذ يجب علي المريض أن يتناول مدرّات البول، التي قد تسبب نقص الماء في الجسم إذا امتنع المريض عن شرب كميات كافية منه، خاصة في البلاد الحارّة.

2 - أمراض الصمامات القلبية: إذا كانت الإصابة بسيطة، أو أنها عولجت جراحياً، و لا تتطلب سوي حمية عن الملح، أو أدوية قليلة، فيمكن الصوم، مع تناول الدواء بعد الإفطار و الالتزام بالحمية عن الملح.

ح - الاحتشاء القلبي (Myocardial infarction): إذا كان الاحتشاء القلبي حديث العهد فحالة المريض لا تسمح له بالصوم في الغالب، إذ يتحتم عليه تناول أقراص الدواء عدة مرات يومياً. أما إذا كان الاحتشاء قديماً مرت عليه بضعة أشهر فمن الممكن للمريض أن يصوم هنا و يعطي في هذه الحالة أقراصاً مديدة التأثير يتناولها عند الإفطار و السحور.

د - الذبحة الصدرية (Pectoral angina): إذا كانت الذبحة الصدرية حديثة و غير مستقرة، فعندئذ يتحتم علي المريض أن يقيم في قاعة عناية مركزة، و هنا لا يستطيع بالطبع أن يصوم. بينما إذا كانت الذبحة الصدرية مستقرة، و تم تسكين الألم بالأدوية، فيمكن الصوم هنا، مع تناول الأقراص المديدة في الإفطار و السحور.

و أتبه هنا إلي أنه من المستحسن، أن يضع المريض نفسه تحت إشراف طبيبه، لوضع خطة يكون الصيام و أخذ الدواء بموجبها. كما أتبه إلي أنه علي المريض في جميع هذه الحالات، ألا يتناول كمية كبيرة من الطعام عند الإفطار، و أن لا يتناول أطعمة تحوي الملح.

#### 5 - الصوم و أمراض الكلية:

##### إشارة

أذكر فيما يلي الحالات المرضية التي يمنع الصوم عند الإصابة بها:

##### أ - الحالات الحادة (Acute cases) مثل:

ص: 437

1 - الألم الكلوي الحاد (Acute renal pain).

2 - التهاب الحويضة و الكلية الحاد (Acute pyelonephritis).

3 - التهاب المثانة الحاد (Acute cystitis).

4 - التهاب الإحليل الحاد (Urethritis).

حيث نحتاج في هذه الحالات لتناول الدواء علي مدار اليوم، بالإضافة إلي شرب الماء بكمية وافرة.

5 - التهاب الكبد و الكلية الحاد (Acute glomerone phritis) الناجم عن خمج باللوزتين أو البلعوم أو الجلد.

6 - القصور الكلوي الحاد (Zcute renal Failure) و هي حالة خطيرة تترافق بانقطاع البول، و تحتاج لعلاج خاص.

### **ب - الحالات المزمنة (Chronic cases)**

1 - الحصيات الكلوية (Renal stones) حيث يعتبر تناول السوائل أمرا لا بدّ منه في علاج الحصيّات و منع تشكلها.

2 - التهاب الحويضة و الكلية المزمن (Chronic pyelonephritis).

3 - الكلية متعددة الأكياس (Poly cystic kidney).

4 - التهاب الكبد و الكلية المزمن (Chronic glomerulone phritis).

5 - قصور الكلية المزمن (Chronic renal failure).

### **6 - الصوم و أمراض الغدد الصم:**

#### **أ - أمراض الغدة الدرقية:**

1 - فرط نشاط الدرق (Hyper thyroidism): يتطلب المريض هنا كميات أكبر من المعتاد، فهو لا يتحمل الصوم طيلة النهار، بالإضافة إلي أنه من الواجب عليه تناول الدواء بفاصل أربع أو ست ساعات، وبناء علي ذلك ينبغي عليه أن لا يصوم.

- 2 - قصور الدرق (Hypothyroidism) : الصوم هنا ممكن لدي معظم المرضى ما عدا بعض الحالات التي ينجم عنها اختلاطات.
- 3 - الدراق البسيط (Simple goiter) : وهو تضخم في الغدة الدرقية دون أن يرافقه أية أعراض أخرى، ويمكن الصوم هنا دون أية مشاكل.
- 4 - أورام الدرق (Thyroid tumors) : يمكن الصوم باستثناء بعض الأورام الخبيثة التي تتطور بسرعة.
- 5 - التهابات الدرق (Thyroiditis) : الالتهابات الحادة تشكل مانعا للصوم، خلافا للالتهابات المزمنة التي لا تتعارض مع الصوم غالبا.

### ب - أمراض الكظر:

- 1 - داء كوشينغ (Cushing disease) أو فرط الكوريتزول. من البديهي أن يحظر الصوم في هذه الحالة.
- 2 - داء كون (Cohn disease) أو فرط الألدستيرون لا يمكن الصوم في هذه الحالة قبل علاجها، في حين يمكن ذلك بعد العلاج سواء الجراحي أو الدوائي.
- 3 - ورم القواتم (Pheochromocytoma) : يجب اجتناب الصوم هنا نظرا لارتفاع التوتر الشرياني وما ينجم عنه، ويمكن الصيام إذا ما تم العلاج.
- 4 - داء أديسون (Adison disease) أو قصور الكظر يحتاج هذا المريض لعلاج مدة الحياة، ويفضّل أن لا يصوم.

### ج - أمراض الغدد التناسلية:

تؤثر أمراض الغدد التناسلية علي الفعل الجنسي، و علي قدرة الإنجاب، دون أن تحمل تأثيرا علي الجسم عامة، وبالتالي يمكن الصوم دون أي محذور.

### د - أمراض النخامي:

- 1 - أورام النخامي: وهي قسمين إما أورام مفرزة أو أورام غير مفرزة. و المفرزة أنواع أهمها

السورم المفرز لهرمون البرولا-كتين Prolactin و السورم المفرز لهرمون النمو Growth hormone ففي الحالة الأولي يحدث فرط بروتولاكتين الدم Hyperprolactinemia وهذا يسبب زيادة في ثر الحليب في الثدي بالإضافة إلي اضطراب في الدورة الشهرية و الضهبي و العنانة، و هذا كله لا يؤثر علي الجسم عامة و بالتالي لا يمنع الصوم.

أما في الحالة الثانية فتحدث العملاقة gigantism و ضخامة النهايات aomegaly و في هذه الحالة يحدث تضخم في الأطراف و الوجه، و تضخم في القلب و الرئتين، مع وهن شديد و ارتفاع في التوتر الشرياني و ظهور مرض السكري، لذلك يجب تجنب الصوم.

أما الأورام غير المفرزة فلا مانع من الصوم:

2 - قصور النخامي hypopituitarism : يترتب عن قصور النخامي قصور في الغدة الدرقية و الكظرية و الغدد التناسلية، و بالتالي يحظر الصوم.

### ه - أمراض جارات الدرق:

1 - فرط نشاط جارات الدرق hypoparat hyroidism : يسبب نقصا في كلس الدم، مع أعراض عصبية و عقلية، لا يمكن أن يصوم المريض هنا و يسمح له بذلك بعد العلاج.

### 7 - الصوم و الأمراض التنفسية:

1 - أمراض الرئة الانسدادية (obstructive lung disease) : تحدث نتيجة الربو، أو نتيجة التهاب القصبات المزمن، و هنا يحظر الصوم، لحاجة المريض لتناول الدواء من جهة، و لأنّ الانقطاع عن الطعام و الشراب يقلل من ميوعة المخاط و بالتالي تحدث صعوبة في إخراجه من القصبات.

2 - مرض السلّ أو التدرن (Tuberculosis) : يحظر الصيام في الشهرين الأوليين للمصاب بالسلّ، ليس بسبب الدواء إذ يمكن أخذ جرعته ليلا، و لكن بسبب حاجة المريض للغذاء و لرفع مقاومة البدن. فإذا ما تحسّن المريض أمكن أن يصوم بعد ذلك.

3 - الربو (Asthma) : يمكن الصوم خارج أوقات النوبات، بل ذكرت حوادث تدل علي تحسّن الربو بالصوم، و هذا لا ينطبق علي وقت النوبات.

4 - الالتهاب المزمن للقصبات (Chronic bronchitis) : هذا المرض مرتبط بالتدخين، و لا

يستدعي الإفطار إلا إذا حدثت اختلاطات. ويشكل الصوم فرصة مناسبة للإقلاع عن التدخين.

## 8 - الصوم و أمراض الحميات:

نذكر أمثلة علي هذه الأمراض الحموية: التهاب اللوزتين الحاد، التهاب السحايا، التهاب الرئوي، الحمى التيفية، التهاب الكلية و الحويضة، الإسهالات، التهاب الكبد الفيروسي، الأنفلونزا، وغيرها كثير.

في هذه الأمراض المريض بحاجة لتناول الدواء في أوقات معينة، كذلك ينبغي عليه تناول الطعام و السوائل، وبالتالي يجب منعه من الصيام، و يسمح له بالصيام إذا كان الالتهاب خفيفا.

## 9 - الصوم و أمراض الدم:

### أ - أمراض الدم غير الخبيثة:

- 1 - فقر الدم الحاد: وهو الذي يستدعي نقل الدم الإسعافي يجب الامتناع عن الصوم.
- 2 - فقر الدم المزمن أو غير الحاد: يمكن الصوم بحسب حالة الشخص، و يحظر إذا كان السبب وجود قرحة في المعدة.
- 3 - فقر الدم بعوز الفيتامين B12 : الصوم ممكن.
- 4 - النزف الدموي الخفيف من الأذن أو الفم أو الأسنان: يمكن الصوم ما لم يسبب إغماء فيفطر حينئذ.
- 5 - أمراض التخثر: يمكن الصوم، و يأخذ المريض الدواء ليلا.

### ب - أمراض الدم الخبيثة:

- 1 - الإبيضاضات الحادة Acute leukemias (النقوية و اللمفاوية): لا يجوز الصوم هنا.
- 2 - الإبيضاضات المزمنة Chronic leukemias : يمكن الصوم، إلا إذا خاف المريض علي نفسه و خاصة بوجود فقر الدم و ارتفاع الحرارة.
- 3 - اللمفومات Lymphomas : لا يمكن الصوم إلا إذا حصلنا علي فترة هدوء طويلة.

## 10 - الصوم و الأمراض النفسية:

- 1 - يمكن الصوم في العصاب Neurosis و الاضطرابات العصابية مثل الهستيريا Hysteria و في



التوهم بمرض، وفي داء المراق Hypochondriasis وفي العصاب القلبي، وفي العصاب الوسواسي Obsession neurosis وفي العصاب الرهابي neur osis Phobia .

2 - في حالات التعب البسيط والإرهاق الخفيف يمكن الصوم، بل هو مفيد لهم.

3 - للصوم فائدة في حالات الإدمان علي الكحول و التدخين و المخدرات.

4 - في حالات الاكتئاب Depression يحظر علي المريض أن يصوم وهو بحاجة لطعام كاف كذلك يمنع مرضي الفصام Schizophrenia من الصوم.

5 - المصابون بداء الصرع Epilepsy يحظر عليهم أن يصوموا لأنهم بحاجة للأدوية في أوقاتها المحددة.

6 - الأمراض النفسية الجسمية Psychosomatic diseases : الصوم هنا يتبع كل حالة علي حدة.

### الصوم و الجنس:

من المؤكد أن الصوم ينقص من الرغبة الجنسية عند الذكور و الإناث، وقد أشار «تولستوي» إلي العلاقة الوثيقة بين الشبع و الشراهة من جهة و بين الشبق الجنسي، و نصح بالصوم للسيطرة علي الرغبات الجنسية الزائدة.

و من هنا نستطيع أن نري بوضوح الحكمة من قوله (ص) عند ما نصح الشباب الذين لا يستطيعون الزواج أن يلجؤوا إلي الصيام ريثما يتوفر لهم ذلك.

### الصوم و الناحية المعنوية:

للصوم فوائد جمّة من الناحية المعنوية، أحاول أن أجملها فيما يلي:

1 - الصوم طاعة يثاب فاعلها و يجازي خير الجزاء، و يدخل الجنة من باب خاص اسمه «الرّيان». قال (ص): «إن في الجنة بابا يقال له الرّيان، يدخل منه الصائمون يوم القيامة، و لا يدخل منه أحد غيرهم، يقال أين الصائمون، فيقومون لا يدخل منه أحد غيرهم، فإذا دخلوا، أغلق فلم يدخل منه أحد» و هو باب لتكفير الذنوب من سنة لأخري، و هو طريق لحصول التقوي لقوله جلّ و علا: يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

(البقرة: 183).

2 - الصوم جهاد للنفس، وتقوية للإرادة، ومقاومة للشيطان والهوى، وتمرس علي الشدائد، وبعد عن اللين والرفقة والدعة، وتمرين علي الصبر عن شهوتي الفرج والبطن.

يقول الصوّام الأمريكي سنكلر: «إن الصيام يقوّي الإرادة ويمرّن الإنسان علي التغلب علي أهواء النفس وشهواتها، تلك الشهوات التي تدفع به إلي الوقوع في مختلف الشرور والآثام وتجعله عرضة لكثير من الأمراض النفسية، ويعدّ الصيام من أحسن الوسائل لتنمية الملكات العقلية والتخلص من الأمراض النفسية...».

3 - الصوم مدرسة لتعليم الأمانة ومراقبة الله جلّ وعلا.

4 - الصوم يعلم النظام والالتزام، فالمسلمون يصومون ويفطرون معا في وقت واحد.

5 - الصوم ينمي في الإنسان الشعور بآلام ومآسي الآخرين، ويشعره بجوع الفقراء والمساكين.

## 7 - الحث علي الشجاعة والجد:

«خلق الإنسان ضعيفا، تتملكه دوافع كثيرة. فهو يفرح ويحزن ويتألم ولذلك شرع الله عزّ وجلّ له من العبادة ما يهدّب نفسه ويصقلها، ويعينه علي الثبات والتبصّر يا أيّها الذين آمنوا استعينوا بالصبر والصلاة [البقرة %153]. أما غير المسلم فهو جزع هيب، لا يثبت:

كريشة في مهب الريح طائرة لا تستقر علي حال من القلق

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا إِلَّا الْمُصَلِّينَ

[المعارج / 19-20-21-22] فالمصلي ثابت القلب، حسن التبصّر، كريم، جواد، حسن الظن بربه، يفيض الخير علي من حوله من الناس طمعا فيما عند الله سبحانه».

## الصلاة تنمي ملكة التركيز عند الإنسان:

يقف المؤمن عند ما يريد الصلاة بين يدي ربه بأدب وحياء، ويحاول قدر استطاعته أن يخشع وأن يحصر اهتمامه بصلاته، بقيامه وركوعه وسجوده، بتكبيره وتسيحه وتلاوته. فالخشوع هو المرتبة التي ينبغي علي المؤمن أن يسعى إلي الوصول إليها. ومحاولته الخشوع في كل وقت، يشكل أفضل تدريب، وأحسن تمرين، لتعويد النفس علي حصر اهتمامها في شيء واحد. وبمعني آخر أفضل تدريب لتركيز التفكير في جانب واحد. ومعلوم بالبديهية والتجربة أن الذاكرة والتذكر تتحسن

تماما بالتمرين المتواصل، وأيضا التركيز يقوي و يصبح فعالا أكثر كلما تدرّب و تمرّن عليه. و لا يخفي ما للتركيز و حصر الاهتمام بشيء واحد من مزايا و فوائد في إنجاز العمل المتعلق به ففرق كبير بين من يشرّد في هذه الناحية و هذه الناحية، و بين من يصوب كل قدراته تجاه الهدف المنصوب.

يقول العالم وليم مولتون مارستن - الاختصاصي في علم النفس - في مجلة المختار من ريدرز دايجست ما خلاصته: «إن القدرة علي تركيز الخواطر تجري العادة عند كل رجل بارز في باب من أبواب الحياة.. ففي أي لحظة معينة يركز العالم أو الزعيم أو الرجل الناجح خواطره في أمر معيّن، فإن اهتمامه ينصبّ بكلّيته علي الأمر الذي يفكر فيه.. و إن أكثرنا تنقصه هذه القدرة علي التركيز، و يحيرّه و يفسد عليه أمره، الاضطرابات و الشواغل و الأهواء المتعارضة، التي تتقاسم اهتمامه و تتنازعه.. و إن العقل الإنساني، ليصبح أداة مدهشة الكفاءة، إذا هو اتّسم بالتركيز القوي، و الانتباه الموجّه.. و الصبر و المثابرة... ذلك لأن الانتقال من الشرود إلي حصر الذهن حصرا بيّنا محكما، ليس إلا ثمرة للجهد المفلح و المحاولة الصابرة... فإذا استطعت أن تردّ عقلك مرّة بعد مرّة إلي الموضوع، الذي اعتزمت معالجته، فإن الخواطر التي تتنازعك، لا تلبث أن تخلّي مكانها - مجبرة - للموضوع الذي آثرته بالعناية و الاختيار... و بتكرار المحاولة الناجحة - التي ليست بالسهلة - ستجد نفسك في النهاية قادرا علي حصر ذهنك بإرادتك فيما تشاء و تختار...».

و لا تنحصر فائدة الصلاة و المداومة عليها، في تنمية ملكة التركيز و حسب. بل إن الفوائد الإيجابية تنعكس علي مجمل شخصية الإنسان، بكافة أبعادها و أنحائها. و الدراسات ما زالت تحمل إلينا الجديد من المزايا و الخصائص التي يتصف بها المؤمن المصلّي، خلافا لمن ألقى صلاته و دينه و عقله خلف ظهره. و من هذه الدراسات، تلك التي أجرتها مصلحة تشغيل المتعطلين في مدينة نيويورك، حيث خضع (15321) شخصا من الرجال و النساء المتعطلين لاختبار نفسي. و توضّح من خلال ذلك أهمية الصلاة و العبادة في حياة الإنسان. يقول الدكتور «هنري لنك» أحد علماء النفس التجريبي، و الذي كان مستشارا خاصا في هذه الدراسة (معتمدا علي التقارير الشخصية الشاملة التي أجراها لكل فرد من عشرة آلاف فرد): «في هذا الوقت بالذات بدأ إدراكي لأهمية العقيدة الدينية بالنسبة لحياة الإنسان. و لقد استخلصت من هذه الاختبارات نتيجة هامة، و هي: أنّ كل من يعتنق ديناً أو يتردد علي أماكن العبادة، يتمتع بشخصية أقوى و أفضل ممن لا دين له أو لا يزاوّل أية عبادة...».

## الصلاة رياضة بدنية:

تتميز الصلاة - كرياضة - بأنّها رياضة غير مجهدّة، فحركاتها بسيطة، خفيفة، يستطيعها الكبير

المسنن و الفتى الصغىر. كما أنّها رىاضة تمارس على مدار اللىوم و الليلة، بأوقات مننظمة. و إذا كان العلماء يقولون إن أفضل الرىاضات، تلك التى تتم بشكل متكرر يومىا، و غير المجهدة التى يمكن أن يؤدبها أى إنسان، فلا شك أنّ الصلاة تندرج تماما تحت هذه الرىاضات المفضلة.

و أول من أجرى تجاربا فى هذا الخصوص، هو «وليام جانونج» 1981 م، عند ما فرّق بعناية بين تلك التمرينات العضلية الشاقة، و تلك الخفيفة البسيطة. فلاحظ أنه فى الحالة الثانية تتمدد الأوعية الدموية، و تزداد التروية الدموية، مما يزيد التغذية بالأوكسجين، الذى يتناسب استهلاكه طردا مع الطاقة المنتجة. و هكذا تكون عملية الاحتراق معتمدة بكاملها على الأوكسجين الجوى، و بالتالى لن تنتج أية فضلات أو رواسب. أما فى حالة التمارين العضلية الشاقة، فتزداد الحاجة للأوكسجين زيادة ماسّة، و لا يكفى الهواء المستنشق لتعويضه، الأمر الذى يستدعى إنتاجه - أى الأوكسجين - بطريق غير هوائى، من خلال بعض التفاعلات الكىماوية، التى تنتهى بحمض اللبن و هكذا فإن التمارين الهادئة الخفيفة، تحقق فائدتين اثنتين:

1 - تزيد من قابلية الجسم، لاستقبال نسبة أعلى من الأوكسجين الجوى.

2 - تؤدى إلى إنتاج أقل لحمض اللبن، المؤذى للدورة الدموية.

و بالإضافة إلى الفوائد السابقة للصلاة كرىاضة، هناك فوائد أخرى، يمكن إجمالها بما يلى:

1 - تحريك جميع عضلات الجسم، القابضة و الباسطة. و تحريك المفاصل بما فيها المفاصل الفقرية.

2 - تنشيط القلب و الأوعية الدموية.

3 - تحسين التروية الدماغية، و بالتالى كفاءة الدماغ.

4 - تقوية جدر و عضلات الشرايين، و المحافظة على مرونتها.

5 - تمرين الجسم على التأقلم مع الوضعيات المفاجئة المختلفة.

## تقليم الأظافر:

و هو سنة باتفاق المذاهب.

لا تخفى الحكمة من هذه السنة الكرىمة، فى الوقاية من الأمراض، التى تنتقل عن طريق الجراثيم التى تتجمع تحت الأظافر الطويلة سواء أثناء الاستنجاء أو غيره.

عن أبي عبد الله عليه السلام، قال: اللحم ينبت اللحم، و من تركه أياما فسد عقله(1).

وقال عليه السلام: اللحم ينبت اللحم، و من تركه أربعين يوما ساء خلقه، و من ساء خلقه فأذنوا في أذنه(2).

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: اللحم من اللحم، و من تركه أربعين يوما ساء خلقه، كلوه فإنه يزيد في السمع و البصر(3).

وعنه عليه السلام قال: مرق لحم البقر يذهب بالبياض(4).

وعنه عليه السلام قال: ألبان البقر دواء، و سمونها شفاء، و لحومها داء(5).

وعنه عليه السلام قال: من أكل لقمة شحم أخرجت مثلها من الداء(6).

عن بعض أصحابه بلغ به زرارة، قال: قلت لأبي عبد الله عليه السلام: الشحمة التي تخرج مثلها من الداء أي شحمة هي؟ قال: هي شحمة البقر(7).

ص: 446

- 1- (1) وسائل الشيعة ج 25 ص 39 ح 14.
- 2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 40 ح 1.
- 3- (3) وسائل الشيعة ج 25 ص 41 ح 4.
- 4- (4) وسائل الشيعة ج 25 ص 44 ح 2.
- 5- (5) وسائل الشيعة ج 25 ص 45 ح 1.
- 6- (6) وسائل الشيعة ج 25 ص 45 ح 2.
- 7- (7) وسائل الشيعة ج 25 ص 45 ح 3.

عن إدريس بن عبد الله، قال: كنت عند أبي عبد الله عليه السلام فذكر اللحم، فقال:

كل يوماً بلحم، و يوماً بلبن، و يوماً بشيء آخر(1).

عن أبي عبد الله عليه السلام، قال: اللحم باللبن مرق الأنبياء(2).

وعنه عليه السلام قال: شكنا نبي من الأنبياء إلي الله عز و جل الضعف، فقبل له:

اطبخ اللحم باللبن، فإنهما يشدان الجسم، قال؟ قلت: هي المضيرة(3)، قال: لا، و لكن اللحم باللبن الحليب(4).

وعنه عليه السلام قال: من أصابه ضعف من قلبه أو بدنه فليأكل لحم الضأن باللبن(5).

وعنه عليه السلام قال في حديث: و إن هذا اللحم الطري ينبت اللحم(6).

وعنه عليه السلام قال: اللحم ينبت اللحم و يزيد في العقل و من تركه أياما فسد عقله(7).

ص: 447

1- (1) وسائل الشيعة ج 25 ص 49 ح 6.

2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 58 ح 1.

3- (3) مضر اللبن مضراً: إذا حمض و ابيض.

4- (4) وسائل الشيعة ج 25 ص 59 ح 4.

5- (5) وسائل الشيعة ج 25 ص 60 ح 9.

6- (6) مستدرک الوسائل ج 16 ص 340 ح 5.

7- (7) بحار الأنوار ج 63 ص 72 ح 68.

## خواص اللحوم في الطب و الغذاء

«إن غذاء يحتوي علي الخضروات و اللحم هو غذاء مثالي يحقق للإنسان تغذية كاملة».

هذه هي الحقيقة الأساسية الأولى فيما يتعلق بالغذاء الصحي الكامل.

فالإنسان هو أحد المخلوقات التي تتناول اللحوم و الخضروات في آن واحد، مع أن أكثر المخلوقات الأخرى تقتصر علي نوع واحد فقط.

### تركيب اللحم

اللحم غني بالمواد الزلالية و فقير جدا بالسكريات (المواد السكرية) أما الدسم فيه فمقداره يختلف بحسب ضعف الحيوان و سمنه و نوع غذائه.

و يتركب اللحم من المواد الآتية:

1 - الماء و يعادل مقداره 75% من وزنه تقريبا.

2 - الأملاح المعدنية: و خصوصا منها فوسفات البوتاسيوم مع أثر من أملاح الصوديوم و الكلس و المانيزا و مركبات الكلور الثنائي و مواد ملونة كاليحمور (خضاب الدم) الذي يحوي كمية من الحديد.

فمائة غرام لحم تحوي تقريبا:

حمض الفوسفور 0,50 غرام

كلور ثنائي 0,10 غرام

بوتاس 0,50 غرام

صوديوم 0,10 غرام

كلس 0,01 غرام

مانيزا 0,04 غرام

أوكسيد الحديد 0,005 غرام

3 - مواد سكرية (سكريات) بمقدار 0,3-0,4%.

4 - مواد دسمة (الشحميات) و هي قليلة المقدار سواء في الألياف أو في الأنسجة المنضمة.

5 - مواد زلالية و هي تؤلف القسم المهم منه و هما العضلين (ميوزين) و يحوي اللحم زيادة عما تقدم مولد الغراء الهلام أي الجلاتين و المرين و مواد خلاصوية آزوتية كالكرياتين و الأسس الصفراء، إلخ.

و الجدول الآتي يبين تحليل اللحم البقري:

ماء 75,90%

خلاصة يابسة 4,10

مواد زلالية 18,26%

مولد الغراء (الجلاتين) 1,64

مواد دسمة (الشحميات) 0,90

مواد سكرية (السكريات) 0,60

مواد معدنية 1,30

وقلما يختلف تركيب اللحم، بحسب نوع الحيوان و لا سيما في المواد الهوليية منه و لكنه يختلف فيه بحسب طراز معيشته، و عمره و نوع غذائه. فالحيوان الذي يعيش في الحضائر أكثر دهنا من الحيوان الذي يعيش في المراعي، لذلك كثيرا ما يعتمد الجزارون إلي تربية المواشي قبل ذبحها في الحضائر مدة حتي تسمن و تستريح و تسمي لدي العامة بالمعلوف. و الألياف العضلية في لحم المعلوف ألين و أطف من ألياف عضلات المواشي التي ترعي بالمراعي، و لهذا تكون مقبولة أكثر.

و كلما كان الحيوان كبير السن كانت عضلاته ليفية، صلبة، و لذلك تكون دون غيرها تغذية و انهضاما.

أما لحم الحيوانات الصغيرة السن كالخرافان مثلا فهلامي ضعيف، لذا يكون قليل الغذاء، و أفضل ما في هذه الحيوانات ما كان سنه معتدلا، و يكون ذلك في البقر بين الثالثة و العاشرة. أما في الغنم فغايتها السنة الثامنة، و في الماعز السنة السادسة فقط.

أما صغار الحيوانات فأفضلها العجول التي عمرها فوق الأسبوع السادس و الخراف و الجديان ما بعد الأسبوع الرابع إن كان غذاؤها جيدا.

و المستهلك لا يضع قيمة واحدة لكل مناطق الجسم بل يميز بعضها عن بعض تبعا لجودتها.

فأحسن درجات اللحم ما أخذ من الفخذ و الأصلاب و الضلوع الخلفية. أما لحم الدرجة الثانية فهو



الذي يؤخذ من الضلوع الوسطي و الأمامية و الصدر و منطقة خلف البطن أما ما عدا ذلك فهو من لحم الدرجة الثالثة.

و سواء أكان لحم الأغنام و الأبقار من الدرجة الأولى أم الثانية أم الثالثة، فإنه يمد الجسم بطاقة حرارية أعلي مقدارا من التي يعطيها نفس الوزن من اللحوم البيضاء كالأرانب و الدجاج و السمك.

و الطاقة الحرارية كما نعلم هي التي يستغلها الجسم في نشاطه و مجهوده العضلي.

و إن جاز للحوم الأغنام و الأبقار و غيرها من اللحوم الحمراء أن تفخر بترائها في عنصر الحديد الذي يدخل في تكوين الدم، جاز للحوم البيضاء الفقيرة بالحديد أن تفاخر بأنها أسرع هضما في القناة الهضمية من اللحوم الحمراء.

و لذلك فاللحوم البيضاء أكثر ملاءمة للناقهين من اللحوم الحمراء.

و لقد وضح من مختلف التجارب أن الطعام الذي يجمع بين اللحوم و الخضروات هو أصلح غذاء يؤدي إلي أحسن النتائج لسبب واحد و هو أن اللحوم أكثر الأطعمة احتواء علي المركبات البروتينية (الزلالية) الضرورية لبناء الأنسجة و الخلايا. و إذا أراد الإنسان أن يحصل علي كمية المركبات البروتينية التي تحتويها بضع أوقيات من لحم الضأن أو البقر و جب عليه أن يستهلك كميات كبيرة الحجم من الخضروات ليس في مقدور المعدة احتمالها. و مما يبرر أهمية اللحوم في التغذية، أن الجسم قادر علي خزن معظم عناصر الطعام الضرورية، فهو يخزن السكر في الكبد و الشحم تحت الجلد و الفيتامينات في أنسجته المختلفة.

و لكن مما يدعو للدهشة أن الجسم عاجز عن اختزان البروتينات.. و هي حين تنعدم في الطعام يصبح المرء أشبه بحيوان مفترس. و قد حدثت مأس كثيرة في معسكرات النازيين خلال الحرب الأخيرة بسبب انعدام البروتينات في الأغذية المقدمة لهم. و المعروف أن البروتينات تتألف من حوامض أمينية مختلفة منها عشرة أنواع ضرورية للحياة، و لو توافرت منها في جسم المرء تسعة و حرم من العنصر العاشر فإن هذه الأحماض التسع لن تحل محل الحمض الناقص.

و لهذا نستطيع أن نقول:

لا شيء يمكن أن يكون أكثر جلاء و وضوحا من أن بنية الإنسان و تركيبه الجسماني و ظروف حياته و أحوال معيشتة تقضي عليه بأن يكون طعامه مزيجا من اللحوم و الخضروات معا. إنه يستطيع أن يعيش، إذا اضطرته الضرورة القصوي، علي لحوم الحيوانات وحدها. و يستطيع أن يعيش أيضا إذا اضطرته كذلك ضرورة ملحة لا مفر منها علي الخضروات وحدها. و لكن لن تكون التغذية كاملة

إلا إذا كان طعام الإنسان شاملا للحوم والخضروات معا، فبذلك يجد الجسم خليطا من بروتينات نباتية و حيوانية تمده بكل ما يحتاج إليه من أحماض أمينية.

و الكبد أغني من اللحم في فيتامين (آ) الواقى من مرض ضعف الإبصار ليلا، وهذا هو الذى دعا «أبقراط» من قبل أن يصف أكل الكبد لمن يشكو العمى الليلي أو ضعف الإبصار.

و بجانب الفيتامين (آ) نجد في الكبد مقادير وفيرة من فيتامين (د) الواقى من الكساح و لين العظام و مقادير كبيرة نسبيا من فيتامين (ب 12) الواقى من فقر الدم.

و البروتين مواد مركبة معقدة تمتاز بها الحياة. فكل المخلوقات الحية من حيوان و نبات تنطوي أجسامها على هذه المادة.

و جزئيات الجسم الإنسانى نفسها مؤلفة من هذه الذرات الكبيرة.

و بتحليل هذه الذرات تبين أنها مؤلفة من سلاسل مذكرة و مؤنثة في وقت واحد: هي الأحماض الأمينية (acides amines) و الجسم الإنسانى يطرح كل يوم كميات من هذه البروتينات المستعملة جدا. و كيما يبقى التوازن قائما لا بد من بروتينات جديدة يصنع الجسم منها سلاسل جديدة.

و الجسم يستطيع صنع بعض السلاسل من عناصر أكثر بساطة. و لكن ثمة سلاسل أخرى لا يمكن صنعها فلا بد لهذه الأحماض الأمينية من أن تكون مصنوعة قبل دخولها الجسم: و يحصل عليها الجسم من الغذاء، من البروتينات المستوعبة. و هذه هي الأحماض الأمينية التى لا غنى عنها.

أما تركيب البروتينات بالأحماض الأمينية في اللحم فأقرب ما يكون إلى تركيب البروتينات البشرية. و لذا فلا مجال لمناقشة فعالية بروتينات اللحم و قيمتها البيولوجية في ظاهرتي النمو و ترميم التآلف من خلايا الجسم الإنسانى.

### فائدة التغذية باللحوم:

لقد حقق العالم «بوسكويه» تجربة فريدة: فقد غذى بعض الضفادع ببروتين من أصل نباتى و حيوانى و قد تبين له أنه لا بد له - كي يحصل على أسرع نمو بأقل كمية غذائية. من تغذية الضفادع بلحم الضفادع.

و لقد أثبت التجارب أنه لا يمكن، عمليا، الاستعاضة عن 40 غراما من اللحم بمائة غرام من القمح رغم أن الكميتين تنطويان على مقدار واحد من البروتين هو 7 غرامات، و مرد ذلك إلى أن بروتين الحليب أو اللحم أو القمح ليس متساويا في قيمته الحيوية.

إن احتياج الإنسان إلي البروتين يختلف باختلاف السن فكيما يحفظ التوازن، بين السنة الأولى و الثالثة من العمر، لا بد من مقدار يومي يعادل 3,5 غرامات من البروتين لكل كليوغرام واحد و إذا بدت هذه النسبة عالية فلأن احتياج النمو كبير في مثل هذه السن.

و يتفق العلماء علي أن غراما واحدا في الكيلوغرام كاف بعد سن الحادية و العشرين. إن رجلا يزن 60 كيلو غراما لا بد له من 60 غراما من البروتين يتناولها كل يوم نصفها من البروتين الحيواني، مثال ذلك:

200 غرام من اللحم. 200 غرام من الخبز. 0,25 لتر من اللبن الحليب.

إن هذه الكميات كافية لإعطائه احتياجه اليومي من البروتين.

هل يستطيع الإنسان أن يعيش عيشة طبيعية دون أن يأكل لحما؟.

النباتيون المتمسكون بهذه النظرية لا يتناولون أي طعام من أصل حيواني. و تركز النظرية (النباتية) علي أن الطاقة الشمسية التي تمتصها النباتات تفقد الكثير من قيمتها بعد أن يأكل الحيوان النبات فيحوّله إلي لحم. فالنبات يعطي الإنسان طاقة أعظم.

إن هذه «الطريقة» ليست مما ينصح به مهما كانت «الفلسفة» المستندة إليها لأن كمية البروتين تظل، بدون اللحم ضعيفة.

و أفضل من هذه الطريقة (رغم شهرة الذين يشاعونها ككبار العلماء و الفلاسفة) الطريقة (اللبنية النباتية) فهي تضيف إلي الأطعمة النباتية اللبن و البيض و الزبدة.

و يعتبر كبار أكلة اللحم معرضين دائما لارتفاع الضغط و تصلب الشرايين و غيرهما من الأمراض.

فهل صحيح ما يقال عن أن طعاما غنيا باللحوم، أو بالبروتين يقصر الحياة؟ ما زال الجواب موضع أخذ و ردّ.

هذا و تدل الإحصائيات التي نظمها البروفسور «لوفنكاردت» من لوزان، أن أكلة اللحوم أقرب إلي الإصابة بارتفاع الضغط من مستهلكي النباتات.

و الواقع أن الذين يشكون من ارتفاع الضغط هم دائما من كبار الأكلة و الشاربين. فقد يلعب المرق الذي يرافق الأغذية اللحمية دورا سيئا بالنسبة لهؤلاء الناس.

## ما هي الحالات التي يجدر بنا فيها اللجوء إلي حمية غنية باللحوم؟

إن قدرة اللحم الحرارية قدرة ضعيفة (حريرتان في الغرام) إذا ما قيست بقدرة الدهن أو السكر (9 حريرات في الغرام) أما هضم اللحم فسهل. و جدير بالذكر أن اللحم البارد يهضم بمثل سهولة اللحم الحار وكذلك اللحم الأبيض (لحم الطيور) فهو كاللحم الأحمر.

و اللحم، من ناحية ثانية، يضعف كتلة الأغذية المائية (hydro-alimentaire) التي يستوعبها الجسم و من أجل هذا ينصح المصابون ببعض حالات السمنة obeseite بالإكثار من تناول اللحوم.

و تظهر قيمة اللحم التصنيعية في إعادة البروتينات في الجسم. وفي حالات فقر الدم (الأنيميا) تتطلب إعادة بناء الكريات الحمر التي تلون الدم، الحديد و الأحماض الأمينية. و اللحم يؤمن هذه المادة كما يؤمن الفيتامينات اللازمة و لذا كان افتقار الغذاء إليه من أسباب الإصابة بفقر الدم.

و إرهاق الكبد بالأدهان يهيئها للإصابة بالتشمع.

## أي أنواع اللحم أفضل؟

إن لحوم الغنم و البقر هي أفضل أنواع اللحوم لأنها أسهل هضمًا و أفضلها لتقوية الجسم و لكن من الضروري أن تلم بالقواعد «الفنية» المتعلقة باختيار اللحم أو بطريقة طهوه.

فاللحم الجيد هو الذي يكون ذا لون أحمر «غير بنفسجي»، و خاليا من الصفاقات و الألياف، صلب البنية، ظاهر الطراوة، و ذا رائحة ندية.

أما بالنسبة للطهو فهناك عدة طرق أهمها الشوي و السلق و القلي.

## اللحم المشوي:

إن تسليط لهب النار مباشرة علي اللحم أقدم طريقة لشويه، و تلك أفضل طريقة للحصول علي لحم (مقمر) لطيف لذيد الطعم، كما أن هذه الطريقة تساعد في تبخر حتي 20 بالمائة من الماء المخزون في اللحم الطازج فتجعله مغذيا و قابلا للهضم السريع.

و ليلاحظ أنه يجب عدم تمليح اللحم المشوي إلا بعد شويه و أنه يجب مسح اللحم قبل شويه بزيت الزيتون.

## الطهي بالماء (السلق):

و معني ذلك سلق اللحم قبل شيه، و تلك أفضل طريقة للتغلب علي قساوة اللحم و جعله طريا سهل الهضم.

## الطهي بطريقة القلي:

و هي طريقة بين بين، تجمع ناحيتي الشهي و السلقي، و قد يخطيء الكثيرون إذ يظنون أن قلي اللحم يجعله عسيرا علي الهضم، لأن القلي يكون قد بدأ بعمل ما تبدأ بعمله المعدة، إلا إذا كان ثمة شحم كثير أو سمن كثير.

و لكن العلم يري في كل طريقة من هذه الطرق رأيا خاصا، فهو يري أن الشهي هو أفضل الطرق إذا أردنا أن نحافظ علي أغلب المركبات الغذائية و أن نحول دون فقد محتوياتها إلي أقل حد ممكن، لأن الحرارة تعمل علي تجميد طبقة البروتينات الخارجية فتمنع إلي حد كبير خروج مركبات اللحم الغذائية الموجودة في الطبقة الداخلية من التسرب إلي الخارج.

و تأتي طريقة تجميد اللحم في المرتبة الثانية من حيث المحافظة علي المركبات الغذائية داخل اللحم و عدم تسربها منه.

أما طريقة غلي اللحم و سلقه بالطريقة العادية، أو تحت الضغط في القدور الضاغطة علي البخار (البريستو) فهي في المرتبة الثالثة لأن اللحم بها يفقد كثيرا من مركباته الغذائية التي تتركه لتختلط بالماء المكون للمرق.

من هذا نري أن اللحم المسلوق هو أنسب اللحوم لمن يشكو ضعفا في الهضم و اضطرابا فيه.

أما شهي اللحم فهو خير طريقة لمن أراد أن يحتفظ بأكبر قدر من مركبات اللحم الغذائية.

و إننا ننصح الناقهين من المرضي و المصابين بفقر الدم بتناول اللحوم و الدجاج و الكبد (المعلاق) و الإكثار من هذه المواد لأنها تنقل إلي آكلها الحديد، و ما أدراك ما الحديد إنه مادة ضرورية لكل إنسان و حيوان إذ بدون هذه المادة لن يستطيع الاستفادة من عملية التنفس و استخلاص الأوكسيجين من الهواء.. و بدون الحديد يبقي الدم تافها لا يقوم بواجبه فتضطرب الدورة الدموية و يشحب وجه الإنسان و تقل الاحتراقات و تغيب الشهوة إلي الطعام.. لأن الحديد يدخل في تركيب الكريات الحمر.. و في تركيب خضاب الدم. فإذا جال في أنحاء الجسم حمل علي أكتاف ذراته

مفرزات الحجيرات وفضلاتها بشكل حمض الفحم السام ولكنه ما يكاد يصل إلي سطح الرئتين حتي يطرح الفحم و يتلقف الأوكسيجين (إكسير الحياة) فإذا بالدم الأسود الأزرق المتسمم وقد غدا أحمر قانيا يحمل في جنباته النشاط و الحياة. و لكننا اعتدنا مع الأسف علي تناول اللحم و الكبد و الدجاج بعد أن نرمي بالحديد لجهلنا.. إننا نضيف ملح الطعام إلي كل قطعة لحم يراد شيها.. و هذا خطأ فادح لأن من خصائص الملح امتصاص الماء و الرطوبة.. فإذا جذب ماء اللحم إليه أثناء الشويّ فإن قسما كبيرا من الحديد الموجود في اللحم يخرج مع الماء و يصير طعاما للنيرون.

ألا تري كيف تتساقط قطرات الماء من اللحم المشوي؟ إنها ليست ماء، و لكنها خلاصة اللحم الحاوية علي الحديد.

### نصائح حول السلق:

أغمر قطعة من اللحم بالماء البارد وضعها من بعد علي نار معتدلة بحيث ترتفع درجة الحرارة شيئا فشيئا. و ما دامت الحرارة لم تتجاوز ال 65 درجة مئوية فإن فقدان الماء يكاد يكون معدوما، و أما المواد الغذائية الأخرى التي يحويها اللحم فتجد نفسها في حرية تامة فتترك اللحم و تقفره و تغني المرق. و كلما ارتفعت الحرارة ازداد لون اللحم الرمادي ظهورا نتيجة تخثر البروتينات علي السطح.

و حوالي 65 درجة يكون هذا التخثر كاملا. و هذا التخثر يلعب دورا خاصا، إذ يحول دون هروب المواد الغذائية الموجودة في اللحم كلها. فإذا بلغت الحرارة 100 درجة، رأيت فوق المرق زبدا ضاربا إلي اللون الرمادي مردّه هو أيضا إلي تخثر المواد القابلة للانحلال الموجودة في اللحم و التي ذاعت في المرق، فيجدر بالطاهية أن ترفعه. و هكذا كلما طال غلي المرق ازداد غني و قدرة علي ترميم الجسم.

### نصائح حول الشوي:

هنا يوضع اللحم علي حرارة جافة شديدة و القطعة التي يراد شيها يجب أن تكون رقيقة 2 إلي 3 سم و طرية.

### نصائح للقلي:

لا تستعملي إلا قليلا من المواد الدهنية (و الزيت يتحمل درجات من الحرارة أعلي من الزبدة).

لا تحتفظي ببقايا المادة الدهنية المستعملة في قلي اللحم لأنها خطيرة.

ضعي اللحم علي مقلاة حامية ثم أضيفي قطعة من الزبدة الطازجة الغنية بفيتامينات الإنماء (آ، و، د) وهي أهم ما يميز الزبد من سواه من المواد الدهنية.

### قواعد الشي:

الحرارة يجب أن تكون شديدة و شبك المشواة يجب أن يحمي مقدما لأن انخفاض الحرارة يهدد اللحم بفقدان بلازماه مما يفقره ويجعله خلوا من الدم.

الانتباه إلي تخفيف النار في الوقت المناسب حتي لا يتضخم اللحم.

يجب ألا يملح اللحم إلا- في آخر لحظة قبل الشي لأنك إذا ملحته قبل ذلك بكثير هرب ماء اللحم خارجه و بالتالي هربت أملاحه المعدنية.

يجب أن يكون الشواء أو القلي مناسبين كما أسلفنا فلا يتجاوزان إلي درجة الاحتراق.

### متي يمكننا إعطاء الرضيع لحما

اللحم أحسن المصادر للحصول علي الغليسيرين، و هو العنصر الأساسي لنمو الأطفال و ترعرعهم علي نحو متناغم. و لكن كثيرا من علماء طب الأطفال لا ينصحون به إلا في حذر شديد.

بعض الأطباء الأجانب لا يترددون في وصفه منذ الشهر الثاني و حتي منذ الشهر الأول. و لكننا نري أن هذا الإسراع لا يخلو من إفراط.

### لا لحم قبل الشهر الخامس، و مع ذلك..

في أغلب الحالات يبدو من غير الضروري إعطاء الطفل لحما قبل الشهر الخامس. قبل هذه السن يكفي الحليب و الحبوب لضمانة حاجات الرضيع البروتينية.

و مع ذلك فإذا بدا أن جسم الطفل لا يستسيغ الحليب و ظهرت اضطرابات هضمية (كأكل الهواء و الإسهالات و التقيؤات، إلخ..) فيجب بدهة البحث عن مصدر آخر للبروتين، و يصبح اللحم ضروريا. و كما هو الحال في فقدان الشهية إلي الطعام فإن عصير اللحم كفيلا بإعادتها و إيفاء الجسم حقه.

## البداية بعصير اللحم:

في الماضي كانوا لا يعطون الطفل لحما قبل ظهور أنيابه أي في الشهر الرابع عشر أو الخامس عشر من العمر. وأما في أيامنا هذه فمن المعروف أن الطفل منذ الشهر الخامس أو السادس يستعد لهضم اللحم.

ومع ذلك فيجب التدرج النسبي. أولاً عصير لحم البقر المشوي المدمي بمقدار 10 إلى 20 غراما في اليوم. ثم، في الأشهر اللاحقة، لب اللحم المفروم - من 5 إلى 10 غرامات - حتى تصل إلى 25 غراما في الشهر الثاني عشر.

وتجدر الإشارة إلى أن هنالك مصانع تحضر اللحم خصوصا للأطفال الرضع.

## حفظ اللحم:

إن فساد الأغذية ناتج عن فعل الجراثيم المختلفة فيها. وإن هذه الجراثيم تحتاج في حياتها إلى الغذاء، والهواء، والرطوبة، والحرارة، فإذا فقدتها انعدمت حياتها. واللحم إذا ترك وشأنه مدة يكون عرضة لتكاثر الجراثيم المختلفة ولا سيما الجراثيم غير الهوائية فيفسد شكله و تتغير رائحته و تنتن أليافه و تخضر ثم تلين، ويكون هذا التفسخ سريعا كلما توفرت شروط حياة الجراثيم التي ذكرناها آنفا من حرارة و رطوبة و غذاء.

وإذا جعلت اللحوم في حالة لا تساعد الجراثيم علي الحياة أمكن حفظها سالمة مدة طويلة.

وعلي هذا يكون أساس المحافظة بالتجفيف، كما في التقديد، و التمليح و التدخين أو بتقليل الحرارة كما في التبريد أو بمنع الهواء كما في حفظ اللحوم في العلب و غير ذلك من الطرق المختلفة.

و لا يجوز استعمال المواد المضادة للفساد لأنها كما تضر بالجراثيم تضر بجسم من يستعملها.

وإيكم بعض هذه الطرق المستعملة في بلادنا.

1 - حفظ اللحم بالقلي: وهو أن نقرم شرائح اللحم و تقلي بدهنها أو بالسمن و تصب ساخنة في أوعيتها، فيجمد الدهن حولها و يحجبها عن الهواء و هي طريقة كثيرة الاستعمال في قري سوريا لحفظ اللحم أيام الشتاء.

2 - البصطرمة (التمليح): و هي كلمة أرمنية تطلق علي اللحم المجفف، و تحضر من اللحم البقري.



3 - التدخين: وهو من أفضل الطرق التي كانت تستعمل في ألمانيا. وذلك بأن يعلق اللحم في مكان محصور، يساق إليه دخان بعض الأخشاب القطرانية، بارداً، فينفذ في اللحم بعض العطور القطرانية الطيارة (كالكريوزوت) ويجف اللحم علي هذه الصورة ويحفظ مدة طويلة دون أن يطرأ عليه تبدل.

4 - حفظ اللحوم بحجبها عن الهواء بعد تعقيمها بالحرارة جيداً (المعلبات).

وهذه الطريقة أفضل الطرق المستعملة في المحافظة علي الأغذية، وأكثرها انتشاراً. وهي صناعة قديمة ترجع إلي عهد حروب نابليون في أوروبا، ويستخدم في تحضيرها لحوم البقر وكذا لحوم الطيور والدواجن. ويراعي عند إعداد لحوم الماشية تجزئتها إلي قطع صغيرة وإزالة العظام منها، وتخزن قبل التعبئة في محاليل ملحية كثيفة، لفصل الكمية الزائدة من رطوبتها. ويختلف تركيب هذه المحاليل الملحية باختلاف صنف اللحوم وطريقة التعبئة.

5 - تبريد اللحوم الصناعي: تحتل صناعة تبريد اللحوم في وقتنا هذا المكان الأول بين الصناعات الرئيسية للتبريد الصناعي.

وتعتبر أستراليا ونيوزيلاندا والبرازيل والأرجنتين من أكثر البلاد الأجنبية اشتغالا بهذه الصناعة.

### هل يوجد في مرق اللحم غذاء؟

من المفاهيم الطبية المتعارف عليها والمتوارثة أباً عن جد، أن مرق اللحم يحوي جميع خلاصات اللحم وجل فوائده، مع أن الحقيقة التي لا جدال فيها، هي أن لا خير في المرق ولا فائدة ترجي منه كغذاء بروتيني، إذ ما هو إلا عبارة عن ماء مملح بأملاح اللحم وشيء من الدهن لا أكثر ولا أقل.

هذا المفهوم الطبي المغلوط، شائع في كل مكان، ودارج علي كل لسان، فإذا أرادت سيدة أن تغذي ابنها أو مريضها وكان ناقها عن مرض، عكفت علي سلق كمية كبيرة من اللحم ثم جعلت تكثف هذا المرق بتركه علي النار الهادئة زمناً طويلاً، زعماً منها أنه كلما طال سلقه انحلت وتكثفت خلاصات اللحم في مرقه.

وإذا شكا امرؤ من عجز في معدته عن هضم الطعام أو شكا فقر فمه من الأسنان لهضم الطعام، تبرع من حوله حالاً فقال: خذ يا أخي نصف رطل من اللحم وقل لأهل بيتك أن يسلقوه علي نار

خفيفة ودع مرقة يغلي حتي يغدو مخثرا، فتكون بذلك غذيت جسمك و أرحت فمك و معدتك. و ما علم هذا المتطبب الكريم، أنه بوصفته هذه قد حرم مخاطبه من كل غذاء، لأن قوام اللحم المواد البروتينية و هي صنف من أصناف المواد الزلائية، و الزلال عادة كالبروتين لا ينحل في الماء البارد فضلا عن الماء الحار. و مثل سائق اللحم لاستخلاص خواصه كمثل إنسان وضع البيض المسلوق - بعد رفع قشرته الكلسية طبعا - وضع هذا البيض المسلوق في الماء وراح ينفخ النار تحته منتظرا أن تنحل خلاصات زلال البيض في الماء ليشربه، و ما يشرب إلا الماء ورائحة البيض المكبرته.

و المعروف طبيا أن اللحم، لاحتوائه علي (البروتينات) غير المنحلة يقي لحما (بآزواته و بروتيناته) إذا سلق، و لا ينحل منه بتأثير الحرارة سوي الأملاح المعدنية، و قليل من (الجلاتين) لا بل إن تخثر الزلال فيه يزداد كلما ازدادت الحرارة ارتفاعا.. و النار انقادا.

يتضح لنا مما سبق، أن ليس للحساء (الشورية) قيمة غذائية تذكر، عدا ما تحويه من بعض قطرات الدهن الطافية علي وجهها و الأملاح المنحلة فيها، و القليل من الأرز أو الخضار التي تمزج عادة بها.

وقد يتساءل القاريء الكريم عن مغزي نصيحة الأطباء للمرضي باستعمال الشورية و حكمة استعمالها أيضا في مستهل وجبة العشاء.

فقد درج الناس في المطاعم و الفنادق و في البلاد الغربية علي افتتاح وجبة العشاء بالحساء لحرارتها، و لاحتوائها علي الأملاح و التوابل، فهي بذلك تنبه الغشاء المخاطي للمعدة، و هذا يؤدي إلي إفراز العصارة المعدية الهاضمة، و بالنتيجة فهي تقدم كمادة مشهية و مقبلة. و ينصح الأطباء مرضاهم بتناول الحساء إذا ما أصيب هؤلاء المرضي بالحميات أو بأمراض جهاز الهضم، لأن الأمعاء تتعطل أثناء المرض عن القيام بوظيفتها، فيقوم آنذاك الحساء بمهمة تنبيه غشاء المعدة المخاطي و بمهمة التغذية البسيطة بالتدرج.

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: اللبن طعام المرسلين(1).

عن أبي الحسن الأصبهاني قال: كنت عند أبي عبد الله عليه السلام فقال له رجل.

و أنا أسمع جعلت فذاك: إني أجد الضعف في بدني، فقال له: عليك باللبن فإنه ينبت اللحم ويشد العظم(2).

عن عبيد بن القاسم قال: سألت أبا عبد الله عليه السلام عن شرب ألبان الأتن فقال: اشربها(3).

وقال عليه السلام: اللبن الحليب(4) لمن تغير عليه ماء الظهر(5).

عن المفضل بن عمر، عن أبي عبد الله عليه السلام، أنه شكاه إليه الربو الشديد، فقال: اشرب له أبوال اللقاح، فشربت ذلك، فمسح الله دائي(6).

وعنه عليه السلام قال: ألبان اللقاح(7) شفاء من كل داء وعاهة في الجسد،

ص: 460

1- (1) فروع الكافي ج 6 ص 336 ح 6.

2- (2) فروع الكافي ج 6 ص 336-337 ح 7.

3- (3) فروع الكافي ج 6 ص 339 ح 3.

4- (4) اللبن الحليب اللبن المحلوب، أو الحليب ما لم يتغير طعمه.

5- (5) وسائل الشيعة ج 25 ص 112 ح 4.

6- (6) وسائل الشيعة ج 25 ص 115 ح 8.

7- (7) اللقاح: الإبل والقوح كصبور واحدتها، وهي الناقة الحلوب.

و هو ينقي البدن و يخرج درنه (1) و يغسله غسلًا (2).

و عنه عليه السلام قال: من أصابه ضعف في قلبه أو بدنه فليأكل لحم الضأن باللبن، فإنه يخرج من أوصاله كلّ داء و غائلة، و يقوي جسمه، و يشدّ متنه (3).

ص: 461

---

1- (1) الدرر: الوسخ أو تلطخه.

2- (2) بحار الأنوار ج 63 ص 95 ح 3.

3- (3) بحار الأنوار ج 63 ص 101 ح 17.

## خواص اللبن في الطب و الغذاء

و أجود ما يكون اللبن حين يحلب، ثم لا يزال تنقص جودته علي مر الساعات و أجوده ما اشتد بياضه و طاب ريحه و لذ طعمه و كان فيه حلاوة يسيرة و دسومة معتدلة و هو محمود يولد دما محبوبا جيدا، و يرطب البدن اليابس و يغذو غذاء حسنا و ينفع من الوسوس و الغم و الأمراض السوداوية، و إذا شرب مع العسل نقي القروح الباطنة من الأخلاط العفنة، و شربه مع السكر يحسن اللون جدا...

كما أن اللبن ينعش البدن و يقوي الجسم و يزيد النطفة و يطلق البطن و يزيد في العقل و الدماغ، و لبن الماعز لطيف جميل معتدل، و لبن الضأن سميك و تحتوي المائة جرام من اللبن علي 86% ماء من وزن اللبن (أي 86 جرام) و 14% موزع كما يلي: سكر 5% و مواد دهنية و قشطة 4% و تختلف هذه النسبة و قد تصل 9%، و بروتينات 3%، و فيتامينات و مواد أخرى حوالي 2%، بالإضافة إلي:

190 وحدة دولية من فيتامين «أ».

45 ميكروجرام من الثيامين. 186 ميكروجرام ريبوفلافين. 290 ميكروجرام حامض بانتوثينيك.

90 ميكروجرام نياسين. 5 مليجرام بيوتين. 2 مليجرام فيتامين «ج». 3 وحدات دولية من فيتامين «د».

و الباقي ماء و مواد أخرى بسيطة.

## و المركبات الأساسية في اللبن

### إشارة

هي:

### 1 - دهن اللبن:

حيث يحتوي اللبن البقري من 3,5-4% دهن ترتفع في اللبن الجاموسي إلي 7% و قد تصل إلي 9-10% دهن في بعض الأحيان، و يحتوي الأحماض الدهنية الأساسية التي لا يكونها الجسم «مثل اللينوليك و الأراكيدونيك»، و الدهن هام جدا في صناعة الجبن و الزبادي حيث يكسب المنتجات طراوة و نعومة و طعما و دسما محببا، و يوجه الصانع الماهر عناية كبرى لعدم فقد الدهن أثناء الصناعة و ضياعه في الشرش.

### 2 - بروتينات اللبن:

و تشتمل علي الكيزين و الألبومين و الجلوبيولين و هي بروتينات كاملة التكوين من الناحية

الغذائية تحتوي جميع الأحماض الأمينية الضرورية للجسم، و هي أسهل البروتينات هضمًا...

و مصدر غذائي بروتيني حيوي للأطفال و الشيوخ، كما تتوقف خواص جميع أصناف الجبن علي خواص اللبن «الكيزين» مع المنفحة و هو يعمل مثل شبكة تحفظ بينها جزئيات الدهن، كذلك تحفظ الشبكة جزء من الرطوبة الموجودة بالشرش تسمح بترشيح الزائد من الشرش كالأسفنجة تمامًا...

و هو مثل الهيكل العظمي للجبن، كذلك في صناعة الزبادي يتجبن بروتين اللبن «الكيزين» بفعل الحموضة المتزايدة من البادئ المضاف فيصبح صلبًا.

### 3 - سكر اللبن:

سكر اللبن هو اللاكتوز الذي يتحول إلي حمض لاكتيك بالتخمير، و هذا الحامض «حمض لاكتيك» له أهمية كبرى في صناعة كل من الجبن و الزبادي، كما أن اللاكتوز مهم جدا من الناحية الغذائية خاصة للأطفال الرضع.

### 4 - فيتامينات اللبن:

يحتوي اللبن علي فيتامينات «أ»، ب و فيتامين د، و فيتامين E بكميات مناسبة لاحتياج الجسم، و لكنه فقير في فيتامين C .

### 5 - المواد المعدنية:

مصدر هام للكالسيوم اللازم لبناء الأسنان و العظام، و يحتوي اللبن علي جميع العناصر الغذائية المعدنية اللازمة للجسم من كالسيوم و فوسفور و صوديوم و بوتاسيوم و حديد و منجنيز و يود... إلخ.

و هناك فرق بين اللبن البقري و الجاموسي في التركيب الكيماوي يؤثر بلا شك علي نوعية الجبن و الزبادي الناتجة من كل منهما علي حدة أو بخلطهما، و أهم هذه الفروق هو: -

(أ) ارتفاع نسبة الدهن اللبن في اللبن الجاموسي 7% (في المتوسط) بينما لا تزيد عن 4% في اللبن البقري.

(ب) ارتفاع نسبة المواد الصلبة الكلية في اللبن الجاموسي تصل إلي 16,9% بينما في اللبن البقري 13,5% فقط.

(ج) يتميز اللبن الجاموسي باللون الأبيض الذي يميز الزبادي و الجبن الأبيض بينما اللبن البقري أصفر اللون.

جدول يبين التحليل الكيميائي لبعض أنواع الألبان المختلفة.

نوع اللبنماء% جوامد كلية% مواد دهنية% مواد بروتينية% كربوهيدرات% 1 - لبن الأم. 87,812,63,71,86,8

2 - لبن البقرة 871343,64,7

3 - لبن الجاموسة 8316,974,24,9

4 - لبن الأغنام 8018,97,564,5

5 - لبن الماعز 87,512,543,34,4

6 - لبن الفرس 90,59,51,226,2

7 - لبن القطط 82,317,73,39,14,7

8 - لبن الناقة 86,53,53,145,6

و مما سبق تتضح القيمة الغذائية للبن و منتجاته فيما يلي:

1 - اللبن له طعم مستساغ لدي غالبية الناس و خاصة الأطفال و قد يضاف إلي المشروبات الأخرى كالشاي و القهوة و الكاكاو.

2 - يعتبر اللبن من أبسط المواد الغذائية هضما حيث تعتبر القيمة الهضمية لمركبات اللبن حوالي 98% أي لا يتبقى منه فضلات بعد عمليات الهضم و الامتصاص.

3 - سكر اللبن (اللاكتوز) يلعب دورا هاما في التمثيل الغذائي للكالسيوم و هو أقل السكريات تأثيرا علي الأغشية المبطنة لغشاء المعدة حيث لا يهضم فيها بل يمر إلي الأمعاء، كما يحتوي اللاكتوز علي مصدر تخليق جاللاكتوسيدات المخ و الأنسجة العصبية.

4 - بروتينات اللبن: من أسهل البروتينات هضما تمد الجسم باحتياجاته لتكوين العضلات و الدم و الجلد و خلافه... كما أن بروتينات اللبن تحدث اتزان غذائي في كمية الأحماض الأمينية ككل، و تعتبر أهم مصدر للأحماض الأمينية الكبريتية (اللايسين و التربتوفان و غيرها) الهامة في عملية التمثيل الغذائي، كما أنها مصدر غذائي بروتيني هام لبناء جسم الشباب و الشيوخ و الأطفال و الحوامل و المرضعات.

5 - اللبن هو الغذاء الوحيد المحتوي علي خمس فيتامينات بكميات مناسبة لاحتياجات الجسم مثل:

(أ) فيتامينات البيوتين ب 1، ب 2 (B 1, B 2) تدخل في عمليات التحويلات الغذائية، و الباثوثينيك تدخل في تركيب المركبات الجديدة بالجسم.

(ب) فيتامين C، أ يشتركان في تنظيم عمليات التحويل الغذائي و تأثيرها علي الجهاز العصبي.

(ج) فيتامين C، ك يعملان علي سلامة تفكير الشخص و ثبات جدار الأوعية الدموية و ترفع قابلية الدم علي التجلط.

6 - يحتوي اللبن علي حوالي 13 معدنا في صورة سهلة الهضم و التمثيل لحفظ الصحة و الحياة و منها:

(أ) معادن تدخل في تكوين العظام (مثل الكالسيوم و الفوسفور و ماغنسيوم).

(ب) معادن تدخل في الدم مثل الحديد، و الكوبلت.

(ج) معادن تدخل في كل الجسم مثل الكالسيوم و الفوسفور.

(د) معادن تدخل في حفظ الضغط الأسموزي لمحاليل الدم و الليمف مثل البوتاسيوم و الصوديوم.

(هـ) اليود أساسي للغدة الدرقية، الزنك أساسي للبنكرياس ليفرز الأنسولين.

7 - القيمة الغذائية للبن الفرز: له نفس القيمة الغذائية للبن الكامل ما عدا القيمة الغذائية للدهون لذا يستعمل في تغذية الأفراد الأذوان العالية و القابلين للسمنة و مرضي تصلب الشرايين و الكبد و الكلي و ضغط الدم.

8 - القيمة الغذائية للجبن: احتوائه علي نسبة عالية من المواد البروتينية (حوالي 16-20%)، و كذلك دهون تصل إلي 30%، كما أنه مصدر غني بالكالسيوم و الفوسفات و الفيتامينات، كما أن الجبن يتميز برائحة و طعم يساعدان علي فتح الشهية و إفراز العصارات الهاضمة، كما أنه علاج لفقر الدم لاحتوائه علي نسبة كالسيوم و فوسفور كبيرة، و الجبن بصفة عامة، و القريش بصفة خاصة يستعمل في تغذية المرضي.

9 - الألبان المتخمرة: مثل اللبن الزبادي و اللبن الرايب: حيث البكتريا التي تسبب التخمر



تقاوم البكتريا التعفننية في الأمعاء لذا تقاوم أمراض الشيخوخة، كما أن لها تأثير علي زيادة احتوائه علي بروتين سهل الهضم و كمية كبيرة من فيتامين ب و المضادات الحيوية، كما أن الطعم الحامضي يشجع إفراز اللعاب و العصارات المعدية و لذا يزيد الشهية للأكل.

### اللبن الرائب و فوائده العظيمة:

و إذا كنا نشيد بتناول اللبن و الزبادي و الجبن و غيرها من منتجات الألبان فإنه لا يجب أن يفوتنا الحديث عن أهمية اللبن الرائب كنوعية خاصة من الألبان لها فوائد عظيمة خاصة لكبار السن.

يتميز اللبن الرائب بخصائص تجعله أفضل من اللبن العادي، فعند تحضيره يتحول جزء من السكريات الموجودة باللبن العادي (اللاكتوز) إلي حمض اللبن من خلال عملية التخمر، و في ذلك فائدة للأشخاص الذين يتضررون من تناول اللبن العادي لأن هذه السكريات تسبب لهم اضطرابا بأمعائهم و تحدث أحيانا إسهالا شديدا مما يجعلهم يقلعون عن تناول اللبن و يحرمون بذلك من هذا الغذاء النافع المفيد.. أما اللبن الرائب فيقبله كل الأشخاص علي السواء بل يعتبر غذاء مريحا للمعدة سهل الهضم و الامتصاص.. كما أنه يصلح كغذاء بديل عن لبن الأم للأطفال الذين لا يتقبلون اللبن العادي.

و من ناحية أخرى يتميز اللبن الرائب عن اللبن العادي بأنه يحتفظ بخواصه مدة طويلة دون فساد حيث إن له مفعولا-قاتلا للجراثيم و الميكروبات ليس في خارج الجسم فحسب بل داخله كذلك..

فقد اتضح أن هذا النوع من اللبن يقضي علي الميكروبات المعوية و يزيل عفونة الأمعاء. أما أحدث ما قيل عن فوائد اللبن الرائب، و الذي هو الآن موضع أبحاث في أحد المراكز الطبية في فرنسا، فهو أن هذا اللبن يفيد مرضي السرطان حيث اتضح أن قدرة الخلايا السرطانية علي الانتشار و النمو تضعف في وجود اللبن الرائب.. لكنه لم يتم بعد الكشف عن المادة الفعالة في اللبن الرائب التي يعزي إليها هذه الخاصية الهامة.

و لا تزال منافع و مفاجآت اللبن الرائب كثيرة، و من أبرزها أنه اتضح أن هذا اللبن يطيل العمر و يقاوم الشيخوخة!

و في إحدى التجارب التي أجريت علي الفئران للاستدلال علي هذه الخاصية وجد أن الفئران التي تتغذي علي اللبن الرائب تعيش أطول من غيرها و تتمتع عنها بصحة و نشاط أوفر.. مع العلم بأن الفئران موضع التجربة كانت من نفس السلالة و العمر و وضعت في ظروف حياتية مماثلة.

و الحقيقة أن تجارب الآخرين مع الغذاء باللبن الرائب فيها ما يكفي للاستدلال علي فوائده العظيمة دون الحاجة لتجارب معملية.. ففي منطقة جبال (الهمالايا) بآسيا تنتشر جماعات من البدو يعتمد غذاؤهم الرئيسي علي تناول اللبن الرائب وقد عرف عن هؤلاء الأشخاص الصحة الموفورة و العمر المديد عن غيرهم من الناس في بقاع الدنيا.

### أسلحة غذائية لمحاربة الشيخوخة!

يعتبر اللبن و منتجاته من الأغذية الأساسية في برنامج التغذية الصحيحة خاصة لكبار السن.

فهي مصدر ممتاز للكالسيوم الضروري لصحة العظام و وقايتها من الضعف و الوهن.. و للبروتين اللازم لتجديد ما يهلك من أنسجة الجسم.. كما أنها تحتوي علي العديد من فيتامينات «ب» و معادن هامة كالبتاسيوم، كما تحتوي علي نسبة من الدهن و المواد الكربوهيدراتية.

كما تحتوي الألبان علي نسبة كبيرة من فيتاميني «أ» و «د» و نظرا لهذه القيمة الغذائية العالية للبن و منتجاته كالزبادي و الجبن الأبيض و اللبن الرائب فإن بعض خبراء التغذية يعتبرون أن هذه الأنواع من الغذاء تعد أصحّ و أفضل ما يمكن تناوله من أطعمة. أما النواحي السلبية لهذه الأغذية فهي ترجع إلي احتواء بعض الأنواع منها علي نسبة مرتفعة من الدهون و كذلك البوتاسيوم.. و لذا يجب مراعاة ذلك عند الشراء، فختار الأنواع قليلة الدسم.. كما يراعي كشط الدهون المتجمعة بسطح اللبن أو الزبادي قبل تناول.

و بالنسبة للبن، فإن المقدار المناسب منه هو كوبان يوميا، و بالنسبة للأشخاص المعرضين لوهن العظام، فينصح بتناول ثلاثة أكواب يوميا.

و يعتبر الزبادي بالتحديد هو أغني المنتجات بالكالسيوم (تحتوي علي 425 مجم كالسيوم لكل 8 أوقيات من الزبادي).. و هي البديل المناسب و الصحي لمنتجات اللبن الأخرى كالقشدة أو الجبن المرتفع الدسم.

قال أبو عبد الله عليه السلام وهو يوصي رجلاً فقال له: أقلل من شرب الماء فإنه يمد كل داء، واجتنب الدواء ما احتتمل بدنك الداء(1).

وعنه عليه السلام قال: لا تكثر من شرب الماء فإنه مادة لكل داء(2).

وقال عليه السلام: الماء البارد يطفيء الحرارة، ويسكن الصفراء ويزيد الطعام في المعدة، ويذهب بالحمي(3).

وقال عليه السلام: الماء المغلي ينفع من كل شيء ولا يضر من شيء(4).

وقال عليه السلام: إذا دخل أحدكم الحمام فليشرب ثلاث أكف ماء حار، فإنه يزيد في بهاء الوجه، ويذهب بالألم من البدن(5).

وقال عليه السلام: من أقل من شرب الماء صح بدنه(6).

وقال عليه السلام: شرب الماء من قيام يمريء الطعام، وشرب الماء بالليل يورث الماء الأصفر(7).

ص: 468

1- (1) فروع الكافي ج 6 ص 382 ح 2.

2- (2) فروع الكافي ج 6 ص 382 ح 4.

3- (3) بحار الأنوار ج 63 ص 450 ح 16.

4- (4) بحار الأنوار ج 63 ص 451.

5- (5) بحار الأنوار ج 63 ص 451.

6- (6) بحار الأنوار ج 63 ص 456 ح 39.

7- (7) بحار الأنوار ج 63 ص 471 ح 49.

وقال عليه السّلام: لا يشرب أحدكم الماء حتي يشتهيّه، فإذا اشتهاه فليقل منه (1).

وقال عليه السّلام: لو أن الناس أقلّوا من شرب الماء لاستقامت أبدانهم (2).

وقال عليه السّلام: شرب الماء من قيام بالنهار أقوى وأصح للبدن (3).

وقال عليه السّلام: شرب الماء من قيام بالنهار أدر للعرق، وأقوي للبدن (4).

وقال الصادق عليه السّلام: كثرة النوم يتولد من كثرة الشرب، وكثرة الشرب يتولد من كثرة الشبع (5).

ص: 469

---

1- (1) وسائل الشيعة ج 25 ص 238 ح 3.

2- (2) وسائل الشيعة ج 25 ص 239 ح 4.

3- (3) وسائل الشيعة ج 25 ص 239-240 ح 1.

4- (4) وسائل الشيعة ج 25 ص 241 ح 7.

5- (5) بحار الأنوار ج 73 ص 189.

## خواص الماء و تركيبه

هو العنصر الأول في الحياة، كما قال الله عز و جل عنه: وَ جَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ أَفَلَا يُؤْمِنُونَ (الأنبياء/ 30)، ويشكل الماء (60-70%) من وزن الجسم (- 40 ل في الإنسان الذي يزن 70 كلغ) تتوزع في الجسم علي النحو الآتي:

- داخل الخلايا 25 ل. - خارج الخلايا 15 ل،

علما بأن نسبة الماء تكون أعلي في المولود حديثا، ثم تتناقص مع التقدم في العمر، و تكون النسبة في حال السمنة أقل من المعتاد.

يحصل الجسم علي حاجته من الماء عن طريق الغذاء، و يركب الجسم نحو (150-250 سم مكعب/يوميا) من الماء خلال عمليات أكسدة الهيدروجين التي تجري داخل الخلايا.. و يتناول الإنسان يوميا نحو (2300 سم مكعب) من الماء، يصرفها علي النحو الآتي:

1400 سم مكعب في البول. 100 سم مكعب في العرق. 100 سم مكعب في البراز.

700 سم مكعب في التنفس و التبخر من الجلد.

و في الجسم سوائل عديدة تتشكل أساسا من الماء، كما يدخل الماء في تركيب جميع أعضاء البدن بنسب عالية حتي في الأعضاء الصلبة كما هو موضح في الجدول أدناه:

السائل أو العضو نسبة الماء (%)

الدم 85%

اللعاب 95%

العصارات الهاضمة 86%

اللمف 99%

العصارة الصفراوية 86%

البول 95%

السائل الدماغي الشوكي 98%

السائل الزجاجي في العين 92%

ص: 470

الجلد 60%

العظام 28%

العضلات 70%

الكبد 71%

الدماغ 85%

وللماء وظيفة هامة جدا في التوازن الحراري داخل الجسم، كما أنه هو الوسط الأنسب لحمل ونقل وإذابة المواد المختلفة، ولا يستطيع الإنسان أن يعيش بلا ماء سوي أيام معدودات لا تزيد عن (7-10 أيام).

### هل يغذي الماء البدن؟

و اختلف الأطباء: هل يغذي البدن؟ علي قولين:

فأثبت طائفة التغذية به، بناء علي ما يشاهدونه: من النمو و الزيادة و القوة في البدن به، و لا سيما عند [شدة] الحاجة إليه.

قالوا: و بين الحيوان و النبات قدر مشترك من وجوه عديدة، منها: النمو و الاغتذاء و الاعتدال.

و في النبات قوة حسّ و حركة تناسبه. و لهذا كان غذاء النبات بالماء. فما ينكر أن يكون للحيوان [به] نوع غذاء، و أن يكون جزءا من غذائه التام.

قالوا: و نحن لا ننكر أن قوة الغذاء و معظمه في الطعام؛ و إنما أنكرنا أن لا يكون للماء تغذية البتة. قالوا: و أيضا الطعام إنما يغذي بما فيه من المائية؛ و لولاها لما حصلت به التغذية.

قالوا: و لأن الماء مادة حياة الحيوان و النبات؛ و لا ريب أن ما كان أقرب إلي مادة الشيء حصلت به التغذية؛ فكيف إذا كانت مادته الأصلية؟! قال الله تعالى: وَ جَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ . فكيف ينكر حصول التغذية بما هو مادة الحياة علي الإطلاق؟!!

قالوا: و قد رأينا العطشان إذا حصل له الرّيّ بالماء البارد، تراجمت إليه قواه و نشاطه و حركته، و صبر عن الطعام، و انتفع بالقدر اليسير منه. و رأينا العطشان لا ينتفع بالقدر الكثير من الطعام، و لا يجد به القوة و الاغتذاء. و نحن لا ننكر أن الماء ينفذ الغذاء إلي أجزاء البدن، و إلي جميع الأعضاء؛ و أنه لا يتم أمر الغذاء إلا به. و إنما ننكر علي من سلبه قوة التغذية عنه البتة؛ و يكاد قوله عندنا يدخل في إنكار الأمور الوجدانية.

وأنكرت طائفة أخرى حصول التغذية به. واحتجت بأمر يرجع حاصلها إلي عدم الاكتفاء به، وأنه لا يقوم مقام الطعام، وأنه لا يزيد في نمو الأعضاء، ولا يخلف عليها بدل ما حللته الحرارة؛ ونحو ذلك مما لا ينكره أصحاب التغذية؛ فإنهم يجعلون تغذيته بحسب جوهره و لطافته و رفته؛ و تغذية كل شيء بحسبه. وقد شوهد الهواء الرطب البارد اللين اللذيذ يغذي بحسبه. و الرائحة الطيبة تغذي نوعا من الغذاء. فتغذية الماء أظهر و أظهر.

و تعتبر جودة الماء من عشرة طرق:

أحدها: من لونه: بأن يكون صافيا.

الثاني: من رائحته: بأن لا يكون له رائحة البتة.

الثالث: من طعمه: بأن يكون عذب الطعم حلوه، كماء النيل و الفرات.

الرابع: من وزنه: بأن يكون خفيفا رقيق القوام.

الخامس: من مجراه: بأن يكون طيب المجري و المسلك.

السادس: من منبعه: بأن يكون بعيد المنبع.

السابع: من بروزه للشمس و الريح: بأن لا يكون مختفيا تحت الأرض، فلا تتمكن الشمس و الريح من قصارته.

الثامن: من حركته: بأن يكون سريع الجري و الحركة.

التاسع: من كثرته: بأن يكون له كثرة تدفع الفضلات المخالطة له.

العاشر: من مصبه: بأن يكون آخذا من الشمال إلي الجنوب، أو من المغرب إلي المشرق.

و تعتبر خفة الماء من ثلاثة أوجه: (أحدها): سرعة القبول للحر و البارد. قال أبقراط: «الماء الذي يسخن سريعا و يبرد سريعا، أخف المياه». و الثاني: بالميزان. الثالث: أن تبل قطنتان متساويتا الوزن بماءين مختلفين، ثم تجفقا بالغا، ثم توزنا فأيهما كانت أخف، فمأؤها كذلك.

و الماء - و إن كان في الأصل باردا رطبا - فإن قوته تنتقل و تتغير لأسباب عارضة توجب انفعالها. فإن الماء المكشوف للشمال، المستور من الجهات الأخر - يكون باردا، و فيه ييس مكتسب من ريح الشمال، و كذلك الحكم علي سائر الجهات الأخر. و الماء الذي ينبع من المعادن: يكون علي طبيعة ذلك المعدن، و يؤثر في البدن تأثيره.

و الماء العذب نافع للمرضي و الأصحاء، و البارد منه أنفع و ألد. و لا ينبغي شربه علي الريق،

ولا عقيب الجماع ولا الانتباه من النوم، ولا عقيب الحمام، ولا عقيب أكل الفاكهة. وقد تقدم. وأما علي الطعام، فلا بأس [به] إذا اضطرب إليه، بل يتعين. ولا يكثر منه، بل يتمصصه مصاً. فإنه لا يضره البتة، بل يقوي المعدة، وينهض الشهوة، ويزيل العطش.

والماء الفاتر ينفخ ويفعل ضد ما ذكرناه. وباتته أجود من طريه. وقد تقدم. والبارد ينفع من داخل، أكثر من نفعه من خارج. والحر بالعكس. وينفع البارد من عفونة الدم، وصعود الأبخرة إلي الرأس. ويدفع العفونات، ويوافق الأمزجة والأسنان، والأزمان والأماكن الحارة. ويضر علي كل حالة تحتاج إلي نضج وتحليل: كالزكام والأورام. والشديد البرودة منه يؤذي الأسنان. والإدمان عليه يحدث انفجار الدم والنزلات، وأوجاع الصدر.

والبارد والحر يفرط ضاراً للعصب ولأكثر الأعضاء: لأن أحدهما محلل، والآخر مكثف.

والماء الحار يسكن لدغ الأخلاط الحارة، ويحلل وينضج، ويخرج الفضول، ويرطب ويسخن، ويفسد الهضم شربه، ويطفو بالطعام إلي أعلي المعدة ويرخيها، ولا يسرع في تسكين العطش، ويذبل البدن، ويؤدي إلي أمراض رديئة، ويضر في أكثر الأمراض. علي أنه صالح للشيوخ وأصحاب الصرع والصداع البارد والرمد. وأنفع ما استعمل من خارج.

ولا يصح في الماء المسخن بالشمس حديث ولا أثر، ولا كرهه أحد من قدماء الأطباء ولا عابه. والشديد السخونة يذيب شحم الكلي.

### في إكثار شرب الماء

قال أبو علي: هذا يضر من ثلاثة أوجه. أحدها: أنه يضعف الحرارة الغريزية في الأعضاء بالكلية. فأمّا في الأعضاء الرئيسية، فيعرض لها حينئذ ضعف القوي الطبيعية الأربع. فأمّا الأعضاء الآلية الثانية، فيصيبها ضعف الحركات، وارتعاش.

والثاني: أن القوة المميزة في الكبد تضعف عن تمييز المائية عن الدم، فإمّا أن تنصب المائية إلي ناحية ما بين الصفاق والمراق، أو يحدث منه سلس البول مع عسر فيه، وضعف الكلية.

والثالث: يسهل الطعام، ويحدره قبل الوقت.

### فوائد الماء لكبار السن

مع تقدم السن، يصبح للماء عظيم الأهمية.. فهو ضروري لترطيب وتشحيم المفاصل التي



تخشن حركتها تدريجياً.. و لتطرية البراز مما يقاوم نوبات الإمساك التي يتعرض لها كبار السن..

و لمقاومة ترسيب الأملاح بمجري البول و تكوّن الحصيات به، حيث يعمل الماء علي تنظيف مجري البول أولاً بأول، و لنفس السبب يقاوم حدوث عدوي المثانة البولية التي يتعرض لها كبار السن أكثر من غيرهم خاصة المرضى بالسكر منهم.

و بالإضافة لهذه الفوائد يقدم الماء لنا خدمات أخرى جلية، فهو عامل مساعد في عملية هضم الطعام، و ضروري لانتظام عمل الجهاز الدوري، و يساعد في تنظيم درجة حرارة الجسم، و ضروري لليونة البشرة، و رطوبة العينين.

و إذا كنا نستطيع أن نستغني أو نصوم عن مختلف الأطعمة لفترات طويلة فإننا في الحقيقة لا نستطيع ذلك بالنسبة للماء.. فهو عنصر أساسي للحياة شأنه في ذلك شأن الهواء.

و قد وجد أن الماء يكوّن أكثر من 60% من جسم الإنسان، و هو موزع في الدم و داخل الخلايا و فيما يسمى الأديمية الليمفاوية.. و تبلغ كمية ما يفقده الجسم من الماء من خلال البول و العرق و التبخر ما يعادل تقريبا ما يحصل عليه الإنسان من الشرب.

### هل تأخذ حاجتك الكافية من الماء؟

من الضروري جدا بالنسبة لكبار السن أن يتنبهوا لأخذ حاجتهم الكافية من الماء يوميا.. ذلك لأن الإحساس بالعطش قد ينخفض مع التقدم في السن.. بمعنى أن الجسم يكون في حاجة إلي الماء دون إدراك ذلك بوضوح من خلال الإحساس بالعطش.. و من ناحية أخرى فإن قلة الماء بجسم المسن أو إصابته بالجفاف إلي حد ما يؤدي إلي اضطراب سريع و مؤثر بوظائف الجسم، و ينعكس أثر ذلك علي أعضاء مختلفة فتصاب البشرة بالجفاف و الذبول، و تضطرب حركة الأمعاء، و قد تحدث حالة من عدم التركيز أو اضطراب التفكير. و لذلك فإنه ينصح بأن يلجأ كبار السن إلي تناول الماء علي فترات متتالية؟؟؟ اليوم دون الاعتماد كلية علي الإحساس بالعطش.

و تبلغ حاجة الجسم في الأحوال العادية إلي كمية من الماء تبلغ حوالي لتر و نصف (حوالي 8 أكواب).. و يمكن تناول بعضها ضمن المشروبات المختلفة.. و تزيد هذه الكمية تدريجيا كلما ارتفعت درجة حرارة الجو الخارجي.

و بالنسبة للمرضي الذين يعانون من الحصيات أو الالتهابات الصديدية أو وجود حرقان في البول فتعتبر كثرة تناول الماء علاجا أساسيا لهم ليقوم بعملية تنظيف لمجري البول.. و يجب أن

يحذروا تماما من حدوث العطش أو الجفاف حتي لا تزيد متاعبهم، وهم لا شك يحتاجون كمية أكثر من الماء بالنسبة للشخص العادي قد تصل إلي ثلاثة أو أربعة لترات يوميا.

أما بالنسبة لمرضي البولينا أو الفشل الكلوي، فيجب أن يلتزموا بتناول كمية الماء المناسبة التي يحددها الطبيب بناء علي كمية البول التي تخرج خلال اليوم.. ولا شك أنهم يحتاجون كمية أكبر من الماء في فصل الصيف.

### **متي تشرب؟ و متي يضّر الإفراط في تناول الماء؟**

طبعاً.. كل فرد منا يشرب الماء حين يشعر بالعطش.. لكنه بصفة عامة ينصح بتناول كوب ماء علي الريق صباحا، خاصة لمن يعانون من الإمساك و أن يشرب الماء بين الوجبات، وليس أثناءها أو بعدها مباشرة، حيث إن ذلك قد يؤدي للانتفاخ و عسر الهضم.

و بالنسبة لمرضي هبوط القلب فإنه يجب تجنب الإفراط في شرب الماء أو السوائل عموما، لأنه في هذه الحالة تكون عضلة القلب غير قادرة علي القيام بوظيفتها بكفاءة و هي دفع الدم الوارد إليها إلي الأوعية الدموية، و لذلك فإن الإكثار الشديد من تناول السوائل يزيد من العبء الواقع عليها، و بالتالي يزيد من أعراض الهبوط و الخفقان.

### **هل تؤدي كثرة شرب الماء إلي زيادة الوزن؟**

إن قدرة الجسم علي تخزين الماء أقل من قدرته علي تخزين الغذاء. كما أن الماء لا يحتوي علي مواد يمكن أن تترسب بالجسم بحيث تؤدي لزيادة الوزن. لذلك فعلاقة الماء بزيادة الوزن شيء غير وارد. و أغلب الظن أن هذا الاعتقاد الخاطيء الذي يربط بين كثرة تناول الماء و زيادة وزن الجسم جاء من الربط بين الماء و المياه الغازية؛ فالمياه الغازية يمكن أن تزيد الوزن فعلا و لكن ليس لاحتوائها علي الماء و إنما لاحتوائها علي مواد سكرية تعطي سعرات حرارية مرتفعة فإذا زادت عن حاجة الجسم تبدأ زيادة الوزن.

### **قالوا: الماء به نسبة رصاص مرتفعة!... فما هو الحل؟**

من أبرز المشاكل الصحية التي نواجهها في الوقت الحالي هي مشكلة تلوث البيئة، و ما تحمله من أضرار خطيرة أحيانا علي صحة الإنسان. و من أوجه هذا التلوث ارتفاع نسبة الرصاص في الهواء

الجوي، وكذلك في بعض الأغذية من الخضراوات و الفواكه، ووجوده بنسبة مرتفعة أحيانا في مياه الشرب.

ويقول الباحثون إن أكثر المتضررين من هذا التلوث بمعدن الرصاص هم الأطفال، و من أبرز نواحي هذا الضرر إصابتهم بشيء من اضطراب التفكير أو التخلف العقلي. لكن الأبحاث الحديثة تقول كذلك إن تلوث مياه الشرب بمعدن الرصاص يمكن أن يؤدي لمتاعب أخرى بالنسبة لكبار السن و من أبرزها ارتفاع ضغط الدم و ضعف السيطرة عليه بالنسبة للمرضي المصابين بارتفاع الضغط.

و لمساعدة التغلب علي هذه المشكلة بالنسبة لمياه الشرب في المنزل، ينصح بالأستخدام الماء مباشرة من الصنبور لأغراض الشرب أو غسل المأكولات.. بمعنى أنه يجب أن يمرر الماء أولا من الصنبور لبضع ثوان للتخلص من أية رواسب عالقة و حتي يصبح باردا بدرجة ملحوظة. و من الضروري اتباع ذلك خاصة في الحالات التي يغلق فيها الصنبور لفترة طويلة تزيد عن ست ساعات.

قال الصادق عليه السّلام في مصباح الشريعة: كثرة النوم يتولد من كثرة الشرب، و كثرة الشرب يتولد من كثرة الشبع و هما يثقلان النفس عن الطاعة، و يقسيان القلب عن التفكر و الخشوع(1).

و قال عليه السّلام: النوم راحة الجسد، و النطق راحة الروح، و السكوت راحة العقل(2).

و قال عليه السّلام: الاستلقاء بعد الشبع يسمن البدن و يمريء الطعام، و يسئل الداء(3).

ص: 477

---

1- (1) بحار الأنوار ج 73 ص 189 ضمن ح 18.

2- (2) طب الإمام الصادق عليه السّلام (الخليلي) ص 81.

3- (3) طب الإمام الصادق عليه السّلام (الخليلي) ص 81.

يمر النائم بمرحلتين اثنتين من النوم:

1 - مرحلة (النوم السطحي) و تصاحبها حركات سريعة في العينين توهم بأن الشخص ليس نائما، مع أنه يكون في رحلة بعيدة مع أجمل أحلامه، لأن الأحلام تحصل في هذه المرحلة من النوم!

2 - مرحلة (النوم العميق) و تستغرق معظم فترات النوم، و يصاحبها تباطؤ شديد في موجات الدماغ الكهربائية.

و من عجيب أمر النوم أن الإنسان يستجيب للمنبهات الخارجية أثناء مرحلة النوم العميق أكثر مما يستجيب لها في مرحلة النوم السطحي، ربما بسبب اشتغال الدماغ بتلك الموجات السريعة النشطة التي تجعل مراكز الإحساس في شغل عن المنبهات الخارجية!

و تتعاقب مراحل النوم العميق و النوم السطحي خلال النوم، فيحصل النوم السطحي كل (90 دقيقة) و يستمر لفترة (5-30 دقيقة) لتبدأ بعدها فترة من فترات النوم العميق. و يبدأ نوم الإنسان عادة بمرحلة النوم السطحي ما لم يكن قد قضى فترة طويلة بلا نوم، أو كان مجهدا فإنه يدخل مرحلة النوم العميق فورا دون المرور بمرحلة النوم السطحي. و يصحو الإنسان من نومه أيضا و هو في مرحلة النوم السطحي ما لم يوقظه منبه قوي و هو في مرحلة النوم العميق!

و دورة النوم و اليقظة عند الإنسان مرتبطة بالعمر إلي حد كبير، فالوليد ينام يوميا حوالي (20 ساعة) أما الطفل الذي يزيد عمره عن (2 سنة) فينام (10-12 ساعة) و أما الإنسان البالغ فلا تزيد ساعات نومه عادة عن (7 ساعات) و تتخلل فترات اليقظة أثناء النهار فترات قصيرة من الوسن تستغرق بضعة ثوان (1-10 ثوان).

و تتفاوت الحاجة للنوم بين الجنسين، إذ تحتاج المرأة عموما (1 ساعة) نوم زيادة عن الرجل، كما تتفاوت الحاجة للنوم من شخص إلي آخر، فبعض الأشخاص يعملون بصورة ممتازة إذا ناموا (3 - 4 ساعات) في حين ينام آخرون لساعات طويلة دون أن يشعروا بالراحة!

وقد ثبت أن النوم ليلا يريح الجسم و النفس أكثر من النوم نهارا، لأن النوم الليلي ينسجم مع الدورة اليومية لوظائف الجسم، هذه الوظائف التي تخضع لموجات م و جزر بين ساعات الليل و النهار، فتكون ليلا في حالة جزر يستدعي الراحة، و يدفع للنوم. و صدق الله العظيم القائل في

محكم تنزيهه: هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَ النَّهَارَ مُبْصِرًا (يونس / 67) (انظر: الساعة البيولوجية).

و يعتقد العلماء أن التشكيل الشبكي (Formation Reticular) في الدماغ هو المسؤول عن حالة (اليقظة)، و أما (النوم) فليس هناك حتي الوقت.

### فوائد النوم:

و للنوم فائدتان جليلتان:

إحدهما: سكون الجوارح و راحتها مما يعرض لها من التعب؛ فيريح الحواس من نصب اليقظة، و يزيل الإعياء و الكلال.

و الثانية: هضم الغذاء، و نضج الأخطاط. لأن الحرارة الغريزية - في وقت النوم - تقور إلي باطن البدن، فتعين علي ذلك. و لهذا يبرد ظاهره، و يحتاج النائم إلي فضل دثار.

و أنفع النوم: أن ينام علي الشق الأيمن: ليستقر الطعام بهذه الهيئة في المعدة، استقرارا حسنا.

فإن المعدة أميل إلي الجانب الأيسر قليلا. - ثم يتحول إلي الشق الأيسر قليلا: ليسرع الهضم بذلك لاستمالة المعدة علي الكبد؛ ثم يستقر نومه علي الجانب الأيمن ليكون الغذاء أسرع انحدارا عن المعدة. فيكون النوم علي الجانب الأيمن بداءة نومه و نهايته. و كثرة النوم علي الجانب الأيسر مضرّ بالقلب، بسبب ميل الأعضاء إليه: فتنصب إليه المواد. و أبدأ النوم: النوم علي الظهر. و لا يضّر الاستلقاء عليه للراحة من غير نوم. و أبدأ منه: أن ينام منبطحا علي وجهه.

### نوم المريض.

قال أبقراط في كتاب المقدمة: «و أما نوم المريض علي بطنه، من غير أن يكون عادته في صحته جرت بذلك، فذلك يدل علي اختلاط عقل، و علي ألم في نواحي البطن». قال الشارح لكتابه: لأنه خالف العادة الجيدة، إلي هيئة رديئة، من غير سبب ظاهر و لا باطن.

### النوم المعتدل:

و النوم المعتدل ممكن للقوي الطبيعية من أفعالها، مريح للقوة النفسانية، مكثر من جوهر حاملها؛ حتي إنه ربّما عاد بإرخائه مانعا من تحلل الأوراح.

ص: 479

## نوم النهار:

ونوم النهار رديء يورث الأمراض الرطوبية و النوازل، و يفسد اللون، و يورث الطحال، و يرخي العصب، و يكسل و يضعف الشهوة؛ إلا في الصيف وقت الهاجرة. و أردؤه نوم أول النهار، و أردأ منه النوم آخره بعد العصر. و رأي عبد الله بن عباس أبنا له نائما نومة الصبحة، فقال له: «قم؛ أ تنام في الساعة التي تقسم فيها الأرزاق؟».

## نوم الصبحة:

ونوم الصبحة يمنع الرزق لأن ذلك وقت تطلب فيه الخليقة أرزاقها، و هو وقت قسمة الأرزاق.

فنومه حرمان إلا لعارض أو ضرورة. و هو مضر جدا بالبدن: لإرخائه البدن، و إفساده للفضلات التي ينبغي تحليلها بالرياضة؛ فيحدث تكسراوعيا و ضعفا. و إن كان قبل التبرز و الحركة و الرياضة و اشغال المعدة بشيء، فذلك الداء العضال المولّد لأنواع من الأدوية.

ص:480

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: كثرة الأكل مكروه(1).

وقال عليه السلام: أقرب ما يكون العبد من الله إذا خف بطنه، وأبغض ما يكون العبد من الله إذا امتلأ بطنه(2).

وقال عليه السلام: إن الله يبغض كثرة الأكل(3).

وقال عليه السلام: ليس بدّ لابن آدم من أكلة يقيم بها صلبه، فإذا أكل أحدكم طعاماً فليجعل ثلث بطنه للطعام، وثلث بطنه للشراب، وثلث بطنه للنفس، ولا تسمنوا تسمن الخنازير للذبح(4).

وعنه عليه السلام قال: إن البطن إذا شبع طغي(5).

وعنه عليه السلام قال: الأكل علي الشيع يورث البرص(6).

وعنه عليه السلام قال: كل داء من التخمة إلا الحمي فإنها ترد ورودا(7).

ص: 481

- 1- (1) وسائل الشيعة ج 24 ص 239 ح 2.
- 2- (2) وسائل الشيعة ج 24 ص 239 ح 1.
- 3- (3) وسائل الشيعة ج 24 ص 240 ح 5.
- 4- (4) وسائل الشيعة ج 24 ص 240 ح 5.
- 5- (5) وسائل الشيعة ج 24 ص 242 ح 11.
- 6- (6) وسائل الشيعة ج 24 ص 243 ح 3.
- 7- (7) وسائل الشيعة ج 24 ص 247 ح 1، باب 4.



وقال عليه السّلام: فساد الجسد في كثرة الطعام، وفساد الزرع في كسب الآثام، وفساد المعرفة في ترك الصلاة علي خير الأنام(1).

قال الإمام الصادق عليه السّلام في مصباح الشريعة:

قلة الأكل محمود في كل حال وعند كل قوم، لأن فيه المصلحة للباطن والظاهر، والمحمود من الأكل أربعة: ضرورة، وعدّة، وفتوح، و قوت؛ فالأكل بالضرورة للأصفياء، والعدة للقوام الأتقياء، والفتوح للمتوكلين، والقوت للمؤمنين، وليس شيء أضر لقلب المؤمن من كثرة الأكل، وهي مورثة شيتين: قسوة القلب وهيجان الشهوة، والجوع إدام للمؤمن، وغذاء الروح، وطعام القلب، وصحة البدن(2).

وقال عليه السّلام: الأكل علي الشيع يورث البطن(3).

وقال عليه السّلام: أربعة يذهبن ضياعا: البذر في السبخة، والسراج في القمر، والأكل علي الشيع، والمعروف إلي من ليس بأهله(4).

ص: 482

---

1- (1) مستدرك الوسائل ج 16 ص 213 ح 17.

2- (2) مصباح الشريعة ص 237.

3- (3) بحار الأنوار ج 63 ص 336 ح 28.

4- (4) بحار الأنوار ج 63 ص 232 ح 10.

إنها القاعدة الصحية العريضة التي قررها الله عز وجل حين قال في كتابه العزيز خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ [الأعراف: 31] و سنبيّن بعض أبعاد هذه القاعدة الكبيرة.

- الغذاء في اعتبار القرآن: الغذاء في اعتبار القرآن وسيلة لا غاية، فهو وسيلة ضرورية لا بد منها لحياة الإنسان، دعا إليها القرآن يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا [البقرة: 168] وجعل الله في غريزة الإنسان ميلا للطعام، وقضت حكمته أن يرافق هذا الميل لذة لتمتع الإنسان بطعامه ولتنبيه العصارات الهاضمة وأفعال الهضم، فليست اللذة هي غاية الأعمال الغريزية، وإن الوقوف عند التلذذ والتمتع في الطعام والشراب إنما ينزل بالإنسان إلي مستوي الحيوان، وهذا من صفات الكافرين والجاحدين، قال تعالي وَالَّذِينَ كَفَرُوا يَتَمَتَّعُونَ وَيَأْكُلُونَ كَمَا تَأْكُلُ الْأَنْعَامُ وَالنَّارُ مَثْوًى لَهُمْ [محمد: 12].

ومن الوجهة الغريزية فإن «الأصل في الأغذية أنها لبناء الجسم وإعاضة ما يندثر من أنسجته ولتقديم القدرة الكافية التي تستنفد في الحفاظ علي حرارته وفي قيام أجهزته بأعماله» (1).

- الاعتدال في الطعام والشراب: الاعتدال في أي أمر هو أسمى درجاته، والاعتدال في أمر الطعام والشراب هو المقصد الذي ذهبت إليه الآية الكريمة وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا ففي هذه الآية دعوة للإنسان إلي الطعام والشراب، ثم يأتي التحذير مباشرة عن الإفراط في ذلك.

ولقد كان الاعتدال واقعا في حياة الرسول (ص) وحياة الأئمة عليه السلام، فلم تقتصر توجيهاته علي عدم الإفراط في الطعام بل حذر أيضا من التقدير فيه، ومنع أقواما عن الصوم أياما متتاليات دون إفطار.

وقد اتفق علي مبدأ الاعتدال في الطعام والشراب كل من مر علي الأرض من أنبياء وحكماء وأطباء، فهذا لقمان الحكيم يوصي ولده بقوله: «وإذا كنت في الطعام فاحفظ معدتك»، علي أن الدقة في بيان الاعتدال في الطعام والشراب تظهر جلية في حديث الرسول (ص) حيث يقول. «ما ملأ آدمي وعاء قطّ شرا من بطنه، بحسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه، فإن كان لا بدّ فاعلا، فثلث لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لنفسه». وكما مر عن الإمام الصادق عليه السلام.

الإسراف: قبل أن نتكلم عن الإسراف نذكر بأن احتياجات الإنسان الطبيعي من العناصر الغذائية الأساسية (السكاكر، والدهن، والبروتينات) ومن الفيتامينات والعناصر المعدنية تختلف

حسب سنه و جنسه وعمله وحالته الغريزية، فالرجل الكهل مثلا يحتاج ل (20-26) غ من البروتينات، 100 غ من السكر كحد أدني و لكمية من الدسم بحيث تؤمن 20% من طاقته اليومية، و لكميات محددة من الفيتامينات و المعادن، لا مجال لذكرها هنا. و الإسراف إما أن يكون بالتهام كمية كبيرة من الطعام فوق حاجة الإنسان، أو بازدراد الطعام دون مضغه جيدا و يسمى ذلك بالشره، و سبب الشره نفسي غالبا، و يكون إما كظاهرة للحرمان أو التذليل، أو بسبب الملل كما هو عند بعض الأطفال، أو بسبب التعلق باللذة أو بسبب التقليد، و قد يكون سبب الشره غريزي كما في الحمل أو مرضي.

هناك أنواع أخرى من الإسراف، كالإسراف بنوع من الأطعمة علي حساب الأطعمة الأخرى، أو إسراف بتلبية كل ما تشتهي النفس مما يوقعها في براثن العادة السيئة، و من الإسراف أيضا تجاوز المباحات إلي الأغذية المحرمة.

## مضار الشره:

أ - علي جهاز الهضم: التخمة، و عسر الهضم، و توسع المعدة، و هي حالات تسبب للشخص شعورا مزعجا في الشرسوف (1) إثر كل وجبة طعام.

ب - إن ازدراد وجبة كبيرة من الطعام قد تؤدي إلي:

1 - هجمة خناق صدر Angina Pectoris و خاصة إذا كانت الوجبة دسمة، و هي حالة من الألم الشديد و الحارق خلف القص يمتد للكتف و الذراع الأيسر و الفك السفلي بسبب نقص التروية القلبية، تظهر هذه الحالة عادة عند المصابين بأمراض الأوعية القلبية إثر الجهد، فالوجبة الغذائية الكبيرة تشكل علي القلب عبئا يماثل العبء الناتج عن الجهد العنيف.

2 - ازدراد كمية كبيرة من الطعام تعرض الإنسان للإصابة ببعض الجراثيم، كضمات الكوليرا، و عصيات الحمي التيفية، و الأَطوار الاغذائية للأميبا و ذلك لعدم تعرض كامل الطعام لحموضة المعدة و للهضم المبدئي في المعدة حيث إن حموضة المعدة هي المسؤولة عادة عن القضاء علي مثل هذه الجراثيم.

3 - توسع المعدة الحاد، و هي حالة خطيرة قد تؤدي للوفاة إذا لم تعالج.

4 - انفتال المعدة، و هي إصابة خطيرة و نادرة تحدث بسبب حركة حويّة معاكسة للأمعاء بعد امتلاء المعدة الزائدة بالطعام.

5 - المعدة الممتلئة بالطعام أكثر عرضة للتمزق إذا تعرضت لرض خارجي من المعدة الفارغة، وقد يتعرض المرء للموت بالنهي القلبي إذا تعرض لضربة علي الشرسوف (فوق المعدة).

ج - الشره ضار بالنفس والفكر: فكثرة الأكل تؤدي إلي همود في النفس، و بلادة في التفكير، و ميل إلي النوم، قال لقمان الحكيم «يا بني، إذا امتلأت المعدة، نامت الفكرة، و خرسست الحكمة، و قعدت الأعضاء عن العبادة» كما أن الشره يزيد الشهوة الجنسية، و كما نري عموما أن الشره يغيّر من نفسية الإنسان فيجعلها أقرب إلي نفسية الحيوان رغما عنه.

### مضار الإسراف بنوع من الأطعمة:

1 - السمنة Obisety : و هو المرض الخطير الذي نجده غالبا في أبناء الطبقات الغنية و عند أصحاب الوظائف الكسولة، و يحصل نتيجة الإكثار من الطعام، و خاصة السكاكر و الدهون و بشكل خاص عند الأفراد الذين لديهم استعداد إرثي.

و السمنة في الواقع مرض بشع يحد من إمكانيات الفرد و نشاطاته بشكل كبير، كما يؤهب أو يشارك بعض الأمراض الخطيرة، كاحتشاء العضلة القلبية، و خناق الصدر، و الداء السكري، و فرط توتر الدم Hypertension و تصلب الشرايين، و كل هذه الأمراض هي اليوم شديدة الشيوع في المجتمعات التي مالت إلي رفاهية الطعام و الشراب.

2 - نخر الأسنان: و هو أيضا من الأمراض الشائعة بسبب الإكثار من تناول السكاكر الاصطناعية خاصة التي تسمح بتخمرها للعصيات اللبنية بالنمو في جوف الفم.

3 - الحصيات الكلوية: و هي أكثر حدوثا عند الذين يعتمدون بشكل رئيسي علي تناول اللحوم و الحليب و الجبن.

4 - تصلب الشرايين Athero sclerosis و هو داء خطير يشاهد بشكل ملحوظ عند الذين يتناولون كميات كبيرة من الدسم، حيث يصابون بفرط تدسم الدم، Hyperlipideamia .

5 - النقرس «داء الملوك» Gout : و هو ألم مفصلي يأتي بشكل هجمات عنيفة و خاصة في مفاصل القدم و الإبهام. و يشاهد أكثر عند اللذين يتناولون كميات كبيرة من اللحوم.

و يجب أن لا ننسي أن نسبة كبيرة من شعوب البلاد المتخلفة لا يحصلون علي راتبهم الغذائي و أنهم مصابون بواحد أو أكثر من أمراض سوء التغذية، و خاصة الأطفال، إذ تشير التقديرات العالمية أن سوء التغذية يشكل السبب الأول غير المباشر للوفيات عند الأطفال.

كان عليه السّلام يطلي إبطيه في الحمام ويقول: نتف الإبط يضعف المنكبين ويوهي ويضعف البصر، وقال: حلقه أفضل من نتفه و طليه أفضل من حلقه(1).

وفي رواية زرارة عنه عليه السّلام قال: نتفه أفضل من حلقه، و طليه أفضل منهما(2).

ص:486

---

1- (1) بحار الأنوار ج 73 ص 91، ضمن حديث 14.

2- (2) بحار الأنوار ج 73 ص 91، ضمن حديث 14.

إن العناية بنظافة ما تحت الإبطين، و ننف أو حلق الأشعار، و الاهتمام بهذه المناطق عند الغسل؛ كل ذلك يساهم في الوقاية من كثير من الأمراض.

و من أهم الأمراض التي تصيب ما تحت الإبطين، و تنجم عن عدم النظافة:

1 - المذح Iutertigo : و تسببه المبيضات Candida، و هي إصابة حاكّة، و أحيانا تكون نازة، محمرة، متعفنة، متشققة، قد تعلوها حويصلات و بثور إذا اشتدت الحالة.

و أهم العوامل التي تؤهب لهذه الإصابة: (السمنة، الرطوبة، عدم الاعتناء بالنظافة).

2 - التهاب الجريبات الذقني Folliculitis Barbe، و هو مرض التينة الشائعة Sycosis

: Vulgaris

و هو خمج تسببه العنقوديات، يصيب عادة الذقن، و لكن قد يصيب ما تحت الإبطين، يتظاهر بشكل حس حرق، يتلوه بثور عميقة تكون بشكل لويحات.

3 - الدممل Furuncle : قد يصيب المنطقة تحت الإبطين، و يتظاهر بشكل تورم صغير مؤلم جدا، محمر، في مركزه شعرة، و هو عبارة عن التهاب الجريب العميق للشعرة، و تسببه الجراثيم العنقودية.

كذلك قد يحدث داء الدمال Furunculosis، و هو تكرار حدوث الدمامل.

4 - الودح Erythrasma : هو عبارة عن لطخات متوسفة جافة، ذات لون بني، واضحة الحدود، تتوضع في منطقة الثنيات التناسلية، و ما تحت الإبطين. و تسببه جرثومة الودديات الخنافية.

5 - افتطار الأشعار الإبطي Trichomycosis Axillaris : تسببه الودديات النحيلية، حيث تنمو المستعمرات علي الأشعار في منطقتي الإبط و العانة، فتصبح الأشعار معقدة و كامدة. و لون هذه الأشعار ما بين الأصفر و الأحمر، و حتي الأسود. و علاج هذا المرض حلاقة الأشعار المصابة، و استخدام المطهرات الموضعية.

ص:487

نبدأ يا مفضل بذكر خلق الإنسان فاعتبر به.. فأول ذلك ما يدبر به الجنين في الرحم، وهو محجوب في ظلمات ثلاث: ظلمة البطن، و ظلمة الرحم، و ظلمة المشيمة(1)، حيث لا حيلة عنده في طلب غذاء، و لا دفع أذي. و لا استجلاب منفعة، و لا دفع مضرة، فإنه يجري إليه من دم الحيض ما يغذوه، الماء و النبات، فلا يزال ذلك غذاؤه(2).

كيفية ولادة الجنين و غذائه و طلوع أسنانه و بلوغه

حتي إذا كمل خلقه و استحکم بدنه و قوي أديمه(3) علي مباشرة الهواء و بصره علي ملاقات الضياء هاج الطلق(4) بأمه فأزعجه أشد إزعاج و أعنفه حتي يولد. حتي إذا تحرك و احتاج إلي غذاء فيه صلابة ليشتد و يقوي بدنه، طلعت له الطواحن(5) من الأسنان و الأضراس ليضع(6) بها الطعام، فيلين عليه. و يسهل له إساعته، فلا يزال

ص: 488

- 1- (1) المشيمة: غشاء ولد الإنسان يخرج معه عند الولادة، جمعه مشيم و مشايم.
- 2- (2) توحيد المفضل ص 12.
- 3- (3) الأديم: الجلد المدبوغ.
- 4- (4) الطلق: وجع الولادة.
- 5- (5) الطواحن: هي الأضراس.
- 6- (6) مضغ الطعام: لآكته بلسانه.

كذلك حتي يدرك فإذا أدرك و كان ذكرا طلع الشعر في وجهه، فكان ذلك علامة الذكر، و عز الرجل الذي يخرج به من جدة الصبا و شبه النساء. و إن كانت انثي يبقي وجهها نقياً من الشعر، لتبقي لها البهجة، و النضارة التي تحرك الرجل لما فيه دوام النسل و بقاءه(1).

أول نشوء الأبدان: تصوير الجنين في الرحم

قال المفضل فقلت: صف نشوء الأبدان و نموها حالاً بعد حال حتي تبلغ التمام و الكمال، قال عليه السلام: أول ذلك تصوير الجنين في الرحم حيث لا تراه عين و لا تناله يد، و يدبره حتي يخرج سوياً مستوفياً جميع ما في قوامه و صلاحه من الأحشاء و الجوارح و العوامل، إلي ما في تركيب أعضائه من العظام، و اللحم، و الشحم، و العصب، و المخ، و العروق و الغضاريف(2). فإذا خرج إلي العالم تراه كيف ينمو بجميع أعضائه و هو ثابت علي شكل و هيئة لا تتزايد و لا تنقص إلي أن يبلغ أشده إن مد في عمره أو يستوفي مدته قبل ذلك، هل هذا إلا من لطيف التدبير و الحكمة(3).

ص:489

1- (1) توحيد المفضل ص 13.

2- (2) الغضاريف: جمع غضروف و هو كل عظم رخص لين.

3- (3) توحيد المفضل ص 20-21.



لقد تميز القرآن الكريم بإعجازات كثيرة، لغوية وعلمية. كانت دليلاً علي أن هذا القرآن هو من عند الله، لا ريب في ذلك وشكوك. و كانت إحدى أهم هذه الإعجازات، ما قد ورد حول خلق الإنسان بأطواره المختلفة، وتوافقه التام والتكامل مع أحدث المعلومات العلمية التي توفرت الآن.

و أستعرض في هذا البحث المراحل والأطوار التي يمر بها الجنين في أثناء نشأته داخل الرحم، مبينا الوجوه التي أظهرها القرآن الكريم، و مدي موافقة ما يقوله للمعطيات المتوفرة لدينا.

وَقَدْ خَلَقَكُمْ أَطْوَارًا [نوح/14].

كانت النظريات القديمة حول خلق الإنسان تدور حول فكرة تقول: إن الإنسان يكون متكامل الأعضاء، وهو ما يزال نطفة، التي تكبر وتكبر (دون تطوّر أو تغيير) عند ما تدخل إلي الرحم، إلي أن تصل إلي حجم الجنين الطبيعي. و حيث كان يعتقد أن مهمة المرأة هي حضن النطفة والعناية بها، إلي أن تكبر.

وبالطبع تبين بطلان هذه النظريات، و ذلك من جانبين:

1 - لا- يطرأ علي النطفة تغيير في الحجم فقط، وإنما تحدث تبدلات في البنية والوظيفة والشكل والحجم، ويحدث أيضا تمايز مورفولوجي وفيزيولوجي.

2 - ليست مهمة المرأة العناية بالنطفة حتي تنمو و تغدو جنينا، بل إنها شريك أساسي و ضروري (أحد نصفين) لنشأة البيضة الملقحة، التي ستكون الجنين لاحقا.

و القرآن الكريم والسنة المطهرة أشارا بوضوح إلي هاتين النقطتين، الأمر الذي كان إعجازا جديدا، لمخالفته الآراء السائدة في ذلك العصر حتي في أعلي صروح العلم. ففي شأن النقطة الأولى، قال تعالى: مَا لَكُمْ لَا تَرْجُونَ لِلَّهِ وَقَارًا وَقَدْ خَلَقَكُمْ أَطْوَارًا [نوح/13، 14] و قال أيضا:

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ [المؤمنون/12، 13، 14].

و في شأن النقطة الثانية قال جل شأنه: إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا

بصيراً [الإنسان/ 2]. وقال ابن جرير الطبري في معرض تعليقه علي هذه الآية الكريمة: «إنا خلقنا الإنسان من نطفة أمشاج، إنا خلقنا ذرية آدم من نطفة يعني من ماء الرجل و ماء المرأة».

## أطوار خلق الإنسان، وفق التقسيم الطبّي الدراسي:

اتبع الأطباء المتخصصون التقسيم التالي، بغية تسهيل الدراسة، و من أجل فهم أجود وأفضل:

1 - بداية التطور الجنيني (الأسبوع الأول)، الذي يضم الأدوار التالية:

أ - تكوين الأعراس Gametogenesis، و هو يشمل تكوين النطف Spermatogenesis

و تكوين البيوض Ovogenesis.

ب - الإلقاح Fertilization، و تكوين البيضة الملقحة Zygote.

ج - التقسيم Cleavage، و تكوين الجسم التوتي Morula.

د - تشكيل الكيس الأصلي Blastocyst.

2 - تشكيل الجنين ثنائي الورقة Bilaminar embryo (الأسبوع الثاني)، و هو يضم: التعشيش Implantation.

3 - تشكيل الجنين ثلاثي الورقة Trilaminar embryo (الأسبوع الثالث)، و هو يضم:

أ - تشكّل المعيدية Gastrulation.

ب - تشكّل العصبية Neurulation.

ج - تطوّر القطع الظهرية Somites.

د - تطوّر الجوف العام الداخلي - جنيني.

ه - تطوّر الجملة القلبية الوعائية الابتدائية.

و - تطوّر الزغابات الكوريونية Chorionic villi.

4 - الفترة الجنينية الأولى Embryonic period (من الأسبوع الرابع إلي الأسبوع الثامن):

أ - الالتواءات الجنينية Embryonic folds.

ب - مشتقات الوريقات الجنينية.

5 - الفترة الجنينية الثانية Fetal period (من الشهر الثالث حتي الولادة).

ص: 491

## أطوار الخلق الإنساني، وفق التقسيم القرآني:

### إشارة

1 - النطفة (المذكرة و المؤنثة).

2 - العلقة.

3 - المضغة.

4 - العظام.

5 - اللحم.

6 - التسوية و التصوير.

7 - نفخ الروح.

وفيما يلي دراسة موجزة لهذه الأطوار، لبيان مدى المطابقة بين التقسيمين:

### مرحلة النطفة:

### إشارة

من خلال فهم الآيات القرآنية، استخدمت كلمة النطفة (التي تعني لغويا القطرة)، ليس للدلالة علي المعني العلمي المخصص بماء الرجل و حسب! بل يدخل ضمنها ماء المرأة، و النطفة الأمشاج (أي البيضة الملقحة Zygote)، و الجسم التوتي Morula، و أخيرا الكيس الأصلي Blastocyst، و ذلك حتي المرحلة الثانية و هي التعشيش Implantation (العلق بالتعبير القرآني).

### 1 - الماء الدافق:

قال الله تعالى في سورة الطارق فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ خُلِقَ مِنْ مَّاءٍ دَافِقٍ

[الطارق/ 5، 6]. فتعبير الماء الدافق، أي المندفع بقوة، الذي استخدم للدلالة علي ماء الرجل و ماء المرأة، هو تعبير سليم و مناسب للحال. إذ من المعلوم أن (السائل المنوي) يتم قذفه بقوة أثناء الجماع. و لكن الملفت مناسبة هذا التعبير لخروج البيضة من المبيض، خلال ما يسمي بالإضافة Ovulation، حيث ينفجر الجراب Follicle الناضج، في منتصف الدورة الطمثية، تحت تأثير هرموني.

وفي هذه أيضا دلالة علي التصور الإسلامي للعنصرين المكوّنين للجنين، و هما ماء الرجل و ماء المرأة (أي النطفة، و البيضة، بالتعبير المتعارف عليه اليوم). هذا الذي غدا من بديهيات العلم في هذه الأيام، طبعا علي خلاف الحال لدي نزول هذه الآية الكريمة قبل 1400 عام.



وفي الآية التي تلت الآيتين سابقتي الذكر، ذكر جلّ شأنه يَخْرُجُ مِنْ بَيْنِ الصُّلْبِ وَ التَّرَائِبِ

[الطارق/7]. و معنى الصلب: العمود الفقري (الظهري و القطني)، و معنى الترائب: الأضلاع.

وقد تحيّر الفقهاء في تفسير هذه الآية الكريمة، و استمر الأمر كذلك حتي تطوّر علم الجنين، و أضحى المراد من هذه الآية واضحاً.

فمنذ الأسبوع الخامس من عمر الجنين داخل رحم أمه، عند ما تبدأ المناسل بالتطور، حيث تتكاثر الخلايا مشكلة ما يسمى بالعرف التناسلي ridge Genital ، الذي يتطور لاحقاً إلي الحبال الجنسية الأولية Primary sex cord ، التي سوف تشكل المناسل (الخصية و المبيض)، لوحظ أن هذه المكونات تتوضع تماماً بين العناصر المكوّنة للعمود الفقري (طلائع الفقرات) و للأضلاع. أي أن الخصية و المبيض قد نشأ في المنطقة بين الصلب و الترائب.

ثم بعد أن يكتمل بناء الخصية و المبيض، تهاجران إلي الأسفل. فتصل الخصية في الأسبوع الثاني و الثلاثين إلي الصفن (مقرها النهائي) خارج جوف البطن. أما المبيض فينزل بشكل أقل من نزول الخصية، حيث يتوضع المبيض في الحوض.

ولكن هذا النزول لا يسايره تغير في التروية الدموية و التعصيب، بل إن مصدرها بقي نفسه هو هو، فالأوعية و الأعصاب تمتد لتساير هذا النزول، أي أن أماكن التروية و التعصيب بقيت في مكانها بين الصلب و الترائب.

و هكذا فإن كلا من شريان الخصية و شريان المبيض، يتفرّع من الأبهر، الذي يقع بين الصلب و الترائب.

و أوردة الخصية تصب في نفس المنطقة، حيث يصب الوريد الخصوي الأيسر في الوريد الكلوي الأيسر الذي يصب بدوره في الوريد الأ-جوف السفلي، و يصب الوريد الخصوي الأيمن في الأجوف السفلي مباشرة. و كذلك أوردة المبيض تصب في نفس المنطقة بين الصلب و الترائب.

و أيضاً الأعصاب التي تعصب الخصية و المبيض، و التي تشكّل ضفائراً عصبية مختلفة كالصفيرة الشمسية و الخثلية و الحوضية، و تشبّك فيها الجملة الودية و غير الودية، تقع أمام الصلب، بينه و بين الترائب.

و تنطبق هذه الحال علي الأوعية اللمفاوية.

وفي النهاية نري أن تغذية الخصية و المبيض بالدماء (الغذاء و الأوكسجين)، و تعصيبها، و نزح

لمفها، يتم من المنطقة بين الصلب و الترائب.

## 2 - القرار المكين:

قال تعالي: **ثُمَّ جَعَلْنَا نُطْفَةَ فِي قَرَارٍ مَكِينٍ [المؤمنون/ 13]**. و معني مكين: مستقر حصين. يصف جلّ و علا المكان الذي ستستقر فيه النطفة بأنه مكان متين مثبت محصن. و ذلك في إشارة منه جل شأنه إلي الرحم Womb ، الذي ينمو فيه الجنين و يترعرع. و الإشارة إلي المتانة هذه أمر ملفت حقاً، إذ إنها إحدى أهم خصائص الرحم، و إحدى أهم العوامل التي تؤهله للقيام بوظيفته، إن لم نقل إنها أهم تلك العوامل. و يمكننا هنا أن نوضح متانة هذا القرار المكين، من خلال النقاط التالية:

1 - بنية الرحم: فالرحم عبارة عن عضلة مجوفة، لها طبقتان إضافيتان: خارجية مصلية، و داخلية مخاطية. و الرحم ذات قابلية عظيمة للتمدد و الاتساع.

2 - موضع الرحم: فهو يقع في منتصف التقعر الحوضي، حيث تحيط به مجموعة متينة من العظام، التي تشكل الحوض. و هي العجز و العصعص من الخلف، و الحرقفيين من الجانبين، و عظم العانة من الأمام.

3 - الصفاق: الذي يغطي الوجه الأمامي و الخلفي و قعر الرحم حتي العنق، و هذا يساهم في تثبيت الرحم.

4 - أربطة الرحم: و هي عبارة عن أزواج ثلاثة: إثنان منها يعتبران من وسائل التعليق و الآخر من وسائل الدعم. فالأولان هما: الرباطان العريضان، و الرباطان المدوّران. أما الثالث فهو:

الرباطان الرحميان العجزيان.

و يتألف الرباطان العريضان - و هما الرباطان الأساسيان - من وريقتين صفاقيتين، تدعمان بصفيحتين عضليتين أليافهما ملس، إضافة إلي طبقة خلوية وعائية.

5 - وسائل الدعم: فبالإضافة إلي كل ما سبق، نجد الكثير من الانتشارات الليفية التي تغمد الأوعية الحوضية. و يكفي لندرك أهمية أربطة الرحم، و وسائل الدعم: عند ما نعلم أنها تحمل الرحم التي سيزداد وزنها من 50 غراماً قبل الحمل إلي 5325 غراماً بعد الحمل مع ما تحويه من محصول الحمل.

### 3 - الظلمات الثلاثة

قال تعالى: خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَأَنْزَلَ لَكُمْ مِنَ الْأَنْعَامِ ثَمَانِيَةَ أَزْوَاجٍ يَخْلُقْكُمْ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ خَلْقًا مِنْ بَعْدِ خَلْقٍ فِي ظُلُمَاتٍ ثَلَاثٍ ذَلِكُمْ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَهُ الْمُلْكُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَآئِنِّي تُصَدِّقُونَ [الزمر/6]. أثناء تطوّر الجنين، يتجه قسم من الخلايا نحو تكوين الملحقات، التي تساهم في تغذيته، و تأمين تنفسه. و من هذه الملحقات: الأغشية الثلاثة، التي تشكل الظلمات الثلاث، و هي التي أشار إليها البيان الإلهي في الآية السابقة.

و الأغشية الثلاثة هي:

1 - الغشاء الأمينوسي Amniotic membrane : و هو يشكل الجوف الأمينوسي Amniotic

cavity (الظلمة الأولى)، المملوء بالسائل الأمينوسي، الذي يسبح فيه الجنين.

2 - الغشاء الكوريوني Chorionic membrane : الذي يشكل الجوف الكوريوني Chorionic

cavity (الظلمة الثانية). و يحيط هذا الجوف بالغشاء الأمينوسي و بالجوف السابق.

3 - الغشاء الساقط Caduca membrane ، و هو عبارة عن مخاطية باطن الرحم، التي سوف تسقط بعد الولادة. و يشكل هذا الغشاء

الظلمة الثالثة، أ لا و هي جوف الرحم Uterine cavity ، المحيطة بالجوفين السابقين.

و بمقارنة هذه الحقائق العلمية مع الآية الآتفة الذكر، يتبين لدينا وجه الإعجاز الذي أشارت إليه.

### 4 - نطفة واحدة:

قال (ص) في الحديث الصحيح: «ما من كل الماء يكون الولد». يشير (ص) إلي أنه ليس كل ما يقذفه الرجل ضروري لتكوين الجنين، فالأمر يحتاج فقط إلي جزء من هذا السائل المنوي. و هذا الأمر أضحى حقيقة علمية مشاهدة، فمن بين مئات الملايين من النطف، تقوم نطفة واحدة فقط بعملية التلقيح.

### 5 - النطفة الأمشاج:

قال تعالى: إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا [الإنسان/2].

و معني أمشاج: أخلاط ممتزجة (من ماء الرجل و ماء المرأة). يقول ابن جرير الطبري في تفسيره، في



معرض تعليقه علي هذه الآية: «إنا خلقنا ذرية آدم من نطفة، يعني من ماء الرجل و ماء المرأة..»

وقوله أمشاج: يعني أخلاط. واحدها مشج و مشيج. يقال منه إذا مشجت هذا بهذا خلطته، و هو مشوج به و مشيج أي مخلوط. و هو اختلاط ماء المرأة بماء الرجل».

و بطبيعة الحال فإن معني لفظة النطفة في هذه الآية، لا ينطبق علي المعني الاصطلاحي العلمي، الذي اتفق عليه بعد قرون من نزول القرآن. و لكن يبقي المعني اللغوي صحيحا و مقبولا.

فنستطيع أن نستبدل كلمة «نطفة» بكلمة موازية مثل «قطرة». فنحافظ بذلك علي الفهم الصحيح لهذه الآية، بشكل مستقل عن الفكرة المتعلقة بأذهاننا، حول ارتباط كلمة «النطفة» بالوحدة الذكورية التي ستكوّن البيضة الملقحة، و من ثم الجنين.

و لكن الشيء الغريب في آيتنا الكريمة هذه، هو أن كلمة «نطفة» بلفظها المفرد، وصفت بكلمة «أمشاج» بلفظ جمع. و معلوم بداهة أن الصفة توافق الموصوف بالفرد و الجمع. و هكذا فكلمة نطفة في عبارة مثل «نطفة أمشاج» سوف تعني ارتباط أشياء متعددة و امتزاجها في قطرة واحدة، لتشكّل وحدة متكاملة، و هي بتعبيرنا البيضة الملقحة Zygote. و الأشياء هذه التي ستتحّد لتكوّن القطرة الواحدة، يجب أن يكون عددها يؤهلها لأن يعبر عنها بصيغة الجمع، أي أن يكون العدد ثلاثة فصاعدا. و الأشياء هذه يمكن أن تكون و بوضوح شديدة: الصبغيات الأبوية Paternal

Chromosomes ، و الصبغيات الأمومية Maternal Chromosomes ، مع بقية محتويات الخلية. فهذه الأشياء المتحدة تشكل أجزاء عدة، لكل منها أهميته، و وظيفته.

و هكذا فإن القرآن الكريم أشار إلي المنشأ المزدوج للبيضة الملقحة، و ذلك قبل قرون عدّة من ظهور النظريات، و من ثم الإثباتات العلمية حول هذا الأمر.

## 6 - خلقه فقّده:

قال تعالي: مِنْ نُطْفَةٍ خَلَقَهُ فَقَدَرَهُ [عبس/19]. يبين الله سبحانه و تعالي هنا، أنه خلق الإنسان كاملا، ابتداء من قطرة واحدة، هي البيضة الملقحة. ثم أتبع جلاً و علا ذلك بكلمة (فقّده).

و المقصود من هذه الكلمة هو: رسم البرنامج الذي سيتبعه هذا الكائن الجديد، و الذي لن يغادره قيد أنملة.

و كان الرابط بين كلمة «خلق» و كلمة «فقّده» حرف ال «ف». و هذا يفيد الانتقال المباشر و السريع بين الأحداث. أي أن التقدير يتلو الخلق مباشرة. فكان بذلك إعجازا جديدا، إذ بمجرد أن تلتحم النطفة بالبيضة، و تتشكل البيضة الملقحة Zygote (نطفة بالتعبير القرآني) (الخلق)، تختلط

الصبغيات، التي تحمل المورثات، وبالتالي تتحدد صفات الشخص و تركيبه و خصائصه (التقدير).

## 7 - تحديد النسل:

قال الله تعالى: **وَ أَنَّهُ خَلَقَ الزَّوْجَيْنَ الذَّكَرَ وَ الْأُنْثَىٰ مِن نُّطْفَةٍ إِذَا تُمْنَىٰ** [النجم/ 45، 46].

تظهر هذه الآية الكريمة أنّ الذكر و الأنثى كليهما، مصدره البيضة الملقحة. أي أنّه متي شكّلت هذه البيضة، أضحي جنس الجنين محددًا. و هذه حقيقة علمية أصبحت مثبتة. فلدي التحام النطفة بالبيضة، تختلط الصبغيات Chromosomes . و من بينها الصبغيات الجنسية Chromosomes Sexual .

فإذا علمنا أنّ الصيغة الصبغية الجنسية للذكر هي XY ، و أنّ البويضة الأنثوية Ovum هي X حتماً.

فينشأ من اتحاد النطفة Y مع بويضة X صيغة صبغية XY ، أي ذكر. و ينشأ من اتحاد نطفة X مع بويضة X صيغة صبغية XX ، أي أنثى.

نطفة Y + بويضة XY .

نطفة X + بويضة XX .

و الخلاصة: أنّ جنس الجنين يتحدّد مباشرة لدي تكوّن البيضة الملقحة، و هو ما عبرت عنه الآية الكريمة.

## 8 - الغيض

قال الله تعالى: **اللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَحْمِلُ كُلُّ أُنْثَىٰ وَ مَا تَغِيصُ الْأَرْحَامُ وَ مَا تَزْدَادُ** [الرعد/ 8]. و قال رسول الله (ص): «و لا يعلم ما تغيص الأرحام إلا الله..».

و الغيض في الآية و الحديث، الذي يعني لغة: النقص، يمكن أن يفسر بأحد معنيين:

- نزول السائل إلي العمق.

- تناقص في الكمية.

و لقد أشار إليهما الأستاذ عبد المجيد الزنداني. و يمكن توضيحهما كما يلي:

1 - المعنى الأول: نزول السائل إلي العمق. يصف هذا المعنى الرحلة التي تقوم بها النطفة منذ أنّ تقذف داخل المهبل، إلي أنّ تصل إلي قناة فاللوب Infundibulum مروراً بالرحم. و أيضاً رحلة البيضة الأنثوية بدءاً من الإباضة، و حتي وصولها إلي قناة فاللوب، حيث يتم الإلقاح. و أخيراً الرحلة

التي تقوم بها البيضة الملقحة حتي مكان انزراعها في جدار الرحم.

و هكذا كانت كلمة «الغيض» أنسب تعبير للدلالة علي هذه المرحلة، من التلقيح و حتي التعشيش.

2 - المعني الثاني: تناقص الكمية. يوضع حوالي 200-500 مليون نطفة، أثناء القذف المنوي، في مهبل المرأة. ثم تعبر النطف عنق الرحم، ثم الرحم، حتي تصل إلي قناة فاللوب، حيث تلقي البيضة هناك. و لقد قدر أن حوالي 200-500 نطفة فقط (من بين مئات الملايين)، تصل إلي مكان الإلقاح هذا. ثم من بين مئات النطف الواصلة، تقوم نطفة واحدة فقط، بعملية الإلقاح.

و يعود تناقص عدد النطف أثناء مرورها في المسالك التناسلية، إلي تصفية النطف غير الطبيعية، و قليلة الحركة، من قبل مخاطية عنق الرحم، إضافة إلي أن عددا من النطف تهاجم الغدد الرحمية، حيث تقتل و تهضم من قبل الخلايا البلغمية.

و كذلك الأمر، ينطبق الحال علي البيضات، فمن أصل حوالي 40 ألف خلية بيضية بقيت حتي سنّ البلوغ، يتطور 5-20 جرابا في كل دورة شهرية، ثم من هؤلاء يتطور جراب واحد أو اثنان، و تطرأ عليهما الإباضة.

و هنا أيضا يظهر التناسب بين الحقيقة العملية و كلمة «الغيض» بشكل واضح.

علي أنني أرجح الرأي الثاني. ذلك أن البيان الإلهي ذكر في هذه الآية الكريمة أمرين اثنين، هما: الغيض، و الازدياد. و إيرادهما معا في آية واحدة، يستلزم كونهما أمرين متعاكسين، و مرحلتين متضادتين. و هذا الشيء متحقق في المعني الثاني تماما، خلافا للمعني الأول. فإذا كان «الغيض» هو النقص في عدد الخلايا (الذكورية أو الأنثوية) التي تكوّن البيضة الملقحة، فإن «الازدياد» هو الانقسامات الكثيرة التي تطرأ علي البيضة الملقحة لتكوّن الجنين و أنسجته.

و في الحديث السابق الذكر، قال (ص): «و لا يعلم ما تغيض الأرحام إلا الله». ففي هذا الحديث تظهر حقيقة أن لا أحد يحيط بمرحلة الغيض إلا- الله جلّ و علا. فهو جلّ شأنه وحده يعلم كيف يحدث هذا الغيض، و كيف يتطور، و ما هو مستقبله. و العلم البشري اليوم يتوافق تماما مع هذه الحقيقة المقررة، فإلي الآن لا توجد طريقة أو وسيلة لمعرفة فيما إن كان الحمل موجودا أم لا في مرحلة مبكرة كهذه. فما بالك بمستقبل هذا الكائن، فالله جلّ شأنه يعلم وحده أية نطفة من بين مئات ملايين النطف، و أية بيضة من بين آلاف البيضات، ستجتمعان لتشكلا كائنا جديدا من بني البشر.

قال تعالى: نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَكُمْ... [البقرة/ 223]. ضرب جَلَّ و علا هنا مثلا من أروع الأمثلة، زادته الاكتشافات و التطور العلمي بهاء و نصوعا. و يمكن توضيحه من خلال أن:

- الجماع يشبه الحراثة و الزراعة، و رحم الأم يشبه الأرض المزروعة (التربة)، و النطف تشبه البذور، و الأطفال تشبه النباتات. (أشار إلي هذه النقاط أبو حيان «654-754»).

- رحم الأم مكان للزرع و النمو، و ليس للخزن فقط (أشار إليه النسفي في تفسيره).

### مرحلة العلقه:

تتفق هذه المرحلة مع مرحلة التعشيش Implantation ، و تشكل الجنين ثنائي الوريقة Bilaminar embryo ، و ذلك خلال الأسبوع الثاني من الحمل. و تشبيهه جَلَّ و علا الجنين في هذه المرحلة بالعلقه، يتفق مع الواقع العلمي من جهات ثلاث هي:

أ - التشابه مع العلق Hirudinea (و هو نوع من الديدان)، و ذلك من جانبيين، أولاهما: التشابه مع شكل العلقه، و لا سيما عند ما ننظر إلي الجنين من الجانب. و ثانيهما: التغذية المفعمة بالدم (دم الجزء المتعلق به)، و التي تشكل إحدى أهم خصائص العلق و الجنين كليهما. فمن الملاحظ أن العلقه (الدودة) بمقدورها أن تمتص خمسة أضعاف وزنها (15 غراما) و أيضا الجنين هنا تتم تغذيته بالكامل عن طريق دم أمه.

ب - يطلق تعبير العلق لغة، علي كل ما علق. و التعبير هذا مناسب للحال! إذ إن الجنين في المرحلة هنا يتعلق بسويقة الارتباط (مع أميونه و كيسه المحي) ضمن الكوريون.

ج - شبّه القدماء الجنين المجهض في هذه المرحلة من تطوره بالجلطة الدموية، و هذا أمر صحيح تماما.

و من الملاحظ أن تطور النطفة الأمشاج إلي العلقه لا يتم مباشرة، إذ يحتاج الأمر إلي أسبوع و حتي أسبوعين.. و قد عبّر البيان الإلهي عن ذلك باستخدام حرف العطف «ثم» عند الانتقال بين مرحلتي النطفة و العلقه، حيث قال تعالى: ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً [المؤمنون/ 14]. و معلوم أن حرف العطف «ثم» هو حرف وصل يدل علي وجود وقت فاصل بين المرحلتين.

و إنني أري أن مرحلة العلقه تشمل كذلك الأسبوع الثالث، لانطباق اصطلاح العلقه عليه

تماما، فالجنين هنا ما يزال التعلق أو التعليق أهم خصائصه المميزة، و ما يزال مظهر العلقة الدموية طاغيا عليه.

## مرحلة المضغة:

تلي مرحلة العلقة وفق التقسيم القرآني مرحلة المضغة. قال تعالى: فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً

[المؤمنون/14]. و المضغة لغة، هي: قطعة لحم. و مضغه: لأكه بسّته.

و من الملاحظ أن مرحلتي العلقة و المضغة، تكادان أن تتوصلا، من غير فاصل زمني بينهما! و لذا استخدم البيان الإلهي حرف الفاء - الذي يفيد الانتقال السريع بين الأحداث - للربط بين هاتين المرحلتين! و اختيار هذا الحرف كان موقفا تماما، و معبرا عن الحقيقة العلمية المشاهدة.

و يشبه الجنين في الأسبوع الرابع من عمره (من اليوم عشرين فصاعدا) اللقمة الممضوغة (قطعة اللحم الممضوغة)، بسطحها غير المنتظم. و مما يزيد هذا التشبيه دقة ظهور القطع البدنية Somites، التي تبدو للعيان كأسنان مرصوفة تمضغ لقممة (يتوالي ظهور القطع البدنية ابتداء من اليوم العشرين، و حتي اليوم الثلاثين)، إذ إنّها تظهر أشفعا كما الأسنان تماما. و يتغير شكل الجنين بين يوم و آخر، و بين فترة و أخرى كاللقمة، و بينما تحافظ القطع الظهرية Somites علي مكانها كالأسنان (يتغير شكل اللقمة، بينما تحافظ علي انطباعات الأسنان). فهل هناك من تشبيه أوضح و أبلغ لوصف الجنين في عمره هذا.

## مضغة مخلّقة و غير مخلّقة:

يقول تعالى أثناء تعداده لمراحل خلق الإنسان: ثُمَّ مِنْ مُضْغَةٍ مُخَلَّقَةٍ وَ غَيْرِ مُخَلَّقَةٍ

[الحج/5]. يصف جلّ و علا هنا المضغة بوصفين متعاكسين! فكيف يكون ذلك؟ يمكن لهذه الآية أن تفسر علي أحد منحيين: أولهما: أن هذه المضغة تمرّ في مرحلتين، يكون الجنين في إحداهما مخلّقا (أي تام الخلقة)، و في أخراهما غير مخلق. و ثانيهما: أن المضغة تكون مخلّقة جزئيا، و غير مخلّقة جزئيا. أي أن الأمر نسبي. و علي أنني أري أن أول المنحيين غير مقبول! ذلك لأن المضغة - وفق الآية الكريمة - تتصف بهاتين الصفتين معا، و لا يفهم منها إطلاقا أن الموصوف يتصف بإحدي الصفتين، ثم يتلبّس بثانيتها.

و هكذا يبقي لدينا المنحى الآخر، الذي يقضي بأن المضغة تكون متميزة، و غير متميزة علي نحو نسبي، فلا هي متميزة تمام التمايز شكلا و وظيفة، و لا هي مجرد خلايا جنينية كالتي كانت

سابقاً، لا يتنبأ بمستقبلها، ولا يعرف لها وظيفة ولا غاية.

و مما يؤيد المنحي الثاني في تفسير الآية الكريمة السابقة تلك «الحركات و الهجرات الخلوية الجنينية و التفاعلات المتبادلة النسيجية التي تقود بداءات الأعضاء المتوضعة في أماكنها النسيجية إلى النضج و التمايز. و لكن لا تقوم هذه الأعضاء و الأجهزة بوظيفتها إلا بصورة جزئية و محدودة في أثناء هذه الفترة».

### مرحلة العظام:

حينما استعرض القرآن الكريم مراحل خلق الإنسان، اختار لها أسماء، كانت متناسبة مع شكل الجنين في كل مرحلة من هذه المراحل. فحينما كان الجنين يشبه الجلطة (أو الشيء المعلق) سمي العلقة. و حينما كان يشبه اللقمة الممضوغة سمي المضغة. و هكذا فإن المرحلة التي ستلي المضغة، هي مرحلة العظام. علي اعتبار أن شكل الجنين سيتحدد وفق شكل العظام التي تتكون ابتداء من الأسبوع الخامس. قال تعالي: فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا [المؤمنون/14]. و هكذا فإن شكل الجنين يتغير من شكل المضغة، إلي الشكل المحدد بالهيكل العظمي، و هو الشكل الذي يحمل ملامح الجنين الإنساني.

### مرحلة الكساء باللحم:

قال تعالي: فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا [المؤمنون/14]. تبين هذه الآية الكريمة أن العظام تتشكل أولاً، ثم تتلوها العضلات (اللحم)، التي ستحيط بها.

تبدأ مولدات العظام و العضلات بالظهور قبل الأربعين يوماً الأولي من عمر الجنين. و لكن المولدات و البداءات هذه لا تعطي الجنين شكله المحدد، بل إنها لا تأخذ مظهر العظام و العضلات.

و خلال الأسبوعين السادس و السابع تصبح العظام و الأطراف العلوية و السفلية قد ظهرت بوضوح، فيكتسب الجنين عندئذ مظهره الإنساني.

و في نهاية الأسبوع السابع و خلال الأسبوع الثامن تأخذ العضلات مواقعها حول العظام.

و تصبح عضلات الجذع و الأطراف و الرأس واضحة تماماً و يغدو الجنين آنذاك قادراً علي الحركة.

و هذا يظهر بوضوح كيف أن العظام تتشكل أولاً، ثم تحيط بها العضلات، علي نحو مطابق بالضبط لما أشارت إليه الآية الكريمة آفة الذكر.

في الواقع وردت أحاديث نبوية كريمة كثيرة، تبين مدد أطوار خلق الإنسان، ومتى تنفخ الروح فيه. علي أن هذه يمكن أن يندرج تحت لفظين اثنين مختلفين، يفهم منهما شيان مختلفان! وأستعرض فيما يلي هذين اللفظين، مبيناً أصحهما، وكيف يتم التوافق بينهما.

الحديث الأول: قال (ص): «إذا مرّ بالنطفة ثنتان وأربعون ليلة بعث الله إليها ملكاً. فصوّرها وخلق سمعها وبصرها وجلدها ولحمها وعظامها. ثم قال: يا رب! أذكر أم أنثى؟ فيقضي ربك ما شاء. ويكتب الملك...».

الحديث الثاني: قال (ص): «إن خلق أحدكم يجمع في بطن أمه أربعين يوماً وأربعين ليلة، ثم يكون علقة مثله، ثم يكون مضغة مثله، ثم يبعث إليه الملك، فيؤذن بأربع كلمات. فيكتب رزقه، وأجله، وشقي أو سعيد. ثم ينفخ فيه الروح...».

وورد الحديث أيضاً مطلقاً، من غير تحديد بوقت معين. كمثل قوله (ص): «إن الله عزّ وجلّ وكّل بالرحم ملكاً، يقول: يا رب نطفة، يا رب علقة، يا رب مضغة، فإذا أراد أن يقضي خلقه، قال:

أذكر أم أنثى، شقي أم سعيد، فما الرزق والأجل، فيكتب في بطن أمه».

معني الحديث الأول:

يقضي الحديث الأول بنتيجة خلاصتها: أن خلق الإنسان يتم ويكتمل، ابتداء من النطفة، حتي بدء تكوين اللحم والعظام، خلال اثنتين وأربعين ليلة، (علي خلاف في روايات الحديث: أو خمس وأربعين أو أربعين أو بضع وأربعين). وبالطبع فإن مرحلتي العلقة والمضغة مشمولتان ضمن هذه الفترة، وإن لم تردا في الحديث نصاً، ذلك أن مرحلة تكوين العظام واللحم التي تليهما (كما في الآية الكريمة: ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ [المؤمنون/14]) قد ذكر وقوعها بعد الفترة تلك، أي بعد بضع وأربعين ليلة مباشرة.

و الحديث هذا صحيح تماماً، ورد في صحيح مسلم بروايات أربع عن حذيفة بن أسيد الغفاري (واقفه ابن مسعود في لفظ إحدى رواياته).

و حينما يرد حديث برواياته الأربعة عن صحابي واحد، و حينما تكون كل رواية صحيحة السند، بشكل مستقل عن أخواتها، فإن هذا يحمل إصراراً من ذلك الصحابي علي صحة فهمه و درايته

تماما بما يورده و يرويّه. أي أن الروايات اختلفت ألفاظها، لكن بقي معناها قائما في ذهن الراوي.

و الروايات الأربع هذه، هي:

1 - «يدخل الملك علي النطفة بعد ما تستقر في الرحم بأربعين أو خمسة وأربعين ليلة. فيقول:

يا رب! أشقي أو سعيد؟. فيقول: أي رب! أذكر أو أنثي؟ فيكتبان. و يكتب عمله و أثره و أجله و رزقه. ثم تطوي الصحف فلا يزداد منها و لا ينقص».

2 - «إذا مر بالنطفة ثنتان و أربعون ليلة، بعث الله إليها ملكا. فصورها و خلق سمعها و بصرها و جلدّها و لحمها و عظامها. ثم قال: يا رب! أذكر أم أنثي؟ فيقضي ربك ما شاء. و يكتب الملك. ثم يقول: يا رب! أجله. فيقول ربك ما شاء و يكتب الملك. ثم يقول: يا رب! رزقه. فيقضي ربك ما شاء. و يكتب الملك. ثم يخرج بالصحيفة في يده، فلا يزيد علي ما أمر و لا ينقص».

3 - «إن النطفة تقع في الرحم أربعين ليلة، ثم يتصوّر عليها الملك. فيقول: يا رب! أذكر أو أنثي؟ فيجعله الله ذكرا أو أنثي. ثم يقول: يا رب! أ سويّ أو غير سويّ؟ فيجعله الله سويّا أو غير سويّ. ثم يقول: يا رب؟ ما رزقه؟ ما أجله؟ ما خلقه؟ ثم يجعله الله شقيّا أو سعيدا».

4 - «أن ملكا موكلا بالرحم. إذا أراد الله أن يخلق شيئا بإذن الله، لبضع و أربعين ليلة».

و الفهم الصحيح لهذا الحديث، بشكل مستقل عن التأويلات - غير المنطقية - يصل بنا إلي النتيجة، التي أتى علي ذكرها.

معني الحديث الثاني:

أما الحديث الثاني، فيخلص منه إلي نتيجة مخالفة مفادها، أن الجنين منذ لحظة تكوّنه، من خلال النطفة الأمشاج، و حتي تمام مرحلة المضغة، يكون قد أمضي مئة و عشرين يوما من أيام حياته داخل رحم أمه. فمرحلة النطفة - الأمشاج - وفق هذا الحديث - و أمثاله من الأحاديث الكثيرة التي توافقه مبني و معني - تستمر أربعين يوما. ثم تأتي مرحلة العلقه، التي تستمر هي الأخرى أربعين يوما آخرين. و بعد ذلك تأتي مرحلة المضغة، ذات الأربعين يوما غيرها. و هذا المنحي في تفسير الحديث، قد أخذه العلماء، و تشجعوا له. ثم مضوا يؤوّلون الحديث الأول، و يحملونه علي معني الحديث الثاني.

ص: 503



لا مراء أنه لا تعارض مطلقا بين حديث ثابت الصحة عن النبي (ص)، وبين الحقائق (لا النظريات، و لا الفرضيات) المجردة. و إنني أري أن استفاد من الحقائق العلمية في ترجيح أحد التفسيرين (أحد الحديثين)، إن كان ذلك قابلا لأن يحمل و يحتمل تأويلا صحيحا وفق قواعد اللغة العربية القوية، أو الفهم الصحيح لبعض الحوادث التي طرأت علي التفسير الثاني (الحديث الآخر). و مما يؤيد مذهبي هذا أن القدامي من العلماء، كان فيما شجعهم علي اختيار الحديث الثاني، و حمل الأول عليه، مقولتهم إنه لا يحتمل أن يتكون الجنين، و أن تنفخ الروح فيه قبل مئة و عشرين يوما.

لننظر إذا إلي أي حديث يتجه العلم، و أي منحي يختار!

بناء علي دراسة مراحل تطور الجنين، يمكننا أن نخلص إلي النتائج التالية:

1 - مرحلة النطفة (بالتعبير القرآني): تشمل الجنين حتي مرحلة العلقة، أي أنها تضم الأعراس Gametogenesis (النطاف Spermatozoon، و البيوض Ovogenesis)، و البيضة الملقحة Zygote

(النطفة المشاج)، و الجسم التوتي Morula، و الكيس الأصلي Blastocyst. و هذه كلها تتم خلال خمسة أيام. الأمر الذي يتوافق مع الحديث بلفظه الأول.

2 - مرحلة العلقة: تشمل مرحلة التعشيش Implantation أي مرحلة تشكل الجنين ثنائي الورقة Bilaminar embryo، و تشمل أيضا الجنين ثلاثي الورقة Trilaminar embryo. و هي تمتد خلال الأسبوعين الثاني و الثالث من عمر الجنين. و بالتالي فإن الأمر يبقي متناسبا مع اللفظ الأول، خلافا للفظ الثاني.

3 - مرحلة المضغة: و هي تمتد من مرحلة العلقة و حتي ظهور العظام (كما أشارت إلي ذلك الآية الكريمة). و إذا علمنا أنه خلال الأسبوعين السادس و السابع يصبح الجنين إنساني المظهر، إذ إن عظامه تكون قد ظهرت بوضوح، يصبح تحديد مرحلة المضغة هذه (و التي امتدت حتي الأسبوع السادس) متناسبا مع الحديث بلفظه الأول كذلك.

النتيجة: الحديث بلفظه الأول هو المقبول و الصحيح، أما اللفظ الثاني فقد جانبه الصواب! الأ أنه هكذا يبدو ظاهريا. و لكن لتأمل كيف يمكن أن يفسر هذا الحديث النبوي الكريم - بلفظه الثاني - خاصة إذا علمنا أنه حديث صحيح ورد في أصح كتب السنّة، ألا و هو صحيح الإمام البخاري.

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: إذا بلغ الولد أربعة أشهر فقد صار فيه الحياة(1).

وعنه عليه السلام قال: ابن آدم منتصب في بطن أمه، وذلك قول الله عزّ وجلّ: لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ (2) و ما سوي ابن آدم فرأسه في دبره و يده بين يديه(3).

منفعة الأطفال في البكاء

اعرف يا مفضل ما للأطفال في البكاء من المنفعة. و اعلم أن في أدمغة الأطفال رطوبة، إن بقيت فيها أحدثت عليها أحداثا جلييلة و عللا عظيمة، من ذهاب البصر وغيره، و البكاء يسيل تلك الرطوبة من رؤوسهم فيعقبهم ذلك الصحة في أبدانهم و السلامة في أبصارهم. أفليس قد جاز أن يكون الطفل ينتفع بالبكاء و والداه لا يعرفان ذلك فهما دائبان(4) ليسكتانه و يتوخيان(5) في الأمور مرضاته لئلا يبكي، و هما لا يعلمان أن البكاء أصلح له و أجمل عاقبة. فهكذا يجوز أن يكون في كثير من الأشياء منافع لا

ص: 505

1- (1) بحار الأنوار ج 75 ص 337 ح 11.

2- (2) سورة البلد: الآية 4.

3- (3) بحار الأنوار ج 57 ص 369 ح 72.

4- (4) الدأب: الجد و التعب.

5- (5) التوخي: التحري و القصد.

يعرفها القائلون بالإهمال و لو عرفوا ذلك لم يقضوا علي الشيء أنه لا منفعة فيه، من أجل أنهم لا يعرفونه و لا يعلمون السبب فيه، فإن كل ما لا يعرفه المنكرون يعلمه العارفون(1) و كثيرا ما يقصر عنه علم المخلوقين محيط به علم الخالق جل قدسه و علت كلمته.

فأما ما يسيل من أفواه الأطفال من الريق، ففي ذلك خروج الرطوبة التي لو بقيت في أبدانهم لأحدثت عليهم الأمور العظيمة، كمن تراه قد غلبت عليه الرطوبة، فأخرجته إلي حد البله و الجنون و التخليط إلي غير ذلك من الأمراض المتلفة كالفالج(2) و اللقوة(3)

و ما أشبههما، فجعل الله تلك الرطوبة تسيل من أفواههم في صغرهم، لما لهم في ذلك من الصحة في كبرهم، فتفضّل علي خلقه بما جهلوه و نظر لهم بما لم يعرفوه، و لو عرفوا نعمه عليهم لشغلهم ذلك من التمادي في معصيته، فسبحانه ما أجل نعمته و اسبغها علي المستحقين و غيرهم من خلقه، تعالي عما يقول المبطلون(4) علوا كبيرا(5).

ص:506

1- (1) أي أن ذلك مما لا يقصر عن ادراكه ذو العلم و الفهم.

2- (2) الفالج: داء يحدث في أحد شقي البدن، فيبطل إحساسه و حركته.

3- (3) يقال: أبطل أي جاء بالباطل.

4- (4) يقال: أبطل أي جاء بالباطل.

5- (5) توحيد المفضل ص 16-17.

## تعريف البكاء

إن بكاء الطفل لغته الخاصة به التي يعبر بها عما في ضميره قبل أن ينطق بالحروف و هي اللغة التي يسميها الفلاسفة (لغة الطبيعة) إذ هي لغة إشارات و علامات طبيعية لا يفهمها إلا من لاحظها و اعتنى بمواقع الإشارات منها.

أما بكاؤه عند ما يسقط علي الأرض في ولادته، فسببه الطبي هو أن الهواء الخارجي الذي يلاقه عند مجابهة الحياة الخارجية ساعة ولادته إذا ما دخل في مسالك الرئتين الضيقه لا بد و أن يؤلم فيبكي الطفل لذلك الألم. أما بعد ذلك فإنه لا يبكي إلا عن سبب معلوم كما سنذكر الأسباب ذيلًا.

وقال بعض الفلاسفة أو المتفلسفة: إن بكاءه عند خروجه هو تحيته لوالدته و شكره لله تعالى الذي أخرجه من الظلمات إلي النور، إذا فهذا البكاء هو بكاء سرور و فرح بالحياة الجديدة. و لكن البعض الآخر يقول: إنه بكاء حزن علي فراق راحته الوادعة في الرحم، و إقباله علي دنيا المتاعب و المصائب و المآثم و علي كل حال، فإن بكاء الطفل كلما كان شديدا و كان صافيا لا ترافقه خنة و لا بحة كان دليل الصحة. كما أنه كلما كان ضعيفا أو مختلف الرنة و الصوت فهو دليل انحرافها.

## تنوع البكاء عند الطفل

و ينقسم البكاء عند الطفل إلي أقسام، و كل قسم منها يدل علي غرض من أغراضه.

1 - البكاء عن الجوع: و علامته أن يكون صياحا عاليا، و أن يضع الطفل أصبعه في فمه، و أن ينتهي بسرعة عند ما يلتقم الثدي أو الزجاجة، و قد ترافقه نغمة تدل علي القلق.

2 - البكاء عن العطش: و علامته السكوت عند وصول الماء إليه.

3 - البكاء عن المغص: و علامته شدة الصياح، و ثني الفخذين علي البطن و ربما صحبه قيء و إسهال، أو إمساك، أو انتفاخ في البطن.

4 - البكاء عن البرد: و علامته استمرار البكاء مع المسكنة، ثم الوقوف فجأة عند حصول الدفء.

5 - البكاء عن القلق: و هذا يحصل عن أمور كثيرة، منها عدم انتظام ملابسه و اختلال نظامها و وضعها، أو اختلاف قماطه، أو وجود قمل علي جلده أو غيرها من الأجسام الخارجية مما يزيل

راحته، و علامته استمرار البكاء مع الإصرار عليه حتي يفتش أو تغير ملبسه وقماطه.

6 - البكاء عن النعاس: و علامته أن يكون مع فرك عينيه و السكوت إذا اضطجع.

7 - البكاء عن ألم أو مرض: و علامته إذا كان مع امتناعه عن وضع حلمة الثدي أو الزجاجة في فمه فهو عن التهاب أو وجع في الفم أو الحلق، و إذا كان مع عبوس الوجه أثناء سعال له، فهو دليل وجع الصدر و إذا كان البكاء عند التبرز أو قبله، فهو لوجع في البطن. و إذا كان مع بحّة في الصوت، فهو لوجع في الحنجرة، و إذا كان قبل البول أو بعده، فهو عن ألم في بوله أو مجاريه. و إذا كان صوت البكاء ضعيفا مع أنين خفيف دل علي ألم شديد داخلي كالالتهاب الرئوي و أمثاله، إلي غيرها من الأسباب الكثيرة التي يدل البكاء عليها و التي تعرفها الأم و المريبة لمراقبتها لأوضاعه و حالاته و التفاتها إليه.

### فوائد البكاء عند الطفل

أما فوائد البكاء للطفل، مضافا إلي ما عرفته من أنه لغته الطبيعية الخاصة به فهي كثيرة نذكر منها أربعة فقط و هي المهمة في الموضوع.

1 - إن في أعلي كل عين، أي تحت الجفن الفوقاني غدة مخصوصة يترشح منها الدمع في العين و بواسطة رمش الأجفان ينتشر هذا الدمع في أطرافها لغسلها و ترطيبها و إزالة الغبار الداخل إليها من الهواء الخارجي، فإذا كثر هذا الدمع و زاد علي حاجة العين، خرج من ثقب المآق في طرق العين السفلي الداخلي المجاور للأنف ليدفع في نفس الأنف و هو بدوره يدفعه إلي الخارج بصورة (مخاط) و بهذا العمل أيضا يطهر الأنف من الغبار و الجراثيم. و هذه العملية تكون بالبكاء و التنفس الشديد و الصراخ العاصر لتلك الغدة الدمعية.

2 - إن الصراخ أحيانا يكون لإدخال الهواء المستنشق إلي رئتي الطفل بقوة لغرض تعويد الرئتين علي التنفس أي جذب النسيم و أخذ الأكسجين ثم دفع الكربون بواسطة الشهيق و الزفير.

3 - تقوية الجهاز التنفسي و جهاز الدورة الدموية فيه بهذا البكاء.

4 - ما ذكره الإمام (ع) من أن في أدمغة الأطفال رطوبة كثيرة، إن بقيت أحدثت عليهم أحداثا جليلة و عللا عظيمة، من ذهاب البصر، و استرخاء الأعضاء و الأعصاب بواسطة استرخاء الدماغ و حدوث البله و البلادة في الطفل، إلي غيرها من الأعراض و لكن البكاء يسيل تلك الرطوبة من أدمغتهم. فيعقبهم نعمة الصحة في أبدانهم و السلامة في أبصارهم و بصائرهم. و توضيح ذلك أن

الطفل ما دام في الرحم فهو يعيش في وسط غددير من الماء داخل المشيمة و هو (السائل الأمينوسي) وذلك لما تقدم من اعتدال الحرارة عليه، و من صد الصدمات و الإزعاجات الخارجية عنه و بديهى أنه إذا كان يعيش في مثل هذا الغدير، فلا بد و أن يخرج رطب الأعضاء لين الجوانب و لكنه سوف يقوي أديمه بالتدرج و تجف أعضاؤه بواسطة ملاقاته الهواء و تغيير غذائه إلي أثنى من غذائه الرحي، و حيث إن الدماغ خلق جسما سنجابيا رخوارطبا، فهو بالضرورة يكون مليئا بالرطوبات الرحيمة.

لذلك لا يمكن تجفيفه بسرعة كسائر الأعضاء الأخرى، لأنه مع ذلك فهو مخفي وسط صندوق عظمي متين، و محاط بثلاثة أغشية سميكة صلبة أعني أم الخافية و العنكبوتية و أم الدماغ. إذا فلا- طريق لتجفيف رطوباته إلا بالترشيح إلي الخارج، و هذا لا يكون إلا عن طريق العينين، لقربهما منه و لاتصال أعصابهما و بعض القنوات به. و معلوم أن أقوى و أحسن محرك لجريان تلك الرطوبات منه إليها هو البكاء العاصر للغدد الدمعية الجاذبة لتلك الرطوبات إليها فإذا استمر البكاء استمر الترشيح و إذا استمر الترشيح جف الدماغ إلي الحد المقصود المطلوب و هذا من أكبر الفوائد الناتجة عن البكاء. ثم إن الدماغ لما كان مصدر الحس و الحركة منبعا للأعصاب جميعها. كان ارتخاؤه بالرطوبات سببا لارتخاء كل الأعضاء و لا سيما أعصاب العين الرقيقات و القريات من نفس جرم الدماغ، و إذا ارتخت هذه الأعصاب فمعناه أنها لا تبصر تماما. و هذا هو مراده عليه السلام بقوله: إن بقيت أحدثت أحداثا جلية و عللا عظيمة من ذهاب البصر و غيره - و المقصود من غيره هو رخاوة الأعضاء و الفالج و الشلل و البله و الجنون و تشويه الخلقة و أمثالها أما إذا ترشحت رطوبات الدماغ و جف قوي، و بقوته تقوي الأعصاب، و بذلك يأمن الطفل من تلك الأحداث و الأمراض البدنية و العقلية.

و من الجائر أن لا يعرف الأبوان هذه المنفعة العظيمة و الحكمة البالغة في بكاء طفلها فيشفقان عليه بإسكاته. و يعملان كل حيلة لمنع بكائه جهلا منهما لتلك العقبة.

و هكذا تجد الخلقة كلها حكما و مصالح لصدورها عن خالق حكيم، و كل أوضاعها متقنة لا يشوبها خلل و لا إهمال لأن صانعها عالم، لا تري فيها عوجا و لا أمتا، لأن مبدعها مدبر خبير. أما جهل الجاهلين و عمى الملحدين المهملين فلا ينفي و لا ينافي تلك الحكمة التي لو عرفها المهملون و أدركها الطبيعيون و الماديون، لما قضوا علي المخلوق أنه لا منفعة فيه و لو لم يجهلوا لم ينكروا حتي خفي عليهم السبب فأهملوا، و لو نظروا بعين البصيرة و تجردوا عن العناد و التعنت لأدركوا أن العلماء و ذوي البصائر ليعلمون كلما جهله المنكرون، و يقرون بكلما أنكره الجاهلون، علي أن كثيرا من الحكم الخفية عن العقول البشرية، و المصالح المستورة عن المخلوق. قد أحاط بها علم الخالق الحكيم تعالي و لم يطلع عليها أحدا من عباده لقصر عقولهم عن إدراكها و محدودية أفهامهم عن

الوصول إليها. فسبحانه من عليم حكيم لطيف خبير.

## تعريف الريق

الريق سائل مائي تفرزه الغدد اللعابية التي في الفم، لغاية ترطيب الفم و اللسان و لتندية الكتلة الغذائية و تليين الطعام، ليصير مضغاً سهلاً ابتلاعها و ازديادها في المريء إلى المعدة. ثم لتحويل المواد النشوية الموجودة في الغذاء إلى مواد سكرية بسبب ما فيه من الخميرة المسماة (بتيالين) و أخيراً لقتل كل ميكروب يهجم على الفم.

و هذه الغدد المفترزة لذلك السائل، مركبة من حبيبات مجتمعة و منضمة بعضها إلى بعض بحيث يتكون منها فصيصات غير منتظمة، ضاربة إلى اللون السنجابي، صلبة النسج، شديد المقاومة، و هي ثلاثة (1) الغدة النكفية (2) الغدة تحت الفك (3) الغدة تحت اللسان.

أما الغدة النكفية: فهي الموجودة في الحفرة النكفية أسفل الأذن الظاهرة إلى جانب الوجه و هي أكبر الغدد الثلاث، و يمتد جزء منها إلى الأمام، فتخرج منه قناة تسمى (القناة النكفية) و طولها نحو قيراطين و نصف و فيها فتحة صغيرة مقابل الضرس الكبير الثاني و منها الرشيق.

أما الغدة تحت الفك: فحجمها حجم اللوزة، واقعة في مثلث تحت الفك الأسفل و لها قناة طولها قيراطان، و فيها فتحة صغيرة ضيقة على رأس حلمة صغيرة بجانب قيد اللسان، و منها يرشح اللعاب.

أما الغدة تحت اللسان، و هي أصغر الغدد اللعابية، فمحلها تحت الغشاء المخاطي بجانب قيد اللسان أيضاً، و لها قنوات كثيرة من ثمان إلى عشرين قناة شعرية، كلها تصب في عرق يتكون من بروز الغدة.

و هذه الغدد الثلاث كلها تفرز اللعاب في فراغ الفم بواسطة مجاريها الرقيقة ليكون الفم على الدوام رطباً، و اللسان طرياً ليتمكن من أداء وظيفته و هي النطق و المضغ و التنفس.

أما منبع هذا الرشيق و منشأ هذا السائل في الغدد، فهو الدم لا غير، أعني مائته فإن الدم الذي يرسله القلب في العروق لتغذية الأعضاء، لا بد و أن يختلط معه مقدار من الماء المشروب لترقيقه و بدرقته ليدخل في المسالك الضيقة، فهو إذاً غذي العضو، استغني عن ذلك الماء، فيدفعه إلى الغدد المفترزة في جميع أطراف البدن فبعضه ينزل إلى الكلي و المثانة ليكون بولاً، و بعضه إلى الجلد ليكون عرقاً و بعضه إلى الغدد ليكون رشيقاً و لعاباً، و من لطف الحكيم المبدع أن قدر هذا اللعاب المترشح

علي قدر الحاجة لا ناقصا قليلا فيحدث في الفم و الحلقوم و سائر المجاري جفافا أو التهابا، و لا زائدا فيحدث بعض الأمراض الرطوية.

و هذه مقدمة ذكرناها، لنعرف أن الطفل لما كان رطب الأعضاء لين الأطراف عند ولادته. لزم أن يكون غذاؤه مناسباً لأعضائه رقيقاً في قوامه بزيادة مائيته، فإذا تغذي الطفل، وحب فصل تلك المائية فتذهب إلي الغدد لتخرجها إلي الخارج فتراه يبول كثيراً و يسيل من فمه ريق كثير مستمر و إذا لم تسلب هذه المائية التي سماها الإمام (ع) «بالرطوبة» و بقيت في البدن، رجعت إلي نفس الدم و اختلطت معه أو أنها تبقي في العضو مختلطة مع غذائه، و إذا استمر ذلك استرخي العضو. و هذا بلا ريب يحدث في بدن الطفل أمراضاً عظيمة و أحداثاً جسيمة لا يستهان بها مثل البله و الجنون و التخليط و مثل الفالج الذي يبطل فيه الحس و الحركة و مثل اللقوة التي يعوج فيها الشق إلي أحد جانبي العنق و أمثالها. لكنها إذا سالت جفت الأعضاء و أخذ البدن بالنمو المطرد و اكتسب القوة و النشاط.

و لأجل هذه المصالح للإنسان، اقتضت الحكمة الإلهية سيلان الريق من فم الأطفال في صغرهم لكسب الصحة و القوة في كبرهم. فتأمل مفكراً، و انظر معتبراً كيف تطف الصانع علي خلقه بما جهلوه من مصالح أنفسهم، و كيف نظر إليهم نظر رافة و رحمة فتفضل عليهم بمنح ما لم يعرفوه.

فما أجهل هؤلاء العاصين الغافلين، و ما أعق المذنبين المعاندين، و ما أتعس حظ المتمادين في طغيانهم و عتوهم. فلعمري لو كانوا عرفوا ما أنعم الله تعالي به عليهم لشغلهم ذلك عن التماذي في معصيته. و لو أدركوا بعض نعمه و آلائه التي أسبغها علي المستحقين و غير المستحقين من عبادة لما مالوا إلي نسبة خلقه إلي المحال و الإهمال و لما أبطلوا حكمته في خلقته، و إبداعه في صنعته.

فتعالي الله عن ذلك علواً كبيراً.



انظر الآن يا مفضل كيف جعلت آلات الجماع في الذكر والأنثي جميعا علي ما يشاكل ذلك عليه، فجعل للذكر آلة ناشرة تمتد حتي تصل النطفة(1) إلي الرحم، إذ كان محتاجا إلي أن يقذف ماءه في غيره، و خلق للأنثي وعاء قعرا(2) ليشتمل علي المائين جميعا. و يحتمل الولد و يتسع له و يصونه حتي يستحكم، أليس ذلك من تدبير حكيم لطيف سبحانه و تعالي عما يشركون(3)؟!

ص:512

---

1- (1) النطفة: ماء الرجل أو المرأة، و الجمع نطاف و نطف.

2- (2) قعرا: القعر من كل شيء: عمقه و نهاية أسفله.

3- (3) توحيد المفضل ص 17-18.

يتكون الجهاز التناسلي للذكر من مصنع للنطف و من مجموعة من الأنابيب الدقيقة الملتفة التي توصل هذه النطف عبر سائل المنى إلي الإحليل (القضيب) و الإحليل عضو انتصابي بانصباب الدم فيه حتي يمكن إيلاجه في الفرج وقذف هذه النطف بالقرب من عنق الرحم في المرأة.

### 1 - الخصية (مصنع النطف): Testis

الخصية هي الغدة التناسلية للذكر و هي المسؤولة عن صنع النطف (الحيوانات المنوية) كما أنها مسؤولة عن إفراز هرمونات الذكورة التي تميز الرجل عن المرأة. و توجد خصيتان علي كل جانب واحدة و هما محاطتان بكيس أو جراب هو كيس الصفن خارج الجسم.

و الحكمة في وجود الخصية خارج الجسم هي أن حرارة الجسم العالية (37 درجة مئوية) لا تسمح بتوالد النطف. بينما وجود الخصية خارج الجسم في درجة حرارة أقل (35 درجة مئوية) تساعد علي توالد النطف.

و الخصية تنشأ أول ما تنشأ في جنين الإنسان بالقرب من موضع الكلي بين الصلب (العمود الفقري) و الترائب (الأضلاع).. ثم تنزل الخصية تدريجياً أثناء الحمل.. و تبلغ إلي الحوض في الشهر الثالث.. ثم تنزل بعد ذلك إلي خارج البدن في الشهر التاسع من الحمل.

### 2 - البربخ: Epididymis

البربخ: لفظة تعني قناة من خزف تحمل الماء.. و هذا بالضبط هو وظيفة البربخ و هي نقل النطفة مع السائل الذي تسبح فيه من القنيات المنوية إلي الحبل المنوي.. يقع البربخ أعلي الخصية من الخلف.. طوله ستة أمتار و مع هذا فإنه يلتف حول نفسه حتي إن طوله الظاهري لا يزيد عن ستة سنتيمترات...

تتجمع الحيوانات المنوية (النطف) في البربخ بمئات الملايين ثم تندفع بعد ذلك سابحة في تيار مائي مكون من إفرازات القنوات المنوية و البربخ.. و يكتمل نمو الحيوانات المنوية هاهنا.. ثم تندفع في الحبل المنوي حتي تلتقي قناة الحويصلة المنوية بالقناة الناقلة للمني (الحبل المنوي) لتكوّنوا معا القناة القاذفة للمني.

### 3 - الحويصلة المنوية: Seminal Vesicle

هي قناة متعرجة و تقع خلف المثانة.. وإفرازها له أهمية خاصة في تغذية الحيوانات المنوية.

### 4 - البروستاتا: (الموثة): Prostate

هي غدة تقع أسفل المثانة.. وإفرازها له أهمية في تشييط الحيوانات المنوية..

المني: مكون من:

1 - النطف التي تتولد في القنوات المنوية في الخصية.

2 - سائل يتجمع من إفراز البربخ و الحويصلة المنوية و غدة البروستاتا و غدد صغيرة حول مجري البول تدعي غدد كوبر علي اسم مكتشفها.

### 5 - القضيب: Penis

و هو الجزء التناسلي البارز في الذكر و هو عضو انتصابي نتيجة انصباب الدماء فيه. و بواسطته تنتقل الحيوانات المنوية من الرجل إلي مهبل المرأة و تصب عادة بالقرب من عنق الرحم.. و من ثم تصعد الحيوانات المنوية حثيثا إلي الرحم و منه إلي قناة الرحم بحثا عن البويضة ليتم تلقيحها بأحد الحيوانات المنوية التي تختاره يد القدرة الإلهية.

و تقع علي حشفة القضيب طبقة تغطي الحشفة جزئيا و تدعي «الغلفة» أو «القلفة».. و هي التي تزال في الختان.. و يسمي غير المختون أغلف أو أقلق أو أغرل...

### 2 - الجهاز التناسلي للمرأة

#### إشارة

يتكون الجهاز التناسلي للمرأة من أعضاء تناسلية ظاهرة و أعضاء تناسلية باطنة أما الأعضاء الظاهرة فتشمل: فتحة الفرج و علي حافتيه الشفران الصغيران و الشفران الكبيران و تقع فتحة الفرج في الدهليز.. و يقع أمام فتحة الفرج صماخ قناة مجري البول.. و عند التقاء الشفرين الصغيرين من أمام يقع البظر.. أما التقاء الشفرين الكبيرين من أمام فيكون جبل الزهرة.

#### و الأعضاء التناسلية الباطنة هي:

1 - المبيضان OVARIES : و يوجد مبيض علي كل جانب في الحوض الحقيقي للمرأة. و هما

يقابلان الخصيتين (الأثنتين) عند الرجل.

2- الرحم UTERUS : ويقع في وسط الحوض.. ولا يقابله عند الرجل إلا أثر مندثر في شكوة البروستاتا.

3- قناتا الرحم UTERINE DUCT : وتوجد قناة رحمية علي كل جانب من جوانب الرحم أي أن هناك قناتين رحميتين: واحدة من كل جانب و تنتفخ نهاية القناة لتكون البوق أو النفير الذي له مجموعة من الأهداب المحيطة بالمبيض.

4- المهبل VAGINA : وهو شق ضيق يصل ما بين فتحة الفرج من أسفل و عنق الرحم من أعلي.

ولنأخذ بعد هذا بشيء من التفصيل:

1- المبيض: هناك مبيضان علي كل جانب واحد.. ويقع في الحفرة المبيضية من الحوض و هو مصنع البويضات أو النطف المؤنثة.. و هو يقابل الخصية لدي الرجل.. وشكله مثل اللوزة و طوله نحو ثلاثة سنتيمترات و عرضه نصف طوله.. و سمكه نصف عرضه.. و يمسك بالمبيض في مكانه مجموعة من الأربطة مثل الرباط المبيضي الرحمي الذي يربط ما بين المبيض وزاوية الرحم العليا، و منها الرباط الحامل للمبيض و هو متصل بالرباط العريض للرحم.. و منها مساريقا المبيض(1) و بواسطته تدخل الأوعية الدموية و اللمفاوية و الأعصاب من و إلي المبيض.

و يغذي كل مبيض شريان من الأورطي البطني و مخرجه أسفل الشريان الكلوي مباشرة في أعلي المنطقة القطنية أي من بين الصلب و الترائب.. كما أن الأوردة الخارجة من المبيض تذهب إلي نفس المنطقة... الوريد الأيمن إلي الوريد الأجوف السفلي أما الوريد الأيسر فيصب في الوريد الكلوي الأيسر، و أعصاب المبيض كذلك تأتي من الضفيرة الكلوي و الضفيرة التي حول الأورطي البطني..

كما أن المبيض يبعث بإشارات و اخباره إلي الجهاز العصبي عبر العصب الظهري العاشر.

من كل هذا يتضح بكل جلاء أن منشأ المبيض و تغذيته و ترويته إنما تأتي من بين الصلب و الترائب.. تماما كما هو الحال بالنسبة للخصية.. و سنشرح ذلك عند تعرضنا لتفسير قوله تعالى:

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ. خُلِقَ مِنْ مَّاءٍ دَافِقٍ يُخْرُجُ مِنْ بَيْنِ الصُّلْبِ وَ التَّرَائِبِ (2).

ص: 515

1- (1) المساريقا هي ما يدعي بالإنجليزية MESENTRY و هي عبارة عن طبقتين من البريتون تغطيان سطح المبيض إلا من جانب واحد فقط حيث تدخل منه الأوعية الدموية و اللمفاوية و الأعصاب و الأمعاء كذلك مساريقا خاصة بها.

2- (2) الطارق 5-7.

و يتكون المبيض من محفظة متينة تحيط به من كل جانب ما عدا فرجته التي تدخل و تخرج منها الأعصاب و الأوعية الدموية و اللمفاوية المغذية للمبيض.. و بداخل هذه المحفظة نسيج ليفي غني بأوعيته الدموية يعرف بسداة المبيض. أما لحمته فمكونة من أجسام كروية مختلفة الأحجام متفاوتة في درجة نموها.. و تعرف هذه الأجسام الكروية الشكل بالحويصلات المبيضية.. أو حويصلات جراف نسبة إلي الطبيب الذي اكتشفها.. و تحتوي كل حويصلة علي بويضة واحدة.. و يبلغ تعدادها في الجنين أربعمئة ألف أو تزيد.. و لكن الآلاف منها تضمر و تموت في فترة النمو حتي إذا بلغت المرأة المحيض لم يبق منها إلا بضعة آلاف فقط.. ينمو منها حويصلة واحدة كل شهر طوال حياة المرأة التناسلية. فتخرج بويضة مرة في الشهر.. فلا تزيد مجموع البويضات التي يفرزها المبيض في حياة المرأة عن أربعمئة بويضة.. و قد تقل عن ذلك..

و سنتحدث عن البويضة بالتفصيل عند حديثنا عن نطفة المرأة و مائها..

2- الرحم: إن الرحم هو القرار المكين الذي تنمو فيه النطفة الأمشاج و تعلق فيه حتي تصير علقة فمضعة فعظاما.. فلحما يكسو العظام.. ثم ينشئه الله خلقا آخر حتي يخرج الله طفلا كامل الخلقة سوي التكوين..

و سنفرد لهذا القرار المكين فصلا خاصا به فيما بعد إن شاء الله و نتحدث فيه عن الأربطة و العظام التي تحرسه و تمسك به و تجعله كما وصفه الله تعالي بالقرار المكين حيث قال: **أَلَمْ نَخْلُقْكُمْ مِنْ مَاءٍ مَهِينٍ. فَجَعَلْنَاهُ فِي قَرَارٍ مَكِينٍ. إِلَى قَدَرٍ مَعْلُومٍ. فَقَدَرْنَا فَنِعْمَ الْقَادِرُونَ (1)**. و في قوله سبحانه و تعالي **لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ. ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ (2)**...

و سنتحدث هنا عن أهمية الرحم البالغة التي أولها الإسلام أهمية لا تدانيها أهمية أي عضو آخر سوي المخ حيث ينتهي إليه الفكر و الروية و القلب حيث تنبعث منه الدورة الدموية.

فقد ورد ذكر الرحم في القرآن الكريم في مواقع متعددة.

و الرحم موضوع في وسط حوض المرأة يكون محميا و مصونا من كل أذي.. و لا يقابله في الرجل سوي أثر مندثر في شكوة البروستاتا.

و الرحم عضو عضلي أجوف ذو جدار ثخين و متين.. و هو كمثري الشكل و يبلغ طوله 3

ص:516

1- (1) المرسلات 20-23.

2- (2) المؤمنون 12-13.

بوصات و عرضه بوصتين و سمكه بوصة واحدة في الأنثي البالغة.. فإذا حملت المرأة فإن الرحم ينمو و يكبر حتي يملأ البطن من القصد إلي العانة.. أما حجم تجويف الرحم في الأنثي البالغة فلا يزيد عن ميليلترين أما في نهاية الحمل فإن حجم الرحم يتسع لسبعة آلاف ميليلتر أي أن حجمه يتضاعف أكثر من ثلاثة آلاف مرة. و وزن الرحم في غير أوقات الحمل لا يزيد عن خمسين جراما فإذا كان في نهاية الحمل فإن وزن الرحم ذاته يبلغ ألف جرام أو تزيد.. أما محتوياته فتزن خمسة آلاف جرام.. أي أن وزنه بمحتوياته يزيد أكثر من مائة مرة.

و الرحم هو العضو الوحيد في جسم الإنسان الذي له هذه القابلية للتغير السريع من حال إلي حال.. و هو بذلك أسرع نمو يعرفه جسم الإنسان.. حتي أخطر السرطانات لا تنمو بمثل سرعة نمو الرحم و ما يحمله في طياته.. و مع ذلك فشتان ما بين النمو السرطاني الخبيث و نمو الرحم الحميد العاقبة المأمون الغائلة.. فذاك يؤدي إلي الموت و الهلاك و هذا يؤدي إلي النماء و البقاء..

تركيب الرحم: يتكون الرحم من جسم و عنق و كلاهما مكون من طبقات ثلاث:

أولها من الخارج: طبقة البريتون التي تغطي جسم الرحم و شيئا من عنقه من الخلف.

و ثانيها الطبقة العضلية: و هي عضلات سميكة غير إرادية و تشمل في ذاتها ثلاث طبقات من الألياف و هي:

أ - الطبقة السطحية: و أكثر أليافها طولية.

ب - الطبقة المتوسطة: و أليافها مختلفة الاتجاهات و بعضها علي شكل 8 (ثمانية بالانجليزي).

ج - الطبقة الداخلية: و معظم أليافها دائرية و تتركز حول عنق الرحم لتكون عاصرة للعنق.

و للعضلات وظائف عديدة أهمها حماية غشاء الرحم الذي تنغرز فيه البويضة الملقحة لتصبح جنينا كما أن وظيفة العضلات قفل الأوعية الدموية العديدة عند الطمث و عقب الولادة.. و لولا ذلك لنزفت الوالدة حتي الموت.

و ثالث طبقات الرحم: هي الطبقة المخاطية.. و هي الغشاء المبطن للرحم.. و غشاء الرحم هو الفراش الوثير للنظفة الأمشاج التي تعلق به.. و عن طريقة تتغذي و تنمو.. و هذا الغشاء مكون من طبقات تتخللها الأوعية الدموية الكثيرة.. و الغدد الرحمية العديدة.. و تقع هذه الطبقة بالذات تحت تأثير الهرمونات و لها دورة شهرية كاملة تبدأ من سن البلوغ و تنتهي في سن اليأس.. و سنتحدث عن هذه الدورة بشيء من التفصيل عند الحديث عن الطمث (المحيض) في فصل مستقل بإذن الله...

كما سنتحدث عنه إن شاء الله عند الكلام عن قوله تعالى: اللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَحْمِلُ كُلُّ أُنْثَىٰ وَمَا تَغِيصُ الْأَرْحَامُ وَمَا تَزْدَادُ وَكُلُّ شَيْءٍ عِنْدَهُ بِمِقْدَارٍ (1) فترجئ التفصيل إلي حينه و نكتفي هنا بهذه اللمحة الموجزة.

3 - قناة الرحم: وتوجد للرحم قناتان علي كل جانب واحدة.. وتنتهي القناة بانتفاخ يعرف باسم البوق الذي يحيط بالمبيض بمجموعة من الأهداب.. فإذا أفرز المبيض البويضة تلقفتها أهداب البوق وحملتها حملا رقيقا ودفعتها مجموعة من الشعيرات الدقيقة المبطننة لغشائه حتي تصل إلي الثلث الأخير منه.. وهناك تبقي البويضة حتي تأتيها الحيوانات المنوية في رحلتها الطويلة المحفوفة بالمخاطر فإذا ما نجح حيوان منوي في تلقيح البويضة.. وأصبحت البويضة ملقحة «المنطفة الأمشاج» أي المختلطة من ماء الرجل و ماء المرأة.. عندئذ تبدأ هذه البويضة المخصبة في الانقسام حتي تصير مثل الكرة.. و تسير في قناة الرحم تدفعها شعيرات دقيقة في غشاء قناة الرحم حتي تصل إلي الرحم في ستة أيام.. فإذا ما وصلت إلي الرحم فقد أدت قناة الرحم واجبها وأسلمت أمانتها إلي الرحم..

و هناك يستقبل الرحم البويضة الملقحة بعد أن مهد لها الفرش و البطائن.. و تنغرز فيه و تعلق بجداره.. و تحاط بالدم الغليظ من كل جهة من جهاتها فهي عالقة بجدار الرحم،.. و هي محاطة بالدم الغليظ من كل جهة.. و بما أن العلقة لا تكاد تبين.. و لا يظهر منها إلا هذا الدم الغليظ فقد أجمع المفسرون القدامي علي أن العلقة هي دم غليظ.. و أصابوا من جهة و أخطأوا من أخرى..

فهي محاطة بالدم الغليظ و لكنها ليست هي ذاتها الدم الغليظ.

و تدعي قناة الرحم أيضا القناة الميضية كما تدعي قناة فالوب نسبة إلي الطبيب الذي وصفها أول مرة.

المهبل: هو شق ضيق يصل ما بين فتحة الفرج من أسفل و عنق الرحم من أعلي و جداره الأمامي أقصر من جداره الخلفي إذ طول الجدار الأمامي سبعة سنتيمترات بينما طول الجدار الخلفي تسعة سنتيمترات.. و بما أن جدار المهبل مكون من عضلات انتصابية فإن الجدارين يكونان ملتصقين إلا- عند الجماع أو الولادة.. و يظل عنق الرحم في أعلي المهبل.. و يحاذي المهبل من أمام قناة مجري البول و أسفل المثانة.. أما من خلف فيوجد المستقيم و القناة الشرجية.. و من الملاحظ أن قناة مجري البول في الأنثي مستقلة عن الجهاز التناسلي فهي منفصلة عنه.. و لها فتحة (صماخ) في أعلي الفرج من أمام لا تكاد تبين لفرط صغرها.. أما في الذكر فإن قناة مجري البول تمر في الإحليل (القضيب) حتي تنتهي إلي الفتحة (الصماخ) علي حشفة القضيب.

ص: 518

أما الأعضاء الظاهرة فتشمل الفرج و هو فتحة المهبل و يغطيه غشاء البكارة قبل الزواج..

و يتميز الغشاء بعد الجماع. و من النادر أن يكون الغشاء مرنا فيبقي حتي بعد الجماع.. و لا يتمزق إلا عند الولادة.. و للغشاء أشكال مختلفة أغلبها هلالى الشكل و به فتحة تسمح بنزول الدم من الرحم إلي الخارج من وقت البلوغ إلي سن اليأس.. حتي و إن بقيت المرأة عانساً طوال حياتها.

و في بعض الأحيان يكون غشاء البكارة سميكاً مصمتاً (أي لا توجد به فتحات) فيتعذر نزول دم الحيض.. و يصاحب ذلك آلام شديدة.. و يتضخم الرحم نتيجة احتباس دم الحيض فيه.. و لا يمكن إزالة ذلك إلا بعملية شق الغشاء حتي يخرج الدم المحتبس في الرحم و المهبل (ربما اشتبهت هذه الحالة بالحمل.. و لكن صاحبة هذه العاهة لم ينزل منها دم الحيض قط).

و يحيط بالفرج الدهليز و توجد فتحة (صماخ) قناة مجرى البول فوق فتحة الفرج.. و علي جانبي الدهليز الشفران الصغيران و الكبيران.. و يقع البظر عند التقاء الشفرين الصغيرين فوق فتحة قناة مجرى البول.. و البظر كما أسلفنا عضو انتصابي صغير يقابل القضيب عند الرجل.. و تغطيه غلفة تماماً كما تغطي حشفة القضيب غلفة (و يقال لها قلفة أيضاً) و البظر حساس جداً للمس كالحشفة تماماً و هو مما يزيد الغلظة و الشبق.. و لذا جاء في الحديث الخفض منه قليلاً و في نفس الوقت علي الخاتنة أن تشم و ترفع و لا تنهك فإن ذلك أحظي للمرأة عند زوجها.. و قد تقدم حديث الرسول (ص) لأم عطية حيث قال: «إذا خنتت فلا تنهكي فإن ذلك أحظي للمرأة و أحب لبعله».

و أدعي ألا تصاب بالبرود الجنسي.

كما أن الأخذ منه أدعي لتقليل الغلظة و الشبق و دواعي الزنا.. و خاصة إذا لم يقدر للمرأة أن تتزوج.. أو تأيمت بعد زواج بموت أو طلاق.

و ينتشر الشعر الكثيف فوق العانة.. و ظهوره أحد علامات البلوغ في كلا الذكر و الأنثى.. و إن كان يختلف في طريقة التوزيع، و يقع جبل الزهرة (1) (و هو كمية من الدهن متجمعة) فوق العانة..

ص:519

1- (1) و قد ارتبطت الزهرة من قديم الأزمان بالجنس.. فالزهرة «فينوس» هي آلهة الجمال و الأنوثة عند الإغريق.. و أخطر أمراض الزنا يدعي الزهري نسبة إلي الزهرة.. فالزهرة مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالعلاقات الجنسية منذ قديم الزمان.. و اليوم يقوم العلماء بإهباط مركباتهم الفضائية علي كوكب الزهرة فقد وصل الروس إلي ذلك و قد وصلت أول مركبة فضاء أمريكية إلي كوكب الزهرة بعد أن وصلت في العام الذي قبله إلي المريخ.. و تبددت صورة الزهرة الجميلة و لم يبق إلا صخور كأداء تتحطم عليها المركبات الفضائية.. و غاية ما يأمله العلماء في الأرض أن تتمكن المركبات من إرسال صورها قبل أن تصطدم بتلك الصخور الجلمد الصم..



عن أبي بصير، قال: سألت أبا عبد الله عليه السلام فقلت له: إنَّ الرجل ربما أشبه أخواله وربما أشبه عمومته. فقال: إنَّ نطفة الرجل بيضاء غليظة و نطفة المرأة صفراء رقيقة، فإن غلبت نطفة الرجل نطفة المرأة أشبه الرجل أباه و عمومته، وإن غلبت نطفة المرأة نطفة الرجل أشبه الرجل أخواله(1).

عن عبد الله بن سنان، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: قلت له: المولود يشبه أباه و عمّه. قال: إذا سبق ماء الرجل ماء المرأة فالولد يشبه أباه و عمّه، وإذا سبق ماء المرأة ماء الرجل يشبه الولد أّمّه و خاله(2).

ص:520

---

1- (1) بحار الأنوار ج 57 ص 338 ح 16.

2- (2) بحار الأنوار ج 57 ص 338-339 ح 17.

من الذي سيحدد نوع الجنين و جنسه ذكرا أم أنثي؟ سؤال قديم اختلفت الإجابات حوله..

و جاء القرآن الكريم بفصل الخطاب و لا غرابة فإن الذي خلق أعلم بخلقه ألا يعلم من خلق و هو اللطيف الخبير فإذا تحدث المولي عن ذلك فهو حديث اللطيف الخبير العليم بكل شيء.. و الذي أحاط علمه بكل صغيرة و كبيرة و كل رطب و يابس و كل ذرة و كل حركة و سكون.. و كل همسة و نأمة.. و كل خاطرة و فكرة يعلم خائنة الأعين و ما تخفي الصدور .

يقول المولي عز و جل في سورة القيامة:

أَيَحْسَبُ الْإِنْسَانُ أَنْ يُتْرَكَ سُدًى. أَلَمْ يَكُ نُطْفَةً مِنْ مَنِيٍّ يُمْنِي ثُمَّ كَانَ عَلَقَةً فَخَلَقَ فَسَوَّى فَجَعَلَ مِنْهُ (أَي الْمَنِي) الذَّكَرَ وَ الْأُنثَى. أَلَيْسَ ذَلِكَ بِقَادِرٍ عَلَيَّ أَنْ يُحْيِيَ الْمَوْتَى (1).

و يكون الجواب الوحيد علي هذا السؤال بلي إنه علي كل شيء قدير .

كما يقول تعالي في سورة النجم: وَ أَنَّهُ خَلَقَ الذَّكَرَ وَ الْأُنثَى مِنْ نُطْفَةٍ إِذَا تُمْنَى (2).

و النطفة التي تمنى هي نطفة الرجل.. هي الحيوان المنوي كما نسميه اليوم باصطلاح العلم الحديث.

وقد رأينا فيما سبق كيف أن كل خلية في جسم الإنسان تحتوي علي ثلاثة و عشرين زوجا من الجسيمات الملونة. و إن منها زوجا واحدا هو المسؤول عن صفة الشخص و جنسه: ذكر أم أنثي.

كل خلية من خلايا الجسم تنبئك بذلك.. فخلايا الرجل تحتوي علي الجسيمات الملونة XY

بينما خلايا المرأة تحتوي علي الجسيمات الملونة XX فإذا انقسمت خلايا الخصية انقساما اختزاليا فإن ناتج هذا الانقسام هو خلايا أو حيوانات منوية تحتوي علي X فقط أو Y فقط أي أن هذه الحيوانات المنوية إما أن تكون حيوانات منوية مذكرة أو حيوانات منوية مؤنثة فالحيوان المنوي الذي يحمل شارة الذكورة Y يختلف عن الحيوان المنوي الذي يحمل شارة الأنوثة X .. و قد استطاع العلماء أن يفرقوا بينهما في الشكل و المظهر كما فرقوا بينهما في الحقيقة و المخبر، فإن للحيوان المنوي المذكر و مبيض و لمعانا في رأسه بينما الحيوان المنوي الذي يحمل شارة الأنوثة يفقد ذلك اللمعان و النور..

ص:521

1- (1) القيامة 36-40.

2- (2) النجم 45.

ليس هذا فحسب و لكن الحيوان المنوي الذي يحمل شارة الذكورة أسرع حركة و أقوى شكيمة في الغالب من زميله الذي يحمل شارة الأنوثة.. فالحيوان المنوي المذكور يسير حثيثا و ينطلق كالصاروخ حتي يصل إلي موضع البويضة في 6 ساعات تقريبا فإن وجد البويضة جاهزة للتلقيح لقحها بأمر الله و إلا فيبقي ساعات ثم يموت كمدا و حسرة.

و أما الحيوان المنوي الذي يحمل شارة الأنوثة فيسير بطيئا في الغالب و لا يصل إلي موضع البويضة إلا بعد أكثر من اثنتي عشرة ساعة.. و ربما وصل في أربع و عشرين ساعة. فإذا وصل إلي موضع البويضة فإن وجد الرجال قد سبقوه إليها مات حسرة و كمدا علي جدارها.. و إن وجدها تخلفت عنهم و نزلت متباطئة بعد قدومهم و وفاتهم فإن الفرصة تكون سانحة له بتلقيحها.

و هناك أبحاث حديثة تدل علي أن تقلصات الرحم هي المسؤولة بالدرجة الأولى عن شفط و سحب السائل المنوي المختلط بماء المرأة عند عنق الرحم إلي داخل الرحم و لذا فإن سرعة الحيوانات المنوية المذكورة و التي قيست في المنبر - تصبح قليلة الجدوي في السبق إلي الوصول إلي قناة الرحم.. إذ وجد أن الحيوانات المنوية المذكورة و المؤنثة بل و الميتة تصل في وقت واحد تقريبا إلي قناة الرحم. و لكن عوامل الحركة تفعل فعلها الذي لم يعرف بعد علي وجه الدقة حينما تقترب الحيوانات المنوية من البويضة.. فتخترق التاج المشع - NA و RADIATA CORO و المنطقة الشفافة ZONA PELLUCIDA.

أما البويضة فتحمل دائما أبدا إشارة الأنوثة X .

فإذا أراد الله و لقح البويضة حيوان منوي يحمل شارة الذكورة فإن النطفة الأمشاج تحتوي علي 46 صبغيا علي هيئة ثلاث و عشرين زوجا منها زوج واحد علي هيئة X و Y .

أما إذا قدر الله و لقح البويضة حيوان منوي يحمل شارة الأنوثة فإن النتيجة هي نطفة أمشاج (بويضة ملقحة) تحمل شارة الأنوثة فقط XX .

و بما أن الأم (البويضة) تعطي دائما شارة الأنوثة فإن الحيوان المنوي هو الوحيد الذي يحدد بإرادة الله نوع الجنين ذكرا أم أنثي. إذ إنه يحمل شارة الذكورة أو يحمل شارة الأنوثة.. فإذا لقح الحيوان المنوي المذكور البويضة كان الجنين ذكرا بإذن الله. أما إذا لقح البويضة حيوان منوي يحمل شارة الأنوثة فإن نتيجة الحمل هي انثي بإذن الله.

و تبقي الآية بعد ذلك كله إعجازا علميا كاملا: وَ أَنَّهُ خَلَقَ الزَّوْجَيْنِ الذَّكَرَ وَ الْأُنْثَى مِنْ نُطْفَةٍ إِذَا تُمْنَى .

فالنطفة التي تمنى زوجان: حيوان منوي مذكر وحيوان منوي مؤنث.. و النطفة التي تمنى تقرر نوعية الجنين و جنسه.. و صدق الله العظيم..

## هل للمرأة دور في تحديد الذكورة و الأنوثة:

لقد قررت الآيات الكريمة السابقة أن الذي يحدد ذكورة الجنين أو أنوثته هو الله سبحانه و تعالي بواسطة النطفة التي تمنى و أَنَّهُ خَلَقَ الرَّؤُوسَ الذَّكَرَ وَ الْأُنثَى مِنْ نُطْفَةٍ إِذَا تُمْنَى . و يبدو أن ليس للمرأة من دور واضح في تحديد الذكورة و الأنوثة.. و لكن الحديث النبوي الشريف الذي أخرجه مسلم في صحيحه يقول إن للمرأة دورا في ذلك حيث يقول (ص) لليهودي الذي سأله عن الولد:

«ماء الرجل أبيض و ماء المرأة أصفر فإذا اجتمعا فعلا مني الرجل مني المرأة أذكر ياذن الله و إذا علا مني المرأة مني الرجل أنت ياذن الله».. قال اليهودي صدقت و إنك لنبى.

و تضمن الحديث عدة قضايا: أولها صفة ماء الرجل و هو أبيض و صفة ماء المرأة و أنه أصفر..

و التعبير عن ماء الرجل بالمنى معروف و شائع.. أما التعبير عن ماء المرأة بالمنى فغير شائع.. و يقول ابن القيم في التبيين في أقسام القرآن (ص 243) «لمني الرجل خاصة الغلظ و البياض و الخروج بدفق و دفع. فإن أراد من نفي مني المرأة انتفاء ذلك عنها أصاب.. و مني المرأة خاصته الرقة و الصفرة و السيلان بغير دفع. فإن نفي ذلك عنها أخطأ».

و القضية الثانية: هي إذا علا ماء الرجل أذكر ياذن الله و إذا علا ماء المرأة أنت ياذن الله..

و نحن نعلم أن إفرازات المهبل حامضية بينما إفرازات عنق الرحم قلووية كما نعلم أن إفرازات عنق الرحم تكون ثخينة و لزجة في غير وقت الإيباض.. أما عند خروج البويضة من المبيض فإن هذه الإفرازات ترق و تخف لزوجتها لتسمح للحيوانات المنوية بالولوج بسهولة.

و نحن إلي الآن لا نعلم دور هذه الإفرازات في تشجيع الحيوان المنوي الذي يحمل شارة الذكورة أو الحيوان المنوي الذي يحمل شارة الأنوثة.. و يحتاج الأمر إلي مزيد من الأبحاث لتحديد دور هذه الإفرازات في تحديد الذكورة و الأنوثة.. و ذلك بواسطة تأثيرها علي الحيوانات المنوية المذكورة أو المؤنثة.

و نحن نقول مع ابن القيم (التبيين في أقسام القرآن): «و مع هذا كله فهذا جزء سبب و ليس بموجب. و السبب الموجب مشيئة الله فقد يسبب بضد السبب.. و قد يرتب عليه ضد مقتضاه. و لا يكون في ذلك مخالفة لحكمته كما لا يكون تعجيزا لقدرته. و قد أشار في الحديث إلي هذا بقوله

«أذكر و أنت بإذن الله». وقد قال تعالى: لِلَّهِ مُلْكُ السَّمَاوَاتِ وَ الْأَرْضِ. يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ. يَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ إِنَاثًا وَيَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ الذَّكَورَ. أَوْ يُزَوِّجُهُمْ ذُكْرَانًا وَإِنَاثًا. وَيَجْعَلُ مَنْ يَشَاءُ عَقِيمًا. إِنَّهُ عَلِيمٌ قَدِيرٌ. فأخبر سبحانه أن ذلك عائد إلي مشيئته. وأنه قد يهب الذكور فقط و الإناث فقط. وقد يجمع للوالدين بين النوعين معا. وقد يخليهما عنهما معا. و أن ذلك راجع إلي مشيئته فهو متعلق بعلمه و قدرته».

## الشبه:

و أما الشبه فموضوع آخر تحدثت عنه الأحاديث النبوية أيضا فقد يشبه الولد أباه و قد يشبه أمه أو أخواله.. و قد يشبه أحد أجداده.. و قد لا يشبه أيا من آبائه فقد جاء في صحيح البخاري عن أنس رضي الله عنه أن عبد الله بن سلام سأل النبي (ص) عن الشبه فقال النبي (ص): «و أما الشبه في الولد فإن الرجل إذا غشي المرأة فسبقها ماؤه كان الشبه له. و إذا سبقت كان الشبه لها»: قال عبد الله بن سلام رئيس أخبار اليهود آنذاك أشهد أنك رسول الله فآمن رضي الله عنه.

فالسبق في الحديث يحدد الشبه فإذا سبق ماء الرجل كان الشبه له.. و إذا سبق ماء المرأة كان الشبه لها.. و هذا لا ينفي أن الولد قد لا يشبه أيا من الوالدين.. كما جاء في حديث الفزاري الذي أخرجه البخاري و مسلم و أصحاب السنن الأربعة و أحمد و الدارقطني و فيه أن رجلا من بني فزارة جاء إلي النبي (ص) يعرض نفي ولده لأن امرأته ولدت غلاما أسود فقال (ص): هل لك من ابل؟ قال نعم. قال فما ألوانها؟ قال: حمر فقال رسول الله (ص): هل فيها من أوراق (أي أسمر) قال إن فيها لورقا. قال فأني أتاها ذلك؟ قال عسي أن يكون نزع عرق. قال فهذا عسي أن يكون نزع عرق».

و الخلاصة أن عوامل الشبه لأحد الوالدين أو للأسلاف أو بظهور صفات جديدة كما حدث للفزاري الذي جاءته امرأته بولد أسود دون أن يكون أحد الوالدين أسود، أمر بالغ التعقيد.. و تعمل فيه الجينات بصورة خفية و معقدة.. و بعضها يتبع قوانين مندل حسب الصفة سائدة DOMINANT أو متنحية RECESSIVE و بعضها لا يتبعها و حتي تلك التي تعتبر خاضعة لقوانين الوراثة قد تتخلف عن تلك القوانين و يعتبر الجنين عندئذ كامل التعبير أو ناقص التعبير FULLY EXPRESSED OR

PARTIALLY EXPRESSED و لا يزال العلم الحديث يجهل الكثير الكثير من الحقائق التي تحدد الشبه في الولد.

و لا ندري إلي الآن ما هو دور السبق في ماء الرجل أو ماء المرأة في الشبه من الناحية العلمية.. و حتي يتسع مدي العلم في هذا الباب فإننا نقبل الحديث الشريف بقلوب مطمئنة واثقة

بصدق المصطفي (ص) الذي لا- ينطق عن الهوي و الذي لا- يقول إلا حقا.. و ينبغي أن يحفز ذلك العلماء المختصين في هذا الباب لدراسته فقد تفتح لهم أبواب و تكشف لهم كشافات.. و هذا معلم من معالم البحث التي ينبغي أن يدرسها العلماء المسلمون المختصون في هذا الفرع من العلم.

## نطفة الرجل

تفرز الخصية مئات الملايين من الحيوانات المنوية.. و في كل دفقة مني ما بين مائتين إلي ثلاثمائة مليون حيوان منوي..

و إذا دققنا النظر في كل حيوان منوي وجدناه كالقذيفة الصاروخية.. له رأس مصفح مدبب و له عنق صغير و له ذيل طويل بواسطته يتحرك و ينطلق ليقطع المفاوز حتي يصل إلي البويضة أو يموت..

و رأس الحيوان المنوي المصفح لا يزيد عن خمسة ميكرونات (و الميكرون واحد علي المليون من المتر) و هو يحتوي علي أسرار الوراثة كاملة ينقلها من الأب إلي الابن أو البنت علي هيئة 23 جسيما ملونا (كروموسوما)..

و علي قمة رأس الحيوان المنوي قنسوة مصممة مصفحة.. ذلك أن هذه القذيفة الموجهة تواجه أخطارا أثناء رحلتها الطويلة عبر المهبل فالرحم حتي تصل إلي قناة الرحم و من ثم إلي البويضة ليتم التلقيح.

أما العنق القصير ففيه مصدر الطاقة لهذه القذيفة الموجهة و تسمى الميتوكوندريا أو المصورة الحية و هي تحول السكر إلي طاقة حتي تمد هذه القذيفة بحاجتها أثناء رحلتها الطويلة.

و يبقي الذيل موجها لحركة هذه القذيفة و مساعدا لها علي السباحة في خضم بحر المنى و أمواجه المتلاطمة.. فيضرب الحيوان المنوي بسوطه عبر هذه الإفرازات المتعاقبة حتي يصل إلي بغيته.. و بواسطتها يسير بسرعة ميليمترين في الثانية الواحدة.. و هي مسافة تبلغ أضعاف أضعاف حجمه.

و ليست كل الحيوانات المنوية علي وتيرة واحدة.. فهي أمة كاملة بل أمم متكاملة فمنها القصير و منها الطويل.. و منها القوي و منها الضعيف و منها ذو الرأس و منها ذو الرأسين.. و منها من له رأس مدبب و منها من له رأس ملتو.. و منها الذكور و منها الإناث.. و تقصد بالذكور الحيوانات المنوية التي تحمل شارة الذكورة Y و تقصد بالإناث الحيوانات المنوية التي تحمل شارة الأنوثة X كما قد مر معنا في الفصل السابق.

و ليست كل هذه الملايين من الحيوانات المنوية صالحة لتلقح البويضة.. بل إن فيها ما يقرب من 20% غير صالحة للتلقيح ابتداء.. و يموت منها عدد كبير أثناء الرحلة من الإحليل إلى قناة الرحم.. و لا يصل من هذه الملايين إلى البويضة القابعة في الثلث الأخير من قناة الرحم إلا خمسمائة حيوان منوي فقط و يفلح واحد من هذه الملايين التي انطلقت من الإحليل إلى المهبل فالرحم فقناة الرحم - يفلح واحد فقط في اختراق جدار البويضة السميكة.

فإذا ولج رأس الحيوان المنوي الذي اختارته يد القدرة الإلهية المبدعة فسرعان ما تتحد النواتان و يجتمع الشيطان و تكتمل الصبغيات إلى حدها المعلوم (23 صبغيا من الأب و 23 صبغيا من الأم) فتجتمع علي شكل أزواج.. ثم تبدأ الخلية الأمشاج أو البويضة الملقحة بالانقسام..

و الغريب حقا أن نشاط الحيوانات المنوية و خصوبتها لا تظهر إلا عند ما تصل إلى الرحم و تزداد هذه الخصوبة عند الاقتراب من سطح البويضة السميكة.

و تقول الأبحاث الحديثة إن الحيوان المنوي و البويضة يحتاجان لوضع ساعات حتي يكسبا القدرة علي التلاقح و التزاوج.. و تحدث في هذه السويغات تغيرات فسيولوجية و تشريحية فتفصل القلنسوة التي تغطي الرأس عند تماسه بالمنطقة الشفافة.. ZONA PELLUCIDA و تعرف هذه التغيرات باسم «التمكين و التكتيف» CAPACITATION أي تمكين الحيوان المنوي و تكتيف قدرته علي التلقيح. (انظر كتاب علم الأجنة الإنساني EMBRYOLOGY BY BOYD AND HAMILTON

. 4th EDITION HUMAN)

و تتدخل يد القدرة لتختار واحدا من هذه الأعداد الهائلة من الحيوانات المنوية فتهدس له البويضة و تفتح له كوة في جدارها بينما العديد من الحيوانات المنوية الأخرى تحاول جاهدة أن تلج فلا تفلح.

و لا يجد هؤلاء المساكين إلا أن يموتوا كمدا علي جدارها.. و تتحلل أجسادهم ليفتحوا الطريق لزميلهم الذي اختارته يد القدرة المبدعة.. فتحلل أجسادهم يذيب شيئا من صلابة جدار البويضة بما يسمح للحيوان المنوي المختار أن يلج بسهولة و يصل إلى مقره و مثواه.

و الغريب حقا أن البويضة و الحيوانات المنوية التي حولها تدور قبل التلقيح سبع دورات و كأنها طائف يطوف بالبيت في حركة تسمى «ضد عقارب الساعة» COUNTERCLOCKWISE ROTATION ANTI

و هي نفس حركة الطائف بالبيت الحرام حيث يجعل الحجر الأسود علي يساره ثم يطوف بالبيت سبعا. و كذلك تتحرك الذرات كما تتحرك الإلكترونات حول النواة و بنفس الطريقة تدور الأرض حول

الشمس و هكذا الأفلاك وَ كُلِّ فِي فَلِكِ يَسْبَحُونَ .

## سبب كبر حجم البويضة و صغر حجم الحيوان المنوي:

و لعل القاريء يسأل لماذا البويضة كبيرة بهذا الشكل بينما الحيوان المنوي متناه في الصغر؟

سؤال وجيه و قبل أن نجيب عليه نزيد هذه الحقيقة توضيحاً..

إن البويضة هي أكبر خلية في جسم الإنسان.. فهي تبلغ في قطرها 200 ميكرون بينما الحيوان المنوي لا يزيد عن خمسة ميكرونات.. و مع هذا فإن الحيوان المنوي يساهم بنصف مكونات الجنين تماماً كما تساهم البويضة.. فما السر إذن في كبر حجم البويضة؟

إن السر يكمن في أن البويضة هي المسؤولة عن تغذية هذه النطفة الأمشاج المكونة من كروموسومات الحيوان المنوي (الأب) و كروموسومات البويضة (الأم).. و عليها أن تقوم بالتغذية حتي تعلق النطفة و تنشب في جدار الرحم لتصبح العلقة.

و هكذا الأم دائماً تقوم بأضعاف أضعاف ما يقوم به الأب.. فهي المسؤولة عن تغذية النطفة الأمشاج حتي تبلغ مرحلة العلق بجدار الرحم.. و هناك تعطيه من دمائها و توفر له الغذاء و الهواء و الحماية الكاملة.. و تأخذ منه السموم التي يفرزها جسمه أثناء نموه حتي يأذن الله بخروجه متكامل البناء سوي الأعضاء تلقمه ثديها و تغذيه بلبنها و عطفها و حنانها.. فلا غرو بعد ذلك أن جعل لها الرسول الكريم المقام الأول في البر و الصلة و الطاعة و قدمها علي الأب ثلاثاً و جعل الجنة تحت أقدامها.

و لعل القاريء الكريم قد لاحظ الفروق الهائلة بين الحيوان المنوي و البويضة فالحيوان المنوي صغير الحجم يشبه القذيفة الصاروخية و له رأس مصفح مدبب و له ذيل طويل يساعده علي السباحة في بحر المنى.. و هو سريع الحركة قوي الشكيمة شديد البأس.. و هو ينطلق عبر المفاوز و المخاطر غير هياب و لا وجل.. حتي يصل إلي بغيته و مقصده أو يموت.. و عكس ذلك البويضة فهي كالبدن المنير و عليها هالة مشعة تسمي علمياً التاج المشع.. و لا تمشي إلا بدلال و لا تسير إلا باختيال..

تدفعها الأهداب الرقيقة في قناة الرحم دفعا رقيقا و هناك تقف في الثلث الأخير من القناة تنتظر وصول المحبوب. فإذا ما قدم و وصل إليها هشت له و بشت و سمحت له بالولوج..

و أنت مما تقدم تري أن الحيوان المنوي يمثل وصف الذكورة أصدق تمثيل بينما تمثل البويضة وصف الأنوثة في أروع صورها.



و تستمر هذه الفروق بين الذكر و الأنثي في جميع مراحل الحياة.. و لكل وظيفة.. و لكل عمل خاص به.. فالحيوان المنوي للجهد و الجلاذ.. و البويضة الساكنة الهادئة لبناء العش و المحضن..

و صدق الله العظيم حيث يقول وَ لَيْسَ الذَّكَرُ كَالْأُنْثَىٰ فَلِكُلِّ وَجْهَةٌ مِنْهُ مَرْبُوعَةٌ ۗ وَ لِيَكْفُرَ بِمَا كَفَرَ ۗ وَ يَلْمِزَ الْمُتَدَبِّرِينَ ۗ وَ يَذَّكَّرُ بِهِ لِمُنَازَعَتِهِ ۗ أَلَمْ يَكُنْ مِنْ قَبْلِهِ خَلْقَ الْجِنِّ ۗ وَ هُمْ لَهُمْ آدَامٌ مُنْقَلَبُونَ ۗ وَ يُؤْتِي السَّحَابَ حَتْمًا مَعْدُومًا ۗ وَ يَخْتَصِمُ لَهُمْ السُّيُوفُ بِمَنَازِلِهِمْ ۗ وَ أَذْهَبَ اللَّهُ كُنُوزَهُمْ فَجُمِعَ أَمْوَالُهُمْ وَ كَانُوا وَاحِدًا ۗ وَ أُولَٰئِكَ هُمُ الْمُضْلَوْنَ ۗ

و مصادمة الفطرة في قوانينها و سننها لا بد فاشلة و سنة الله غالبية وَ لَنْ تَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَحْوِيلًا .

### سبب كثرة الحيوانات المنوية و ندرة عدد البويضات:

قد لاحظ القاريء أن الخصية تفرز ملايين الحيوانات المنوية بل إن في القذفة الواحدة من المنى ما يبلغ تعداد الهند بأكملها.. و يستطيع الرجل منذ البلوغ إلي سن الشيخوخة المتأخرة أن يفرز ملايين الحيوانات المنوية كل يوم بينما المرأة لا تفرز إلا بويضة واحدة في الشهر منذ البلوغ إلي سن اليأس و هو ما بين الأربعين و الخمسين.. أي أن مجموع البويضات التي يفرزها المبيض طوال حياة المرأة التناسلية لا يزيد عن خمسمائة بويضة فقط. أما ما يفلح منها في التلقيح فلا يزيد عن عدد الأصابع إلا فيما ندر. و تقول الأبحاث الطبية إنه في مقابل كل بويضة يفرزها المبيض فإن الخصية تفرز بليون حيوان منوي علي الأقل.

فما هو السبب يا تري في كثرة الحيوانات المنوية و ندرة عدد البويضات؟

لعل القاريء قد أدرك جزءا من الجواب حينما وصفنا الحيوانات المنوية.. و قلنا إن ما يقرب من 20 بالمائة منها ينزل و هو غير صالح للتلقيح ابتداء.. كما أن نسبة أخرى تبلغ 20 بالمائة أيضا تموت في خلال ساعتين من نزولها من الإحليل.. و تحتاج الحيوانات المنوية لتقطع رحلتها من المهبل إلي الرحم حتي تصل إلي البويضة في قناة الرحم.. تحتاج إلي 6 ساعات علي الأقل و هي المدة التي تقطعها الحيوانات المنوية القوية الشكيمة السريعة الحركة و غالبا ما تكون الحيوانات المنوية التي تحمل شارة الذكورة.. أما الحيوانات المنوية الأبطأ حركة هي عادة الحيوانات المنوية التي تحمل شارة الأنوثة فإنها تحتاج إلي ما بين 12 و 24 ساعة لتقطع هذه الرحلة الطويلة المحفوفة بالمخاطر.

و يموت عدد كبير آخر من الحيوانات المنوية نتيجة للإفراز الحامضي الموجود في المهبل كما يموت عدد آخر عند عنق الرحم..

و في أثناء الرحلة المحفوفة بالمفاوز و المخاطر يهلك عدد آخر من الحيوانات المنوية و بما أن

هناك قناتين للرحم.. و الحيوانات المنوية لا تعلم في أيهما البويضة فإن عددا كبيرا سيلقي حتفه عند ما يذهب إلي قناة الرحم التي لا توجد بها بويضة.. ليس ذلك فحسب و لكن وصول الحيوانات المنوية لا بد أن يتزامن مع خروج البويضة من المبيض.. وإلا فالموت هو المصير المحتوم لكل حي.. فالبويضة لا تعيش أكثر من 24 ساعة بل إن فترة خصوبة البويضة هي اثنا عشرة ساعة فقط..

أما ما يصل إلي البويضة من الحيوانات المنوية التي تبلغ مئات الملايين عند بدء رحلتها فلا يزيد في النهاية عن خمسمائة حيوان منوي فقط و لا بد من تحلل أجساد هذه الحيوانات حتي تذيب جدار البويضة السميك لتسمح لواحد منها فقط بالولوج ليتحد مع البويضة مكونا النطفة الأمشاج..

وسيدرك السائل دون ريب الحكمة الإلهية في جعل الحيوانات المنوية بالملايين بل بمئات الملايين. وإذا علم السائل أن عشرين مليونا من الحيوانات المنوية في كل ميليلتر من المنى تعتبر الحد الأدنى للإخصاب عرف أهمية كثرة هذه الحيوانات المنوية.

وهكذا تتضح بجلاء فائدة وجود هذا العدد الكبير من الحيوانات المنوية وهذه القاعدة لا تشذ في الوجود كله. فكلما كانت الحياة أقصر و محفوفة بالمخاطر و وسائل الدفاع قليلة عوضها الله بكثرة عددها و وفرة نسلها.. انظر إلي عالم الفيروسات و البكتيريا.. إنها تتكاثر بالملايين في الساعة الواحدة و لكنها سرعان ما تموت.. و لو لا ذلك لفنيت عن بكرة أبيها..

انظر إلي عالم الحشرات تجد القاعدة ذاتها.. فالذبابة تبيض في الأسبوع الواحد آلاف البويضات.. و لو نجحت هذه البويضات في أن تتحول إلي يرقات ثم إلي حشرات لغطت سطح الكرة الأرضية في وقت وجيز.. و لما جعلت لغيرها مكانا للبقاء.. لو لا أن عوامل الموت تكتنفها من كل حذب و صوب فلا يبقى منها إلا القليل.

و في عالم الأسماك.. تبيض سمكة النجمة STAR FISH ملايين البويضات في المرة الواحدة.. و لو لم تكتنفها عوامل الفناء و الموت لمألت البحار و المحيطات في مدة وجيزة بحيث لا تبقى مكانا لغيرها قط..

و في عالم الأشجار أنواع من الأعشاب تفرز ثمارها ملايين البذور و لو نجحت هذه لغطت سطح الأرض في زمن وجيز بحيث لا يبقى مكان لغيرها و لكن ينجح منها في البقاء عدد ضئيل..

وهكذا في الطيور و الحيوانات.. أطولها أعمارا أقلها تناسلا و أقصرها أعمارا أكثرها تناسلا..

و صدق الشاعر حيث يقول:

بغاث الطير أكثرها فراخا و أم الصقر مقلات نزور

وفي المثل: بقية السيف أكثر عددا وأقوي مددا.

وفي جميع عوالم الأحياء.. من فيروسات وبكتريا من نبات وحيوان.. من طير وسمك تجد هذه القاعدة إذا طالت الأعمار وقلت الأخطار قل النسل وإذا قصرت الأعمار وأحدقت بالنسل الأخطار كثر التوالد حتي يبقى التوازن قائما محفوظا بين جميع الكائنات.. لا يطغي أحدها علي الآخر..

كلها تريك الحكمة في التقدير.. **إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ** وصدق الله العظيم الذي خلق كل شيء فقدره تقديرا.

## نطفة المرأة

«يا يهودي: من كل يخلق: من نطفة الرجل و نطفة المرأة»

حديث شريف

لم يرد في القرآن الكريم نص مخصوص علي النطفة المؤنثة.. كما ورد علي نطفة الذكر في قوله **أَلَمْ يَكُنْ نُطْفَةً مِنْ مَنِيٍّ يُُمْنِي (1)** إنما يذكر النطفة في أكثر المواضع مجملا لتشمل نطفة الرجل والمرأة.. كما ورد ذكر الماء بلفظ الماء والماء المهين والماء الدافق.

وقد شرحنا الماء الدافق عند ما ذكرنا قوله تعالى: **فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ خُلِقَ مِنْ مَاءٍ دَافِقٍ يُخْرَجُ مِنْ بَيْنِ الصُّلْبِ وَالتَّرَائِبِ (2)**.. و أوضحنا أن الماء الدافق هو مني الرجل وهو أيضا الماء الذي يتدفق من حويصلة جراف عند انفجارها لتخرج منه البويضة إلي بوق قناة الرحم.. وقد ذكرت الآيات الكريمة خلق الإنسان من كل من نطفة الذكر والأنثي..

قال تعالى: **إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ (3)**.

قال ابن كثير في تفسيره: أمشاج أخلاط.. والمشج والمشيح المختلط بعضه ببعض.. وقال ابن عباس رضي الله عنه «من نطفة أمشاج يعني ماء الرجل و ماء المرأة إذا اجتمعا ثم ينتقل بعد من طور إلي طور و حال إلي حال.. و لون إلي لون».. وهكذا قال عكرمة و مجاهد و الحسن و الربيع بن أنس:

ص:530

1- (1) القيامة 37.

2- (2) الطارق 5-7.

3- (3) الإنسان 2.

«الأمشاج هو اختلاط ماء الرجل بماء المرأة».

وقال تعالى: يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا (1)

ونص في هذه الآية نصا واضحا علي أن الجنين البشري إنما يتكون من كل من الذكر والأنثى (2) وقد كان العرب و كثير من الأمم يعتقدون أن الجنين البشري إنما يتكون من نطفة الذكر و يشبهونه بالبذرة و يشبهون الرحم بالأرض التي تنبتة.. و لا يجعلون للمرأة دورا سوي الرعاية و الإنماء و الإنبات.. و إمداد البذرة بالماء و الغذاء.. و جاءت الآيات الكريمة لتصحيح هذا المفهوم و تخبرنا أن الله إنما خلق الإنسان من نطفة أمشاج مختلطة من ماء الرجل و ماء المرأة و أنه خلق البشر من ذكر و أنثى..

و أخرج الإمام أحمد في مسنده: إن يهوديا مر برسول الله (ص) و هو يحدث أصحابه فقالت قريش: يا يهودي إن هذا يزعم أنه نبي. فقال لأسألته عن شيء لا يعلمه إلا نبي فقال يا محمد، مم يخلق الإنسان؟ فقال رسول الله (ص) «يا يهودي. من كل يخلق: من نطفة الرجل و من نطفة المرأة».

و في هذا الحديث نص صريح علي أن الإنسان إنما يخلق من نطفة الرجل و نطفة المرأة معا..

و عند ذاك لم يملك اليهودي نفسه فقال: هكذا كان يقول من كان قبلك (أي الأنبياء).

و البويضة تتكون في المبيض.. و تخرج بويضة واحدة كل شهر منذ البلوغ و حتي سن اليأس أي ما بين أربعين سنة إلي خمسين.. هي كل حياة المرأة التناسلية.

و الغريب حقا أن المبيض في الطفلة و هي لا تزال في بطن أمها يحتوي علي ستة ملايين بويضة أولية و لكن كثيرا من هذه البويضات تذوي و تموت قبل خروج الطفلة إلي الدنيا.. و تستمر في اندثارها حتي إذا بلغت الفتاة المحيض لم يبق منها إلا ثلاثون ألفا فقط.. و ما ينمو منها و يخرج من المبيض إلي قناة الرحم لا يزيد عن أربعمئة بويضة فقط في حياة المرأة بكاملها.

و بويضة المرأة هي أكبر خلية إنسانية.. فقطرها يبلغ مائتي ميكرون (خمس ميليمتر) بينما معظم خلايا الجسم لا- تزيد عن بضعة ميكرونات.. و إذا قارناها بالحيوان المنوي فإننا سنجد فرقا

ص: 531

1- (1) الحجرات 13.

2- (2) ذكره ابن جرير الطبري في تفسيره للآية أعلاه «إِنَّا أَنشَأْنَا خَلْقَكُمْ مِنْ مَاءِ ذَكَرٍ مِنْ الرِّجَالِ وَ مَاءِ أُنْثَىٰ مِنَ النِّسَاءِ»... و يقول: «و بنحو الذي قلنا في ذلك قال أهل التأويل» و رواه عن مجاهد.

شاسعاً فالحيوان المنوي لا يزيد عن خمسة ميكرونات.. ومع هذا فإن الحيوان المنوي يساهم بنصف تكوين الجنين تماماً..

و السر في ذلك أن عدد الجسيمات الملونة (الكروموسومات أو الصبغيات) واحد في كل منها و تحتوي البويضة علي 23 جسيماً ملوناً مثلما يحتوي الحيوان المنوي علي نفس العدد. فإذا اجتمعا معا صارت البويضة الملقحة تحتوي علي 46 جسيماً ملوناً مثل بقية الخلايا.

و الجدير بالذكر أن خلايا المبيض الجرثومية تبدأ في الانقسام الاختزالي و المرأة لا تزال جنيناً في بطن أمها.. و لا يتم هذا الانقسام إلا عند خروج البويضة من المبيض إلي القناة الرحمية و عند شعورها باقتراب الحيوان المنوي منها.. أما إذا لم يقترب منها الحيوان المنوي فإنها تعرف بطريقة ما أن لا داعي لإكمال الانقسام و مواصلة الكد و العمل إذ إن نهايتها هي الموت و الطرد من الرحم..

فتبقي دون أن تتم انشطارها الاختزالي.

أما إذا أحست بدنو الحيوان المنوي منها فإنها عندئذ تكمل انقسامها و تتم استعدادها لاستقباله..

أليس هذا غريباً؟ بلي إنه كذلك.. و كم في جسم الإنسان من غرائب و عجائب تشير إلي القدرة المبدعة في كل خلايا الجسم.. فسبحان من خلق و أبدع.. و سبحان من جعل لكل خلية هادياً و مرشداً.

يحتاج الانقسام الاختزالي لإتمامه سنوات طويلاً (قد تبلغ نصف قرن من الزمان).. و ربما انقضت حياة المرأة دون أن يتم.. لأن تمامه لا يكون إلا بحضور الحيوان المنوي.. فإذا لم يحضر الحيوان المنوي إلي البويضة عند خروجها من المبيض أو خلال ساعات من خروجها فإنها تحزن و تنطوي علي نفسها لتموت بعد يوم من خروجها.

إن الانقسام الاختزالي في الخلايا الجرثومية التناسلية عند الرجل لا يبدأ إلا عند البلوغ و يحتاج إلي إتمامه ثلاثة أسابيع علي الأكثر بينما الانقسام الاختزالي للمرأة يبدأ و هي بعد جنيناً في بطن أمها.. و لا يكتمل إلا بعد الزواج و عند وجود الحيوان المنوي الذي سيلتح البويضة.. و آخر البويضات خروجاً أي قبيل سن اليأس مباشرة يكون قد مضى عليها خمسون عاماً منذ ابتداء انقسامها الاختزالي أي مذ كانت جنيناً في بطن الأم إلي أن وصلت سن الكهولة.

نصف قرن من الزمان ربما احتاجته الخلايا الجرثومية التناسلية للمرأة حتي يكتمل انقسامها ونموها بينما لا تحتاج الخلية الجرثومية التناسلية للذكر إلا لثلاثة أسابيع لتتم انقسامها الاختزالي وتكون جاهزة لتلقيح البويضة خلال شهرين فقط من بدء انقسامها.

وتحت تأثير هرمون تفرزه الغدة النخامية F.S.H. هو الهرمون المنشط للحويصلات تنمو مجموعة من البويضات.. ولكن واحدة منها فقط هي التي تكمل نموها فتحاط بمجموعة من الخلايا علي هيئة صفوف دائرية حولها.. ثم يتجمع سائل فيما بين البويضة وهذه المجموعات من الخلايا ويزداد نمو السائل كما أن الحويصلة تقترب من سطح المبيض.. حتي إذا ازداد الضغط داخل الحويصلة انفجرت في أحد جوانبها واندلق السائل الأصفر منها وخرجت البويضة إلي بوق الرحم تتلقفها أهدابه المحيطة بالمبيض (1).

وتحيط بالبويضة مجموعة من الخلايا تكون لها كالتاج المشع RADIATA CORONA وهذا هو اسمها العلمي.. فتخرج متهدية في مشيتها تدفعها الشعيرات الدقيقة لقناة الرحم دفعا يسيرا..

فلكانما هي ملكة تتهادي وعلي رأسها ذلك التاج المشع الذي يجتذب ملايين الحيوانات المنوية ببريقه..

وتبقي البويضة يوما كاملا في انتظار رفيق العمل وزوج المستقبل فإن لم يأت فسرعان ما تذوي وتموت كمدا وعندئذ تدفعها شعيرات قناة الرحم دفعا إلي الرحم الذي يطردها إلي المهبل مع إفرازاته.

أما إذا جاءها موعود القدر فإنها تهش للقائه وتفرز شيئا يسيرا من جدارها لاستقباله.. بينما يقتتل المئات ليموتوا علي جدارها السميك المصمت وتتحلل أجسادهم لتفسح الطريق لأخيهم الذي اختارته يد القدرة فيلج إلي داخلها عبر التاج المشع وعبر الجدار السميك لتستقر نواته أمام نواتها..

وعندئذ تتحد النواتان لتكوّن البويضة الملقحة أو النطفة الأمشاج..

فإذا حصل التلقيح والحمل توقفت الدورة الشهرية لإخراج البويضات.. وذلك لأن البويضة الملقحة سرعان ما تنقسم وتتحول إلي مجموعة كبيرة من الخلايا علي هيئة التوتة أو الكرة..

ص:533

1- (1) تنمو حويصلة جراف نمو كبيرا بامتلائها بالسائل الحويصلي FOLLICULARLIQUID حتي ليلغ حجمها 6 ميليمترات ويزداد الضغط بداخلها إلي 15 ميليمتر من الزئبق فتنفجر في أضعف نقطة فيها وتطلق البويضة محاطة بالتاج المشع.. وتتلقفها أهداب البوق فتدخلها قناة الرحم. وتدفعها الشعيرات CILIA وتقلصات قناة الرحم إلي الثلث الوحشي من قناة الرحم حيث تلتقي بإذن الله بالحيوان المنوي لتكوّن النطفة الأمشاج (البويضة الملقحة).

وسرعان ما تعلق بجدار الرحم.. فإذا علقت أرسلت رسولا إلي المبيض يخبره بالخبر.. و تطلب منه أن يستمر في إرسال هرمون الحمل (البروجسترون) فيلبي المبيض الطلب و يستمر الجسم الأصفر في إرسال هرمون الحمل الذي ينمي الرحم و يزيد من تغذيته و ترويته بالدماء كما يجعل جسم المرأة بأكمله يستعد للحمل.. و في نفس الوقت يرسل إشارات إلى الغدة النخامية يقول لها لا داعي الآن لإرسال الهرمون المنشط و المنمي للحويصلات فإننا لا نريد نموا لأي من البويضات حتي تنتهي فترة الحمل..

أما البويضة الملقحة فإنها تزيد من سمك جدارها مرات عديدة و تخلع عنها تاجها المشع..

و تبدأ مباشرة في العمل الجاد و الانقسام.. و تترك التصدي للحيوانات المنوية و التعرض لهم فقد انتهى غرضها.. و اكتفت بزوجها و بما هي فيه من جهد لإيجاد الجنين..

فإذا ما جاءتها الحيوانات المنوية و هي في هذه الحال فهي تتركهم يموتون علي جدارها حسرة و كمدا دون أن تفتح لهم بابا و لا كوة.. و لا تريهم منها إلا- الصد مهما بذلوا في إرضائها أرواحهم و مهجهم.. لا تجود لهم بوصل و لا تقر لهم بعاطفة فهي لزوجها و لزوجها فقط مهما بذلوا و مهما حاولوا.. فتراهم تحت المجهر جثثا علي بابها و هي غير آبهة لهم و لا ناظرة إليهم.. فرعاها الله من زوجة مخلصه برة و فيه!

أما إذا قدر الله و لم يحصل الحمل فإن البويضة سرعان ما تموت و يطردها الرحم و تبقي حويصلة جراف التي خرجت منها البويضة صفراء باهتة لفرط حزنها علي فراق البويضة و تسمى آنذاك «الجسم الأصفر» CORPUS LUTEUM . و ما هي إلا أيام معدودة تعلم خلالها أن لا حمل هناك فيشتد ما بها من كمد فتموت و تذوي و يبيض جسمها ابيضاض الموت و شحوبه و تسمى عندئذ الجسم الأبيض . CORPUS ALBICANS .

و عندئذ يشارك الرحم الجميع الحزن فيبكي.. و يبكي دما.. و هو دم الحيض و لكن عناية الله ترعي الجميع فيكفون دموعهم و تبدأ الغدة النخامية مرة أخرى ترسل الهرمون المنشط للحويصلات F.S.H. و تنمو حويصلة أخرى و بها البويضة.. كما أن بها مجموعة من الخلايا التي تفرز هرمون الأنوثة الأوستروجين.. فيجعل كيان المرأة بأكمله جسديا و نفسيا و تناسليا راغبا في التلقيح.. و تتعرض الأنثي لزوجها.. حتي لا تضيق الفرصة مرة أخرى.. و تحت تأثير هرمون آخر من الغدة النخامية تخرج حويصلة جراف البويضة من داخلها و تقذف بها إلي القناة الرحمية فتلقفها أهداب البوق.. و في نفس الوقت تنمو خلايا الحويصلة و يصفر لونها.. و ترسل هرمون الحمل البروجسترون فتشتد رغبة المرأة في لقاء زوجها.. و يستعد جسمها بأكمله لهذا اللقاء.. حتي

إفرازات عنق الرحم الثخينة ترق لتسمح بسرعة للحيوانات المنوية بالولوج فهي في شوق و تلهف للقائها و تصعد الحيوانات حثيثا لتجد البويضة بتاجها المشع تدعوهم إليها.. وعند ذاك تختار يد القدرة واحدا من هذه الحيوانات ليلقحها وعندئذ يهش الرحم لذاك الحدث فيستعد بالبسط و الطنافس ليرحب بالوافد و القادم و تسارع الدماء إلي الرحم تمده بالماء و الغذاء.. كما أن هرمون الحمل يزداد إفرازه من الجسم الأصفر في المبيض ليؤذن الجسم بأكمله بابتداء الحمل مستعدا باختزان الأملاح و الحديد و الدماء و الفيتامينات ليعطيها الجنين.. حتي الأثناء تبدأ استعدادها و تنمو غددها اللبنية تحسبا للحظة التي سيخرج فيها المولود إلي الدنيا فيجد غذاءه جاهزا.

أمور لا- تخطر ببال و لا في الخيال.. و خلايا ليس لها عقل و لا إدراك تفعل هذه العجائب كأحسن ما يكون العقل و الإدراك و كأحسن ما تكون البراعة و الدقة في التنظيم..

ص:535



## عملية الهضم و تكون الدم و جريانه في الشرايين و الأوردة

فكر يا مفضل في وصول الغذاء إلي البدن، و ما فيه من التدبير، فإن الطعام يصير إلي المعدة فتطبخه، و تبعث بصفوه إلي الكبد، في عروق دقاق واشجة(1) بينهما. و قد جعلت كالمصفي للغذاء، لكيلا يصل إلي الكبد منه شيء فينكأها(2) و ذلك أن الكبد رقيقة لا تحتمل العنف، ثم إن الكبد تقبله فيستحيل بلطف التدبير دما، و ينفذه إلي البدن كله في مجاري مهينة لذلك، بمنزلة المجاري التي تهيأ للماء ليترد في الأرض كلها و ينفذ ما يخرج منه من الخبث و الفضول إلي مفايض(3) قد أعدت لذلك فما كان منه من جنس المرة(4) الصفراء جري إلي المرارة(5) و ما كان من جنس السوداء جري إلي الطحال، و ما كان من البلة و الرطوبة جري إلي المثانة(6).

ص:536

- 1- (1) الواشجة: مؤنث الواشج اسم فاعل بمعنى المشتبك، يقال: وشجت العروق و الأغصان إذا اشتبكت و المراد بالواشجة هنا الموصلة أو الواصلة.
- 2- (2) نكأ القرحة قشرها قبل أن تبرأ فندبت.
- 3- (3) المفايض: المجاري، مأخوذة من فاض الماء، و في بعض النسخ بالعين من غاض الماء غيضا، أي نضب و ذهب في الأرض.
- 4- (4) المرة: خلط من أخلاط البدن و هو الصفراء أو السوداء، جمعه مرار.
- 5- (5) المرارة: شبه كيس لاصقة بالكبد تكون فيها مادة صفراء هي المرة أشار إليها الإمام، جمعها مراثر و مرارات.
- 6- (6) في كلام الإمام عليه السلام هنا معان صريحة عن الدورة الدموية - التي اكتشفها العالم الإنكليزي وليم هار في (1578-1756) بل إن الإمام قد فصل القول - كما نري هنا - عن جريان الدم في الأوردة و الشرايين، و أن مركزه هو القلب، فنستطيع إذن أن نقول بأن الإمام هو المكتشف الأول للدورة الدموية.

فتأمل حكمة التدبير في تركيب البدن، ووضع هذه الأعضاء منه مواضعها، واعداد هذه الأوعية فيه، لتحمل تلك الفضول، لئلا تنتشر في البدن فتسقمه و تنهكه، فتبارك من أحسن التقدير، وأحكم التدبير، وله الحمد كما هو أهله و مستحقه(1).

ص:537

---

1- (1) توحيد المفضل ص 19-20.

تحتاج كل واحدة من ملايين الخلايا الحية الموجودة في الجسم إلى الطاقة لتؤدي وظيفتها.

هذه الطاقة يؤمنها الغذاء الذي نتناوله. إذا وضعت عشرة ملايين خلية جنبا إلى جنب لما تعدي طولها المليمتر الواحد (0,04، 0 انش). مع ذلك فكل خلية مصنع كيميائي حيوي معقد، يجب أن تؤمن طاقته من الطعام بدقة.

### عملية الهضم

الهضم عملية يتم فيها التفكك التدريجي للمواد الغذائية إلى عناصرها الأساسية: البروتينات إلى حوامض أمينية (لتأمين اللبنة اللازمة لبناء بروتينات جديدة)، و هيدراتات الكربون (النشوات) إلى سكر عادي، و الأدهان إلى حوامض دهنية و غليسرول لتزويد الجسم بالطاقة.

قد يسهل فهمنا لخفايا عمليات الهضم إذا تتبعنا مصير سندوتش من اللحم و الخس خلال الأربع و العشرين ساعة أو ما يناهزها التي يمكنها في المجري الهضمي. هذا مثل ملائم، لأنه يحتوي علي عناصر الطعام الأساسية الثلاثة: فاللحم أكثره من البروتين، و الخبز غني بهيدرات الكربون، و الزبدة دهن، و الخس يعطي فضلة من السلولوز غير قابلة للهضم في معظمها.

عند ما نأكل السندوتش، نمضغه و نمزجه باللعب القلوي الذي تفرزه ثلاثة أزواج من الغدد اللعابية الواقعة حول الفكين. تصب اللعاب في الفم قنوات صغيرة تحت طرف اللسان و في الخدين.

في هذه المرحلة تكون عملية الهضم قد بدأت، لأن اللعاب يحتوي علي خميرة هضمية، تعرف باسم الاميلاز، من شأنها أن تؤثر في النشوات (في هذا المثل الخبز) و تبدأ بتحويلها إلى ملتوز، و هو نوع من السكر القابل للذوبان.

عند ما يدخل الطعام المعدة، يمتزج كليا بالعصير المعدي بفضل عملية المخض التي تقوم بها العضلات القوية لجدران المعدة.

بعد مرور ساعة أو نحو ذلك، يكون السندوتش قد تحوّل إلى لبّ هو الكيموس، و أصبح جاهزا لدخول الاثني عشري، و هو أول قسم قصير و معقوف من المعي الدقيق.

### في المعي الدقيق

سمّي المعي الدقيق بهذا الاسم بسبب قطره لا بسبب طوله الذي يبلغ 7 امتار (نحو من 23

قدما). يتم علي طول المعوي الدقيق القسم الأكبر من عملية الهضم وعملية الامتصاص داخل الدم المجاور. يواجه الكيموس، في طريقه من المعدة إلي المعوي الدقيق، تغيرا شديدا في البيئة، إذ يصبح قلويا بعد أن كان حمضيا وذلك بفعل امتزاجه بالعصارات الهضمية التي تنطلق من البنكرياس والمرارة وتصبّ في الاثني عشريّ.

البنكرياس غدة يقرب طولها من 18 سم (7 انش)، وتقوم بدور حيوي في عملية الهضم بإفرازها خمائر هضمية تفعل في هيدرات الكربون والبروتين والدهن.

يساعد في عملية الهضم أيضا فعل الصفراء الاستحلابي، وهي سائل كثيف أخضر اللون مرّ الطعم، يصنعه الكبد ويخزن من المرارة.

تفرز بطانة المعوي الدقيق أيضا مجموعة كاملة من الخمائر الهضمية، تسمّى مجتمعة بالعصير المعوي، ومن البروتين وهيدرات الكربون والدهن التي تتحول جميعها آخر الأمر إلي حوامض امينية وسكّر وجليسول وحوامض دهنية.

يشكّل دخول هذه المواد في المجري الدموي، بعد أن يتمّ هضمها، المرحلة الأساسية التالية في تأمين المواد المغذية للخلايا. تكثر الثنيات في بطانة المعوي الدقيق، لزيادة مساحته، وفيها آلاف النتوءات الاصبعية الشكل التي تعرف باسم الزغب (7، 6). يتموج هذا الزغب إلي الأمام وإلي الوراء فيمسّ بصورة حميمة الأوعية الشعرية والقنوات اللمفاوية الغزيرة القائمة في كل زغبة.

تدخل الحوامض الأمينية والسكّر أوعية الدم الشعرية من خلال غشاء الزغبة، وتدخل الحوامض الدهنية والجليسول الخلايا اللمفاوية، لتنتقل إلي الكبد الذي يقوم معا بدور مخزن رئيسي وورشة تصليح ومعمل كيميائي للجسم.

## إفراز النفايات

عند هذه المرحلة يكون السندوتش قد تم هضمه وامتصاصه وتصنيعه في الكبد. أما القسم الأكبر من الخسّة، فيبقي بشكل سلولوز غير قابل للهضم في نهاية الليفي (وهو الجزء الأخير من المعوي الدقيق). ثم يمر مع كميات كبيرة من الإفرازات المعدية وغيرها من الحطام من خلال الليفي إلي الأعور، وهو الجيب الكائن في مدخل القولون الذي يؤلف الجزء الرئيسي من المعوي الغليظ.

وظيفة المعوي الغليظ الرئيسية هي استرجاع الماء و مواد كيميائية هامة، بإعادة امتصاصها، إلي داخل المجري الدموي. يتخلص المعوي الغليظ من النفايات، وهي كل ما تبقي من السندوتش - الذي التهم منذ ساعات - عن طريق الشرج وقد اتخذت شكل غائط يتألف قسم كبير منه من الجراثيم الميتة.

و لو رأيت الدماغ إذا كشف عنه لرأيتة قد لف بحجب بعضها فوق بعض لتصونه من الأ-عراض، و تمسكه فلا- يضطرب. و لرأيت عليه الجمجمة بمنزلة البيضة، كيما تقيه(1) هذّ الصدمة، و الصكة التي ربما وقعت في الرأس ثم قد جللت الجمجمة بالشعر، حتي صارت بمنزلة الفرو للرأس يستره من شدة الحر و البرد، فمن حصن الدماغ هذا التحصين، إلا الذي خلقه و جعله ينبوع الحس، و المستحق للحيفة و الصيانة، بعلو منزلته من البدن، و ارتفاع درجته، و خطير مرتبته.

ص:540

---

1- (1) في نسخة يفته بدلا من تقيه، و يفته من الفت و هو الكسر.

الدماغ هو منبع العقل الذي به ميز الخالق عز وجل الإنسان عن سائر المخلوقات الحية الأخرى، وهو يعد أشد أجهزة البدن تعقيدا، ومع هذا فقد استطاع العلماء كشف الكثير من أسرارها، و تمكنوا من تمييز مستويين من مستوياته:

1 - المناطق العليا من الدماغ: وفيها المراكز التي توجه النشاطات الإرادية التي يقوم بها الإنسان وتوضع هذه المراكز في (قشرة الدماغ) كما سوف نبين بعد قليل.

2 - المناطق الدنيا من الدماغ: وهي المسؤولة عما ندعوه بالنشاطات (غير الإرادية) مثل:

التنفس، وضغط الدم، والتوازن، والمنعكسات. وتشمل هذه المناطق البصلة السيسائية، وجسر المخ، والمخ المتوسط، والمهاد، والوطاء، والمخيخ، والنوي القاعدية.

يزن دماغ الإنسان البالغ حوالي 1400 غ (- 2% من وزن الجسم) ويزيد وزن دماغ الرجل عن وزن دماغ المرأة قليلا، وقد أثبتت الشواهد العلمية المعاصرة أن أدمغة البشر أخذت في الكبر فقد ازداد معدل وزن الدماغ من (1372 غ) في عام 1860 م إلي (1424 غ) في أيامنا الراهنة. ولعل أثقل دماغ بشري سجل في التاريخ حتي الآن هو دماغ الكاتب الروسي الشهير تورجنيف (1818 - 1883 م) الذي بلغ (2012 غ) أما أصغر دماغ بشري فقد بلغ (1096 غ) حسب تقرير الدكتورين (دافيس، رايت) من مستشفى الملك في لندن سنة 1977 م، وهو دماغ امرأة في عامها الحادي والثلاثين!

ونظرا لأهمية الدماغ فإن الله عز وجل أودعه داخل هذا الصندوق المحكم (الجمجمة) الذي له قدرة كبيرة علي مواجهة الصدمات، فالجمجمة يمكن أن تتحمل ضغطا عاليا جدا يقدر بنحو (50 ضغط جوي/سم<sup>2</sup>) عند المولود حديثا، وأما عند الإنسان البالغ فإنها تتحمل أكثر من ضعف هذا الضغط!

يتشكل الدماغ من حوالي تريليون (- 1000 مليار) خلية عصبية أي (الرقم 1 وإلي يمينه 12 صفرا). و خلايا الدماغ (2 نوع) أحدهما هو الخلايا الدماغية التي تضطلع بوظائف الدماغ المعروفة من ذكاء وإبداع وعواطف ووعي وذاكرة، ويبلغ عدد هذه الخلايا نحو (100 مليار خلية) أي ما يوازي عدد النجوم في مجرة (درب التبانة) التي تنتمي مجموعتنا الشمسية إليه! وأما النوع الآخر من خلايا الدماغ فهو بمثابة خلايا داعمة للأولي.

وتمتاز الخلايا الدماغية بميزة فريدة: فهي لا تتكاثر ولا تموت، بل ترافق الإنسان طوال حياته، ولو أن الخلايا الدماغية تتكاثر وتتجدد و تموت شأن غيرها من خلايا الجسم لكانت ذاكرة الإنسان، بل و معالم شخصيته كلها عرضة باستمرار للتغير، و لكان عليه أن يبدأ التعلم من جديد كل (6 شهور) تقريبا!

و تعد (قشرة الدماغ) أهم جزء فيه، و هي تتكون من (6 طبقات) خلوية لا تزيد سماكتها عن (2 ملم) و تبلغ مساحتها (1,5 م 2) أي ما يعادل مساحة منضدة المكتب تقريبا، و لكنها تنثني و تلتف فلا تشغل سوي حيز صغير جدا داخل القحف، علما بأن كل (1 سم 2) منه يضم أكثر من (1000 كلم) من الألياف العصبية!

و يوجد في قشرة الدماغ (3 مناطق) متميزة:

1 - منطقة حركية تنظم عمل العضلات الإرادية.

2 - منطقة حسية تستقبل المعلومات الواردة من أعضاء الحس المختلفة.

3 - منطقة منظمة تضم مراكز الذكاء و اللغة و العواطف، و فيها يجري أيضا فهم و تفسير و معالجة كل المعلومات الواردة إلي الدماغ.

و يصدر الدماغ (2 نوع) من الموجات الكهربائية التي تدل علي نشاطه، هما:

- الموجات (ألفا) بمعدل 9-12 /ثانية.

- الموجات (بيتا) بمعدل 20-25 /ثانية.

و يدل الاضطراب في نظم هذه الموجات علي اختلال في عمل الدماغ.

يحيط بالدماغ (3 أغشية) تسمى تباعا من الداخل إلي الخارج:

1 - الأم الحنون. 2 - العنكبوت. 3 - الأم الجافية.

و لهذه الأغشية (مهمتان رئيستان) هما:

1 - حماية الدماغ من الرضوض و الصدمات.

2 - تنظيم دخول المواد المختلفة إلي السائل الدماغى الشوكى الذي يحيط بالدماغ و النخاع الشوكى، و تبلغ هذه الأغشية حدا مذهلا من الحرص، و علي سبيل المثال: إذا حقنا الإنسان بمادة دوائية ما، فإنها تنتشر في جميع أنحاء البدن في غضون (10 دقائق) لكنها لا تصل إلي السائل الدماغى الشوكى إلا بعد (60 ساعة) أي إن دخول حرم هذه المنطقة المحيطة بالدماغ يحتاج إلي

(تأشيرة مرور) من نوع خاص، ولله في خلقه شؤون.

أما غذاء الدماغ الرئيسي فهو سكر العنب (الغلوكوز) خلاف بقية الأعضاء التي تحتاج إلي هذا السكر و تحتاج إلي غيره من المواد الغذائية كالبروتينات و الدهون من أجل نموها و تكاثرها، أما الدماغ فهو لا يحتاج إلي بقية المواد لأن خلاياه لا تتكاثر. و يستهلك الدماغ حوالي (80%) مما يستهلكه الجسم من سكر العنب، و حوالي (25%) من الأوكسجين الذي يستهلكه البدن، و هو بلا ريب نصيب وافر يدل علي أهمية الوظائف التي يضطلع بها!

و يحتاج الدماغ إلي كمية من الدم لا تقل عن (1000 ل) يوميا يجب أن تمر فيه كل يوم و إلا- تكاسل عن أداء مهامه! و يصاب الإنسان بالغيوبة إذا انقطع الدم عن الدماغ لمدة (10 ثوان) و إذا دام الانقطاع أكثر من (3-4 دقائق) ماتت خلايا الدماغ، و معني هذا الموت المحقق!

ص:543



من جعل الرئة مروحة الفؤاد لا تقتر و لا تختل لكيلا تتحير(1) الحرارة في الفؤاد، فتؤدي إلي التلف؟. من جعل لمنافذ البول و الغائط اشراجا(2) تضبطهما، لئلا يجري جريانا دائما، فيفسد علي الإنسان عيشه فكم عسي أن يحصي المحصي من هذا، بل الذي لا يحصي منه و لا يعلمه الناس أكثر(3).

ص:544

- 
- 1- (1) تحيرت الحرارة: ترددت كأنها لا تدري كيف تجري فتجمعت. وفي نسخة: تتحيز و ليس لها معني مستقيم.
  - 2- (2) الأشراج: جمع شرج و هو في الأصل الشقاق في القوس، و قد استعار الإمام منها معني لمنافذ البول و الغائط.
  - 3- (3) توحيد المفضل ص 28.

## التنفس والرئتان

ليس التنفس مجرد شهيق وزفير، بل هو إطلاقاً عملية أكثر تعقداً من ذلك. إنه عملية استخراج الطاقة من الغذاء. للتنفس بدون شك علاقة بالصدر والرئتين والمجري الدموي، وكذلك بتبادل الهواء (التهوية) وأخذ الأوكسجين ولفظ ثاني أكسيد الكربون (التبادل الغازي). لكنه يتصل أيضاً بكل جزء من أجزاء الجسم، لأن استخراج الطاقة يتم علي مستوي الخلايا. التنفس، بمعناه الأوسع، واحد من أهم مظاهر كيمياء المادة الحية.

### بنية الرئتين

إن تأمين مؤونة من الأوكسجين بصورة مستمرة أمر حيوي، فإذا حرمانا من الأوكسجين، نفقد الوعي ونموت بسرعة. وبما أن مساحة الجسم أصغر من أن تستطيع امتصاص كل الأوكسجين الضروري لتأمين الوقود لملايين الخلايا، فقد طوّر الإنسان وحيوانات معقدة أخرى سطحاً داخلياً خاصاً للتنفس. هذا السطح هو بطانة الرئتين، وهي امتداد واسع تبلغ مساحته 70 م<sup>2</sup> (753 قدماً مربعاً) عند البالغ، أي ما يزيد عن مساحة الجسم بأربعين ضعفاً.

الرئتان اللتان يبلغ وزنهما كيلو غراماً واحداً تقريباً (2,2 ليبرة) هما اسفنجيتا الشكل ولهما لون وردي فاتح عند الولادة، ثم يصبح رمادياً داكناً لا بل أسود في السنوات اللاحقة. تملأ الرئتان تجويف الصدر متخذة شكله، ويغطيها غشاء الجنب الرطب. تتألف الرئة اليمنى من ثلاثة فصوص.

أما الرئة اليسرى، التي هي أصغر منها حجماً والتي تتراجع لتترك مجالاً للقلب، فلا تتألف إلا من فصين.

تتلقي الرئتان الهواء، بعد تسخينه وتصفيته في الفم أو الأنف، عن طريق سلسلة من الأنابيب، هي البلعوم (الحلق) والحنجرة (آلة الصوت) والقصب (أنبوب الهواء) التي تنقسم إلى شعبتين يميني ويسري تدخلان الرئتين. في داخل الرئتين تنقسم هاتان الشعبتان إلى شعب أصغر منهما، ثم إلى شعبيات الشجرة التنفسية. تنقسم الشعبيات بدورها إلى قنوات دقيقة تؤدي إلى أجربة الهواء.

### كيف تعمل الرئتان

يحصل التبادل الغازي في هذه الأجربة الهوائية الفارغة التي تتشابك بشكل عنائيد مجهرية في أعماق الرئتين. فالأوعية الدموية الشعريّة، المتفرعة من الشريان الرئوي، تلتحم بالأجربة الهوائية

و تقرّب الدم الفاسد من غشاء سطحها الرقيق، فتفرز الأجرية بالمقابل غشاوة رقيقة من سائل ضعيف الضغط السطحي يعمل كآلة لبثّ الأكسجين. عندئذ يعود الدم المؤكسج من جديد إلي القلب عن طريق الوريد الرئوي، لكي يضخّ مرة أخرى إلي مختلف أنحاء الجسم، فيغذّي الخلايا البعيدة بالأكسجين الضروري الذي يحويه الهواء.

عند ما نستشق الهواء يتمدد الصدر نتيجة لانكماش عضلات الحجاب (الذي يتقلص إذ ذاك من شكل قبة إلي شكل طبق)، و لحركة قفص الأضلاع الذي يأخذ في الانتفاخ إلي فوق إلي الإمام، يتمدد الصدر تتمدد الرئتان، فيرقّ الهواء في داخلهما، و يشكل منطقة ذات ضغط منخفض. عندها يندفع الهواء في القصبة ليعيد الضغط إلي ما كان عليه، فيخفّ التوتر في عضلات الحجاب الحاجز و القفص الصدري، و تعود الرئتان إلي شكلهما المستريح، جاذبتين معهما الصدر ليعود هو أيضا إلي شكله الطبيعي. بانقباضهما ينضغط الهواء في داخلهما، فيندفع جزء منه إلي الخارج عبر القصبة.

عند ما يصل الهواء إلي الأجرية الهوائية يبت الأكسجين في مجري الدم، و ينتزع منه ثاني أكسيد الكربون ليدفع به إلي الخارج. إن هذا التبادل، فضلا عن تحقيق غايته الأساسية، و هي استبدال النفايات بالوقود، يحافظ علي مستوي الحموضة الملائم في الدم. هذه الحموضة هي التي تحدد معدل التنفس. فإذا كان التنفس بطيئا للغاية، يتكدس ثاني أكسيد الكربون في الدم، فترتفع درجة حموضته قليلا. تراقب و تضبط مستوي الحموضة خلايا خاصة في النخاع المستطيل و في مواضع أخرى، فتعيد للتنفس سرعته و عمقه، و بذلك تسترد حموضة الدم مستواها الطبيعي.

## نقبة الهواء

تنطوي بنية المجاري الهوائية علي أجهزة خاصة لتنقية التلوث الموجود في الهواء الذي نستشقه. فبالإضافة إلي تصفية الهواء في المجاري الهوائية العليا، تعمل الأهداب - و هي شعيرات تبطن القصبات و القصيبات - باستمرار علي دفع المخاط، المثقل بحطام الخلايا و بالجسيمات الغريبة، نحو الحلق (يبلغ هذا البلغم و يتم التخلص منه عن طريق المعدة). أما الجسيمات الكبرى بما فيها الجراثيم، فإنها تسبب إنتاجا فائضا من المادة المخاطية لا يخرجها إلا السعال. فالسعال و العطاس ارتكاسان يساعدان علي التخلص من النفايات عن طريق المجاري الهوائية. في اقصى الشبكة التنفسية تبقي الأجرية الهوائية الدقيقة نظيفة بفضل خلايا خفية تبتلع الأجسام الغريبة، و هي خلايا بيضاء ملتزمة تبتلع جسيمات الغبار و الجراثيم.

يا مفضل من غيب الفؤاد في جوف الصدر، و كساه المدرعة(1) التي هي غشاؤه، و حصنه بالجوانح و ما عليها من اللحم و العصب، لئلا يصل إليه ما ينكؤه(2).

أصف لك الآن يا مفضل الفؤاد... أعلم أن فيه ثقباً موجهة نحو الثقب التي في الرئة تروح عن الفؤاد، حتي لو اختلفت تلك الثقب و تزايل بعضها عن بعض، لما وصل الروح إلي الفؤاد، و لهلك الإنسان أفستجيز ذو فكرة و روية أن يزعم أن مثل هذا يكون بالإهمال، و لا يجد شاهداً من نفسه يزعه(3) عن هذا القول؟ لو رأيت فرداً من مصراعين فيه كلوب(4) أ كنت تتوهم أنه جعل كذلك بلا معني؟ بل كنت تعلم ضرورة أنه مصنوع يلقي فرداً آخر، فيبرزه ليكون في اجتماعهما ضرب من المصلحة(5).

ص: 547

1- (1) كأن المراد بالمدرعة هنا ثوب الحديد فالمدرعة في الأصل جبة مشقوقة المقدم أو كما عند اليهود ثوب من كتان كان يلبسه عظيم أحبارهم و لكن الذي يريده الإمام عليه السلام من حد قولهم درع، إذا لبس درع الحديد.

2- (2) نكأه: جرحه و أذاه.

3- (3) يكفه و يمنعه.

4- (4) الكلوب: بفتح الأول - و تشديد الثاني - المهماز أو حديدة معطوفة الرأس يجر بها الجمر أو خشبة في رأسها عقافة منها أو من حديد و الجمع كلابيب.

5- (5) توحيد المفضل 27-28-30.

عضو عضلي، يزن ما بين (250-350 غراما) وهو بحجم قبضة اليد، ويتكون من (4) تجاويف:

أذيتان: يمني ويسري، تبلغ سعة الواحدة منهما (100 سم مكعب) ويتكون جدارها من عضلات رقيقة نسبيا. وتستقبل الأذيتان الدم الوارد إلي القلب من سائر أعضاء البدن، وتضخانه إلي البطينين.

بطينان: أيمن وأيسر، تبلغ سعة الواحد منهما (200 سم مكعب) ويتكون جداره من عضلات أغلظ وأقوي من عضلات الأذيتين. ويستقبل أغلظ وأقوي من عضلات الأذيتين.

ويستقبل البطينان الدم الوارد من الأذيتين، فيضخ البطين الأيسر الدم المحمل بالأوكسجين إلي سائر أعضاء البدن، فيما يضخ البطين الأيمن الدم المحمل بثاني أكسيد الكربون إلي الرئتين (انظر:

الرئتان).

وقد ظل العلماء إلي عهد قريب يعتقدون أن للقلب وظيفة واحدة لا يتعدها هي ضخ للدم، ولكن البحوث الحديثة بدأت تكشف بعض الوظائف الهرمونية للقلب. ومعلوم دور الهرمونات في حياة الإنسان العضوية والعاطفية والنفسية ومن يدري: فلعله قد أصبح قريبا ذلك اليوم الذي نستطيع فيه استجلاء معني الآية الكريمة التي تضمنت إشارة صريحة بأن للقلب وظائف نفسية وعاطفية بل وعقلية أيضا، وذلك في قول الحق تبارك وتعالى: فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارَ وَ لَكِنَّ تَعْمَى الْقُلُوبَ الَّتِي فِي الصُّدُورِ [الحج/ 46].

يستغرق تقلص عضلة القلب في كل نبضة حوالي (0,8 ثانية) في حال الراحة، وتقتصر هذه الفترة في حال الحركة والنشاط.. وبتفاوت معدل نبضات القلب حسب العمر، فيكون أعلي في الطفولة منه في سن الكهولة.

وفي الإنسان البالغ يخفق القلب أكثر من (100,000 مرة/يوميا) وفي السنة الواحدة نحو (40 مليون مرة) ومدى الحياة (70 عاما) أكثر من (3,000 مليون مرة)!

ويضخ القلب في كل تقلص نحو (60-70 سم مكعب من الدم) أي إنه يضخ يوميا نحو (5500-8000 ل) ويزداد الضخ أثناء الحمل فيصل (15000 ل/يوميا) كما يزداد بالرياضة والجهد

العنيف بنسبة قد تصل إلي (8 أمثال) ما يضخه وقت الراحة. وهذا يعني أن القلب يضخ خلال (70 سنة) أكثر من (350,000 طن دم) أي ما يملأ نحو (50 حوضا للسباحة). و باختصار فإن القلب يؤدي يوميا عملا يكفي لرفع جسم الإنسان في الجو مسافة 1500 مترا (- 1,5 كلم)!

يستغرق مرور دفقة الدم نفسها خلال تجاوبف القلب (1,5 ثانية) فقط في حين يستغرق الدم في رحلته من القلب إلي الرئتين ثم العودة ثانية إلي القلب (الدورة الدموية الصغرى) نحو (6 ثوان) و يستغرق في الذهاب إلي الدماغ و العودة منه حوالي (8 ثوان) و يستغرق في الذهاب إلي أصابع القدم و العودة منها (18 ثانية) و في الأحوال العادية تمر كتلة الدم من القلب أكثر من (3000 مرة يوميا)!

و يموت الإنسان عادة إذا ما توقف قلبه مدة (3-5 دقائق) و ذلك لأن الأعضاء تموت و تأخذ بالتحلل إذا لم يصلها الأوكسجين، و أكثر الأعضاء تضررا، و أسرعها عطبا: الدماغ الذي لا يتحمل انقطاع الأوكسجين سوى دقائق معدودة (انظر: الدماغ) و بما أن الدماغ يضم (المراكز الحيوية، و منها مركز التنفس) فإن موته يعني موت الجسم كله!

و لكن بالرغم من هذه الحقائق فإن الحياة لا تخلو من بعض المفارقات العجيبة التي تدل علي طلاقة القدرة الإلهية من جهة، و تدل من جهة أخرى علي ما في هذا المخلوق المكرم (الإنسان) من طاقات خفية ما زلنا نجهل الكثير منها، و من ذلك مثلا حالات عديدة توقف القلب فيها مددا طويلة و لكن بقي المصاب علي قيد الحياة، و لعل أطول توقف للقلب مسجل طبيا هو (3 ساعات و 34 دقيقة) عند (جين جوبون) عند ما كان عمرها عشرين عاما، و قد عالجهما فريق طبي مكون من 26 طبيبا، في مركز و ينغ الطبي في مانيتوبا، كندا، في 19 كانون الثاني 1977 م!

كما أمكن إنعاش (فيغارد سلتمون) من أهالي النرويج بعد أن غرق في نهر متجمد، و بقي تحت الماء مدة (40 دقيقة) علي عمق 2,5 متر!!

و يرجح الأطباء أن القلب في مثل هذه الحالات النادرة لا يتوقف تماما و إنما يظل ينبض نبضات بطيئة جدا تكفي للمحافظة علي الحد الأدنى من الأوكسجين اللازم للدماغ (؟) و يساعد علي هذا أن انخفاض درجة الحرارة انخفاضا شديدا (كما حصل في حالة المدعو فيغار سلتمون) يؤدي إلي تباطؤ الأ-جهاز و الأعضاء عن العمل، و يقلل كمية الأوكسجين التي يحتاجها الجسم، و علي سبيل المثال: ففي عمليات زراعة القلب يمكن حفظ القلب خارج الجسم لمدة (6 ساعات) في النتروجين السائل الذي تقل درجة حرارته عن (- 80 م) كما يمكن حفظ الكلية لمدة تصل إلي (70 سنة) في درجة الحرارة ذاتها، أما إذا تركت في درجة حرارة الجو العادية، فإنها تتلف في أقل من (1 ساعة)!

و يمتاز القلب عن غيره من أعضاء البدن بأن له عقدة عصبية مستقلة، تتوضع في أعلي الأذينة اليمنى، هي التي تنظم ضرباته، دون تدخل مباشر من الدماغ، ولهذا يبقى القلب ينبض تلقائيا لساعات طويلة جدا، بل أياما في بعض الحالات التي يصاب فيها الدماغ بعطب كامل، مثل حالات موت الدماغ! وقد دفعت هذه الخاصية إلي تصميم قلوب اصطناعية تعمل بالبطاريات، وقد أحرزت التجارب الأولية بعض النجاح. إلا أن عمليات زراعة القلب الطبيعي حققت نجاحا أكبر، وقد بدأت عمليات زراعة القلوب علي يدي جراح القلوب (كريستيان برنار) الذي أجري العملية الأولى في التاريخ في (3 كانون الأول 1967 م)، وقد عاش المريض الذي زرع فيه أول قلب في التاريخ لمدة 18 يوما!

ص:550

## غذاء الطفل بعد الولادة

قال الإمام عليه السلام: فإذا ولد صرف ذلك الدم الذي كان يغذوه من دم أمه إلي ثديها، وانقلب الطعم و اللون إلي ضرب آخر من الغذاء، وهو أشد موافقة للمولود من الدم فيوافيه وقت الحاجة إليه(1).

ص:551

---

1- (1) توحيد المفضل ص 13.



قال الإمام عليه السلام: فحين يولد قد تلمظ (1) وحرك شفثيه طلبا للرضاع فهو يجد ثدي أمه كالأدوتين (2) المعلقتين لحاجته، فلا يزال يتغذي باللبن ما دام رطب البدن رقيق الأمعاء لين الأعضاء (3).

أبو جعفر الطوسي في الأهالي، وأبو نعيم في الحلية، وصاحب الروضة بالإسناد عن محمد الصيرفي وعبد الرحمن بن سالم، قال: دخل أبو حنيفة علي الصادق عليه السلام فقال عليه السلام له: البول أقذر أم المنى؟ قال: البول، قال: يجب علي قياسك أن يجب الغسل من البول دون المنى وقد أوجب الله الغسل من المنى دون البول. ثم قال: لأنّ المنى اختيار، ويخرج من جميع الجسد، ويكون في الأيام، والبول ضرورة ويكون في اليوم مرات. قال أبو حنيفة: كيف يخرج من جميع الجسد والله يقول «من بين الصلب والترائب»؟ قال أبو عبد الله: فهل قال لا يخرج من غير هذين الموضعين؟ ثم قال: لم لا تحيض المرأة إذا حبلت؟ قال: لا أدري، قال عليه السلام: حبس الله الدم فجعله غذاء للولد - إلي آخر الخبر بطوله (4).

عن الهيثم بن واقد، عن مقرن، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: سألت سلمان - رضي الله عنه - علياً عليه السلام عن رزق الولد في بطن أمه، فقال: إنّ الله تبارك وتعالى حبس عليها الحيضة فجعلها رزقه في بطن أمه (5).

ص: 552

1- (1) تلمظ: إذا أخرج لسانه فمسح به شفثيه.

2- (2) الاداوة: بكسر ففتح - إناء صغير من جلد يتخذ للماء، جمعه أداوي.

3- (3) توحيد المفضل ص 13.

4- (4) بحار الأنوار ج 57 ص 333 ح 1.

5- (5) بحار الأنوار ج 57 ص 341 ح 21.

إن غريزة طلب الغذاء التي تولد مع الطفل. هي التي تجعله يتلمظ ويحرك شفثيه طلباً للرضاع الذي اقتضته الطبيعة البدنية، و هيأت له آلة الرضاع دون تعليم من أمه لذلك فهو يجد ثديي أمه حاضرين معدين له كالأدواتين المعلقتين في صدرها ليمتصهما عند الحاجة. وهنا حكمة جلييلة يحسن الالتفات إليها، وهي أن معدة الطفل عند ولادته لا تقبل أي غذاء ابتداءً حتى لبن أمه، لأن جهازه الهضمي بعد لم يقم بأي عمل، ولم يعهد الهضم وعليه كان الواجب أن يحصل له منبه طبيعي ينبه المعدة، ويسيرها لعمل الهضم حتى تصير قادرة علي قبول اللبن وهضمه. وها هو لطف الخالق قد أحضر له هذا المنبه، وأعدّه في ثدي أمه ليرتضعه في أول مصة يمتصها وفي أيامه الثلاثة الأول و هو عبارة عن السائل الصمغي المفرز من غدة الثديين وأوعيتهما الدموية المسمي اصطلاحاً (مسمار) وعند العامة (صمغ الحليب) فإنه إذا وصل هذا السائل إلي المعدة تنبته للحركة واستعدت للهضم، وبعد الأيام الثلاثة يتحول تدريجاً إلي صورة اللبن عند ما يقوي علي التغذية به. لذلك تجد الطفل إذا منع من ارتشاف هذا الصمغ لسبب من الأسباب فإنه كثيراً ما يصاب بأضرار شديدة يكون من نتائجها ضعف المعدة بعد ذلك عن الهضم مطلقاً. ثم لهذا السائل أيضاً فوائد أخرى أظهرها إخراج تلك المادة العجينية المخاطية الموجودة في أمعاء الطفل و المتخلفة فيها من غذائه الرحيمي و تسمي اصطلاحاً (العقي) و عرفاً (العق) و الحكمة في وجود هذه العجينة في أمعاء الطفل، هي تعويد الطفل علي التبرز حينما تدفع بواسطة (المسمار). إذ لو لا هذه المادة لما كان شيء يدفع في التبرز و لما حصلت حركة للمعدة و الأمعاء و إذا لم تحصل الحركة بهذه الصورة لم تتنبأ للدفع، و هذا العمل هو خير من إخراج تلك المادة بالمليينات و المسهلات لاحتمال حدوث أضرار لا يستهان بها باستعمال تلك المليينات و المسهلات.

فإذا استعدت الأعضاء الهضمية لأداء وظيفتها في الطفل استقام رضاعه و صار يتغذي باللبن الجاهز له، ثم لا يزال كذلك يتغذي ما دام رطب البدن رقيق الإمعاء لين الأعضاء و كلما اشتد ثخن اللبن و كثف قوامه.

## البول

هو السائل الذي تستخلصه الكلتيان من الدم، ثم تفرزانه من خلال الحالب إلي المثانة ثم الإحليل ليخرج إلي خارج البدن.

تتراوح كمية البول ما بين (1-1,5 ل/يومياً) و تتفاوت هذه الكمية تبعاً لنوع الغذاء و مقدار

السوائل التي يتناولها الشخص يوميا، كما تتأثر بحرارة الطقس فيشح البول في الحر بسبب تبخر كمية كبيرة من العرق عبر الجلد، و تبخر كمية من بخار الماء بالتنفس.

يتكون البول من (96% ماء + 2,4% بولة) مع بعض المواد الصلبة.

### نجاسة البول:

يحتوي البول في تركيبه علي أملاح معدنية و مركبات عضوية، منها البولة الدموية و علي فضلات سامة. و هو يهب ما تلوث به أثرا يغير اللون الأصلي النظيف و رائحة خاصة مستكرهة. و هو بتركيبه وسط صالح لتكاثر الجراثيم و الفطور و الخمائر، و لذا سرعان ما تفكك بعض مركباته بفعل هذه العضويات التي تحويها أو التي ترده من الهواء أو مما لامسه أو جاوره و يزداد التفكك سرعة في الفصل الحار و المكان الحار ناشرا ورائح مضره يتألف بعضها من رائحة النشادر الذي ينتج عن تفكك مادة البولة Uree التي يحتويها.

فالبول من الأوساخ التي يجب علي الإنسان أن يتنزه عنها. أضف إلي ذلك أن المرء قد يكون مصابا بإنتان جرثومي في أحد أقسام جهازه البولي، و لو بدون أن يشعر بأعراض لذلك الإنتان، فيكون بوله حاويا عوامل مرضية كالعصيات الكولونية، و يكون أكثر سرعة في التبدل و التفسخ، و يكون وسيلة لنشر الجراثيم المرضية. كما أن بول المصاب بالحمي التيفية يحوي جراثيمها و خاصة في الأسبوع الثالث من الإصابة، و قد يبقي الناقه من التيفية حاملا للجرثوم سنين طويلة بعد شفائه يليقيه مع البراز، و نادرا ما يكون الجرثوم في البول(1).

وقد يكون المرء مصابا بداء بلهارزيات المثاني، و أهم ما يتصف به هذا الداء بول الدم و حصول اضطرابات مختلفة في المثانة، و يكون بول المصاب حاويا علي بيوض البلهارزيات الدموية (منشقة الجسم الدموية) و أكثر البيوض التي تقع في البول يكون ملقحا. و عند ما تصل هذه البيوض إلي الماء تنطلق منها الأجنة التي تدخل نوعا من المحار فتتطور فيه إلي ما يسمى الأجنة المذنبة المشوكة، ثم تخرج من ثوبها العسر و تسبح حرة في الماء تقش عن المقر و هو الإنسان لتدخل في بدنه و يكون دخولها غالبا من الجلد المتلين بتأثير الماء، ثم تتطور في جسم الإنسان لتصيبه بأعراض دائها(2).

و هكذا نري أن حكم الإسلام بنجاسة بول الإنسان هو إلزام بالتنزه عنه و بتنظيف و تطهير ما

ص:554

1- (1) محاضرات في الأمراض الإنتانية للأستاذ الدكتور بشير العظمة - بحث الحمي التيفية.

2- (2) ملخص عن كتاب الجراثيم الطفيلية للأستاذ الدكتور أحمد حمدي الخياط.

أصابه. ولقد حذر رسول الله (ص) من التهاون بالتنزه عن البول، فعن ابن عباس رضي الله عنهما «أن النبي (ص) مر علي قبرين فقال: إنهما يعذبان، وما يعذبان في كبير، أما هذا فكان لا يستتر من بوله، وأما هذا فكان يمشي بالنميمة»<sup>(1)</sup>، ومعني لا يستتر: أي لا يجعل بينه وبين بوله سترة تحفظه من رشاشه فهو بمعني لا يستتره. وفي معني (و ما يعذبان في كبير) قال الخطابي: معناها أنهما لم يعذبا في أمر كان يكبر عليهما أو يشق فعله لو أرادا أن يفعلاه وهو التنزه عن البول وترك النميمة، ولم يرد أن المعصية في هاتين الخصلتين ليست بكبيرة في حق الدين وأن الذنب فيهما هين سهل.

إن بول الرضيع أكثر خلوا من الجراثيم من بول الأطفال الأكبر وبول الكهول، بل هو عقيم في الغالب فالحكم عليه بالنجاسة أيضا واسطة للظافة لسرعة تفسخ البول. وبما أن الرضيع الذكر كثيرا ما تتعرض أمه أو من حوله للتلوث باندفاع بوله المفاجيء أثناء تغيير حفاظه والاعتناء به، فلذا أجاز الشرع من باب المعفوات أن يظهر ما أصابه بول الرضيع الذكر بطريق الرش (النضح بالماء). ولم يعف الشرع بول الرضيعة من التطهير الأصلي لإمكان التحرز منه، وهو مع ذلك إن سخّ علي فخذيها تلوث بما عليهما من جراثيم البراز.

## الحيض

هو الدم الذي ينزل من المرأة بعد البلوغ، ويحصل بمعدل مرة واحدة كل شهر قمري، ويسمي تعاقب الحيض عند المرأة (العادة الشهرية) ومدتها وسطيا (28 يوما) تحسب من بداية الحيضة الحالية إلي بداية الحيضة التالية.

و يميل لون دم الحيض إلي السواد، وهو يتخثر داخل الرحم، ثم يتحلل، ويخرج سائلا- غير قابل للتخثر مرة أخرى، وهذه هي إحدى صفات دم الحيض الهامة، ويمكن بقاءه علي هذه الصورة السائلة سنوات طويلة، وهو يضم أجزاء من الغشاء المخاطي المبطن للرحم مع كمية من كرات الدم الحمراء والبيضاء. وتفاوت كميته من امرأة إلي أخرى، ويتراوح عادة ما بين (60-240 سم مكعب).

كما تفاوت مدة الحيض بين النساء، فقد لا تزيد عن يوم و ليلة، وقد تصل إلي (15 يوما) وفي الغالب (6 أيام) ويغلب أن تكون عادة المرأة نفسها منتظمة (فلكل امرأة ما اعتادت).

وسبب الحيض نشاط المبيض واستعداده لإطلاق إحدى البويضات، ويصاحب هذا الاستعداد

ص:555

ارتفاع ملحوظ في نسبة الهرمونات التي تفرز لتتهيء الرحم للحمل، وينشط من جراء هذه التبدلات الغشاء المخاطي المبطن للرحم، و تحتقن العروق الدموية فيه، فإذا انطلقت البويضة في منتصف الدورة الشهرية، ولم تلقح في غضون (24 ساعة) فإنها تتحلل وتموت، و ترجع نسبة الهرمونات إلي معدلها الأول، و تتوسف بطانة الرحم و تسقط، و يصاحب هذا التوسف النزيف الذي يميز حالة الحيض.

## سبب الحيض:

إن رحم المرأة و مبيضها و أئدها بل و جهازها التناسلي بأكمله يمر بدورة شهرية كاملة حسب تغير الهرمونات في جسمها بزيادة هرمون و نقصان آخر.. و سنكتفي هنا بالتركيز علي دورة الرحم حتي نعرف كيف يأتي الحيض و ما هو سببه.

إن للرحم غشاء يبطنه من الداخل و ستبدأ الدورة بعد انتهاء الطمث مباشرة فنجد الغشاء المبطن للرحم بسيطا و لا تزيد ثخائته عن نصف ميليمتر.. و أوعيته الدموية و غدده بسيطة كذلك.. فإذا ابتدأت الدورة فإن الرحم يمر بثلاث مراحل و نوجزها فيما يلي.

1 - مرحلة النمو PROLIFERATIVE PHASE : و خلال هذه الفترة ينمو الغشاء المبطن للرحم من أقل من ميليمتر إلي ما يربو علي خمسة ميليمترات أي يتضاعف حجمه أكثر من خمس مرات كما يزداد عدد الغدد و تصبح علي شكل أنابيب طويلة لها خلايا عمودية:

COLUMNAR EPITHELIAL

. CELLS

2 - مرحلة الإفراز SECRETARY PHASE : يزداد نمو الرحم في هذه المرحلة زيادة ملحوظة.. فينمو سمك الغشاء المبطن للرحم من خمسة ميليمترات إلي ثمانية ميليمترات.. و تزداد حلزونية الشرايين المغذية للرحم لازدياد طولها في حيز ضيق.. كما يزداد عددها ازديادا كبيرا..

و تنمو الغدد الرحمية نموا كبيرا و تصبح هي الأخرى لولبية الشكل أيضا.. و تنمو الخلايا فيما بين الغدد و يكثر عددها.. و يكون الغشاء أكثر تماسكا من ناحية السطح و اسفنجي القوام ناحية جدار الرحم.

إن جسم المرأة بأكمله ينقلب نتيجة إفراز هذا الهرمون.. و يستعد رحمها و جهازها التناسلي بل جسمها بكامله للحمل.. فإذا قدر الله و لم يحصل الحمل تري ما ذا يكون؟

3 - مرحلة الطمث: يحزن الرحم لفقدان فرصته في أداء وظيفته و له طريقتة الخاصة في التعبير

ص:556

عن حزنه.. إنه لا يبكي دموعا.. بل دما هو دم الطمث.. «دم أسود محتدم حار كأنه محترق» كما ينقله الإمام الشيرازي في المهذب عن الأزهري.

«دم أسود محتدم حار كأنه محترق» و لكأنه يصف ما به من كمد فيكون محتدما حارا كأنه محترق من فرط لوعته.. علي عكس دم الإستحاضة الأحمر المشرق الذي لا هم به ولا حزن..

ويحق للرحم أن يحزن.. ويحق له أن يبكي دما.. ودما أسود محتدما، فقد استعد بالفرش و الطنافس.. وأحضر الغذاء و الدماء و بني هيكل عظيم ثم يقال لا فائدة من هذا البناء.. ولا جدوي من هذا الاستعداد و العناء.. لا شك أنه يغضب و يحزن و يحتدم في نفسه صراع قوي فيقوم بهدم البناء و طرده إلي الخارج من الدم الأسود المحترق.

و إذا استعملنا العبارات العلمية الجافة للتعبير عن هذه الحقيقة فإننا نجد أن هرمون البروجسترون يقل فجأة عند ما يعلم المبيض أن لا حمل هناك فيتوقف عن إفراز هرمون الحمل..

فإذا قلت كمية هذا الهرمون في الدم انقبضت الأوعية الدموية المغذية لغشاء الرحم انقباضا شديدا حتي ل تمنع عنه التغذية منعاً باتا.. فيذوي الغشاء و يتفتت ما تحته من أوعية دموية فيخرج منها الدم المحتقن.. أسود أكمد و ينزل دم الحيض محتويا علي قطع من الغشاء المبطن للرحم مفتتة.

و يتجلط الدم في الرحم ثم تسلط عليه مواد مذيبة لهذه الجلطة و أليافها بواسطة خميرة (انزيم) تدعي مذيب الليفين.. و الليفين هو اصطلاح الأطباء المحدثين للألياف التي تتكون في الجلطة الدموية.. و ينزل لذلك دم الحيض لا يتجلط و لو بقي سنينا طوالا.. ذلك لأنه قد سبق تجلطه في الرحم ثم أذيت الجلطة بفعل تلك الخميرة.

عن سالم الضرير أنّ نصرانياً سأله (1) الصادق عليه السلام عن أسرار الطبّ ثم سأله عن تفصيل الجسم، فقال عليه السلام: إن الله خلق الإنسان علي اثني عشر وصلاً، وعلي مائتين وثمانية وأربعين عظماً، وعلي ثلاثمائة وستين عرقاً. فالعروق هي التي تسقي الجسد كله، والعظام تمسكها، واللحم يمسك العظام، والعصب يمسك اللحم وجعل في يديه اثنين وثمانين عظماً في كلّ يد أحد وأربعون عظماً، منها في كفه خمسة وثلاثون عظماً، وفي ساعده إثنان، وفي عضده واحد. وفي كتفه ثلاثة، فذلك أحد وأربعون عظماً، وكذلك في الأخرى، وفي رجله ثلاثة وأربعون عظماً، منها في قدمه خمسة وثلاثون عظماً، وفي ساقه اثنان، وفي ركبته ثلاثة، وفي فخذه واحد وفي وركه اثنان. وكذلك في الأخرى. وفي صلبه ثمان عشرة فقارة، وفي كلّ واحد من جنبيه تسعة أضلاع، وفي وقصته (2) ثمانية (3)، وفي رأسه ستة وثلاثون عظماً، وفي فيه

ص: 558

- 
- 1- (1) يمكن أن يكون المراد وصل الأعضاء العظيمة بعضها ببعض كالرأس والعنق والعضدين والساعدين والوركين مع الفخذين والساقين والأضلاع من اليمين والأضلاع من الشمال.
- 2- (2) كأن المراد بالوقصة العنق. قال الفيروزآبادي: وقص عنقه - كوعد: كسرهما - والوقص - بالتحريك - قصر العنق.
- 3- (3) فعدّها ثمانية باعتبارهم بعض فقرات الظهر إليها لقربها منها وانحنائها. وظاهر الأخبار أنّها نوع آخر غير العظم والعصب، لأنهم عليهم السلام عدّوها في ما لا تحلّه الحياة من الحيوان مقابلاً للقرن والعظم والظلف والحافر وغيرها وهو لا ينافي المذهب الأخير كثيراً وظاهر الأخبار أنّه لا حسّ لهم ولم تحلّها الحياة كما ذهب إليه بعض الأطباء وقال بعضهم: لها -

ثمانية وعشرون أو إثنان و ثلاثون [عظما] (1).

ص: 559

---

1- (1) بحار الأنوار ج 58 ص 317 ح 26.



## العروق الدموية

في جسم الإنسان (4) أنواع من العروق الدموية، هي:

- 1 - الشرايين: وفيها يجري الدم الذي يحمل الأوكسجين و يوزعه علي سائر خلايا البدن و تحتوي الشرايين (45%) من كتلة الدم.
- 2 - الأوردة: و هي تنقل الدم المحمل بثاني أكسيد الكربون من سائر أنحاء البدن إلي الرئتين مرورا بالقلب و تحتوي الأوردة (50%) من كتلة الدم.
- 3 - الشعيرات الدموية: و هي شبكة واسعة جدا من العروق الدقيقة، تصل ما بين الشرايين و الأوردة، و هي تحمل (5%) من كتلة الدم.
- 4 - العروق اللمفاوية: و فيها يجري سائل اللمف الغني بعناصر المناعة.

و تمتد شبكة العروق الدموية في جميع أنحاء البدن لتصل إلي كل جزء فيه، و يبلغ مجموع أطوال هذه الشبكة أكثر من (160,000 كلم) أي ما يكفي للدوران عدة مرات حول الكرة الأرضية عند خط الاستواء! و أما المساحة المربعة لهذه الشبكة فتزيد عن (6500 م مربع) علما بأن الشعيرات الدموية وحدها تشغل نحو (85%) من هذه المساحة، و يزيد عددها عن (40 مليار شعيرة).

و في الظروف العادية تمر كتلة الدم بشبكة العروق الدموية أكثر من (3000 مرة/يوميا) و أما في حال الجهد و النشاط و الحركة فتمر أضعاف هذه المرات!

و يندفع الدم داخل العروق الدموية بقوة كبيرة، و بخاصة داخل الشرايين، و علي سبيل المثال فإن انقطاع الشريان الأبهر يؤدي لاندفاع الدم منه إلي ارتفاع (180 سم) و لهذا السبب فقد جعل الله عز و جل الشرايين في حرز حصين في أعماق الأعضاء، و تحت العضلات، قريبا من العظام، لتكون في مأمن من الإصابات و الجروح.. و أما العروق السطحية التي نشاهدها عادة تحت جلدنا فهي أوردية، و لا خطر كبير من وجودها عند السطح لأن ضغط الدم فيها أقل بكثير مما في الشرايين، و من ثم فلا يحصل ضرر كبير عند إصابتها!

## العظام

تشكل العظام الهيكل الذي يعطي الإنسان شكله المميز، و عليها ترتكز عضلات الجسم

المختلفة، ويشكل بعض العظام تجاويف حصينة لحماية بعض الأعضاء الهامة كالدماع والنخاع الشوكي والرئتين والقلب.

وتعد العظام بمثابة مخزن كبير للمعادن، منها يستمد الجسم ما يحتاج إليه من معادن كالسيوم والفوسفور. كما أن العظام هي مصنع الدم حيث ينتج نقي العظام: كريات الدم الحمر والبيض، والصفائح.

يبدأ تشكل العظام في اليوم (20) من حياة الجنين داخل الرحم، ويكتمل تشكل الهيكل العظمي للجنين في الأسبوعين (5، 6) وتكون العظام في البداية غضروفية التركيب، ولكل منها نقاط تعظم، ويولد الجنين عادة وفي جسمه (360 عظمة) يلتحم بعضها مع بعض و يبقى بعضها الآخر بلا التحام، فيهبط العدد إلي (206 عظمة) في غضون (20 عاما) وقد جاءت الإشارة إلي العدد الأصلي للعظام (360 عظمة) في قول النبي (ص): «خلق كل إنسان من بني آدم علي ستين و ثلاثمائة مفصل، فمن كبر الله عز وجل، و هلك الله، و سبى الله، و استغفر الله، و حرك حجرا عن الطريق أو شاله، أو عظما، أو أمر بمعروف، أو نهى عن منكر، عدد الستين و ثلاثمائة السلامي يمشي يومئذ و قد زحزح نفسه عن النار» رواه مسلم.

وتشكل العظام في الإنسان البالغ حوالي (20%) من وزنه، وهي تتوزع علي النحو الآتي:

- 29 عظمة في الجمجمة.

- 26 عظمة في العمود الفقري (أو 32-35 فقرة).

- 25 عظمة في القفص الصدري.

- 32 عظمة في الطرف العلوي (- 64 عظمة في الطرفين).

- 31 عظمة في الطرف السفلي (- 62 عظمة في الطرفين).

أطول هذه العظام هو عظم الفخذ الذي يعادل (27,5%) من طول الجسم، ولعل أطول عظمة فخذ عرفت حتي الآن هي التي بلغت (76 سم) وكانت للعملاق الألماني (كونستانتين) الذي توفي في (30 آذار 1902 م) وكان عمره آنذاك 30 عاما.

أما أقصر عظام الإنسان فهي عظمة (الركاب) في الأذن، فلا يزيد طولها عن (3 ملم) علما بأن العظام الثلاث التي في الأذن (الركاب و السندان و المطرقة) لا يزيد وزنها مجتمعة عن (50 ملغ) فقط!

و تتحمل العظام ضغطا عاليا جدا، فيقع عليها أثناء المشي العادي ضغط قد يصل (600 كلغ/

ص: 561

سم المربع) ويزداد هذا الضغط كثيرا أثناء الركض أو القفز. و تتمتع بعض عظام الجسم بالقدرة علي تحمل ضغوط كبيرة جدا قبل أن تنكسر، فعظم الظنوب في الساق يمكن أن يتحمل ضغط 1,5 طن (- 1500 كلغ) قبل أن ينكسر!

و تعود متانة العظام إلي السبيكة المعدنية العضوية المحكمة التي تتشكل منها، وذلك وفق النسب الآتية:

- فوسفات الكالسيوم الثلاثين 85%، - فحمات الكالسيوم 10%، - فوسفات المغنيزيوم 1,5%، - فلور الكالسيوم 0,3%، - كلور الكالسيوم 0,2%، مواد أخرى 3%

## اللحم:

المراد منه النسيج العضلي الذي يكسو العظام ويرتكز عليها، وهو أحمر اللون و أبيضه، فالأحمر ما تكون أليافه مخططة و حركتها بالإرادة، و الأبيض ما تكون أليافه ملساء و حركتها ليست مرتبطة بإرادة بل متحركة بحكم الطبيعة البشرية مثل عضلات الجهاز الهضمي و التنفسي و البولي، و يستثنى منها عضلات القلب التي لا تخضع لإرادة و إن كانت مخططة. و من خصائص اللحم الانقباض و الانبساط لإيجاد حركة البدن.

## الشحم:

و هو نسيج رخو دهني لين، يقع بين الخلايا و الشبكات البدنية غالبا و الحكمة في خلقته تأمين حرارة البدن باعتدال مناسب و إعطائه الشكل المناسب الخارجي و لصيرورته بدل ما يتحلل من البدن من حرارة أو غذاء عند حدوث مرض أو تعب إذ لولاه لضعف الجسم من الجوع أو البرد أي فقدان الحرارة، و لذلك تراهم يطلقون علي هذا النسيج الشحمي (الكنز الثمين عند الملمات) و من فوائده إعطاء الرواء و الجمال المناسب لهيكل الأعضاء إذ لولاه لكان الناس جميعهم خافتي الوجنات غائري العيون نحاف الأبدان، فهو يملأ المسافات الفارغة، و الزوايا بين العظام و العضلات فيتوتر الجلد من فوقها. و من هنا تري وجوه العجائز و المسنين تتجعد و تنكمش لقللة الشحم تحت جلدة وجوههم.

## الأعصاب

تتكون الأعصاب من استطالات الخلايا العصبية المتوضعة في كل من الدماغ و النخاع الشوكي، و تخدم الأعصاب في نقل مختلف التنبهات العصبية من كافة أعضاء البدن إلي الجملة

العصبية المركزية، كما تنقل سائر الأوامر من الجملة العصبية المركزية إلي كافة أعضاء البدن.

و تتراوح سرعة انتقال التنبهات العصبية في الأعصاب ما بين (0,25-100 م/ثا) ويمكن للعصب أن ينقل أكثر من (1000 تنبيه) في الثانية الواحدة!

ولم يعرف العلماء كيفية مرور التنبه العصبي ضمن الأعصاب إلا منذ عهد قريب، علي أيدي ثلاثة من العلماء، هم: البريطانيان (آلان لويد هودجكين، وأندرو فندنج هكسلي) و الأسترالي (جون كارو إكلز) الذين حازوا جائزة نوبل علي هذا الاكتشاف في عام 1963 م، و قد وجد هؤلاء العلماء أن التنبه العصبي يؤدي إلي تغير في الاستقطاب الكهربائي علي غشاء الخلية العصبية، فتتولد من ذلك شحنة كهربائية تتناسب مع نوع التنبه و مقداره، تسري ضمن العصب إلي المراكز العصبية في الجملة العصبية المركزية التي تقوم بترجمة هذه الشحنة إلي الأحاسيس المختلفة مثل حس الألم، أو البرودة، أو السمع، أو البصر. وقد اكتشف العلماء حتي الآن أكثر من (60 مادة) عصبية تخدم في نقل التنبهات العصبية المختلفة!

و تتفاوت أطوال الأعصاب تبعاً لبعدها عن منشأ العصب، و يتجاوز طول بعضها (100 سم) و نظراً لأهمية الأعصاب و خطورة إصابتها فإن الله عز و جل جعل لها حماية مشددة، فهي في الغالب تتوضع في العمق قريباً من العظام، تغطيها طبقات سميكة من العضلات!

و في الجسم عدد كبير من الأعصاب، تعود جميعها إلي (43 زوجاً) من الأعصاب الرئيسة:

فينشأ (12 زوجاً) منها من الدماغ، و هي (الأعصاب القحفية) التي تتفرع إلي عدد من الأعصاب الفرعية، لتقوم علي خدمة الرأس و العينين و الأذنين و الحلق و بعض الأعضاء في الصدر و البطن.

و ينشأ (31 زوجاً) منها من النخاع الشوكي، تتفرع أيضاً إلي عدد كبير من الأعصاب الفرعية لتقوم علي خدمة بقية أعضاء البدن.

عن محمد بن إبراهيم الطالقاني، عن الحسن بن عليّ العدويّ عن عباد بن صهيب، عن أبيه، عن جدّه، عن الربيع صاحب المنصور، قال: حضر أبو عبد الله عليه السّلام مجلس المنصور يوماً وعنده رجل من الهند يقرأ كتب الطبّ، فجعل أبو عبد الله عليه السّلام ينصت لقراءته، فلما فرغ الهندي قال له: يا أبا عبد الله أتريد ممّا معي شيئاً؟ قال: لا، فإنّ معي ما هو خير ممّا معك قال: وما هو؟ قال: أداوي الحارّ بالبارد، و البارد بالحارّ، و الرطب باليابس، و اليابس بالرطب، و أردّ الأمر كلّه إليّ الله عزّ و جلّ، و أستعمل ما قاله رسول الله (ص) «و اعلم أنّ المعدة بيت الداء، و أنّ الحمية هي الدواء» و أعوّد البدن ما اعتاد.

فقال الهنديّ و هل الطبّ إلّا هذا؟! فقال الصادق عليه السّلام: أفتراي من كتب الطبّ أخذت؟ قال: نعم، قال: لا والله، ما أخذت إلّا عن الله سبحانه، فأخبرني أنا أعلم بالطبّ أم أنت؟ قال الهنديّ: لا، بل أنا. قال الصادق عليه السّلام: فأسألك شيئاً، قال:

سل.

قال [الصادق] عليه السّلام: أخبرني يا هنديّ لم كان في الرأس شؤون (1)؟ قال: لا أعلم قال: فلم جعل الشعر عليه من فوق؟ قال: لا أعلم، قال: فلم خلت الجبهة من الشعر؟ قال: لا أعلم، قال: فلم كان لها تخاطيط و أسارير (2)؟ قال: لا أعلم، قال: فلم

ص: 564

1- (1) قال الجوهري: الشّأن واحد الشؤون و هي مواصل قبائل الرأس و ملتقاها، و منها تجيء الدموع.

2- (2) وقال: السرر أيضا واحد «أسرار الكف و الجبهة» و هي خطوطها، و جمع الجمع أسارير.

كان الحاجبان [من] فوق العينين؟ قال: لا- أعلم، قال: فلم جعل العينان كاللوزتين؟ قال: لا أعلم قال: فلم جعل الأنف بينهما؟ قال: لا أعلم، قال: فلم كان ثقب الأنف في أسفله؟ قال: لا أعلم، قال: فلم جعلت الشفة و الشارب من فوق الفم؟ قال: لا أعلم، قال: فلم احتد السنّ و عرض الضرس(1) و طال الناب؟ قال: لا أعلم، قال: فلم جعلت اللحية للرجال؟ قال: لا أعلم، قال: فلم خلت الكفّان من الشعر؟ قال: لا- أعلم، قال: فلم خلا الظفر و الشعر من الحياة؟ قال: لا أعلم، قال: فلم كان القلب كحبّ الصنوبر؟ قال: لا أعلم، قال: فلم كانت الرئة قطعتين و جعل حركتها في موضعها؟ قال: لا أعلم، قال: فلم كانت الكبد حدباء(2)؟ قال: لا أعلم، قال: فلم كانت الكلية كحبّ اللوييا؟ قال: لا أعلم، قال: فلم جعل طيّ الركبة إلي خلف؟ قال:

لا أعلم، قال: فلم انحصرت القدم(3)؟ قال: لا أعلم.

فقال الصادق عليه السّلام: لكنّي أعلم. قال: فأجب. فقال الصادق عليه السّلام: كان في الرأس شؤون لأنّ المجوّف إذا كان بلا فصل أسرع إليه الصّداق، فإذا جعل ذا فصول كان الصّداق منه أبعد.

و جعل الشعر من فوقه ليوصل بوصول(4) الأدهان إلي الدماغ، و يخرج بأطرافه

ص: 565

1- (1) و الذي يظهر من كلام اللغويين أن السن و الضرس مترادفان، و يظهر من إطلاقات الأخبار و غيرها اختصاص السن بالمقادير الحداد، و الضرب بالمآخير العراض.

2- (2) في المصباح: حدب الإنسان من باب تعب إذا خرج ظهره و ارتفع عن الاستواء و الرجل أهدب و المرأة حدباء.

3- (3) قال الجوهري: رجل منحصر القدمين إذا كانت قدمه تمس الأرض من مقدمها و عقبها و تخوي (يخوي) أخمصها مع دقة فيه.

4- (4) قوله عليه السّلام: «ليوصل بوصول» أي بسبب وصول الشعر إلي الدماغ تصل إليه الأدهان، أو هو جمع إلي منابته و أصوله، و لا يبعد أن يكون في الأصل «بأصوله» فصحف، بقريظة مقابلة «أطرافه».

البخار منه، ويرد الحرّ و البرد الواردين عليه.

و خلت الجبهة من الشعر لأنها مصبّ النور إلي العينين(1). و جعل فيها التخاطيط و الأسارير ليحبس العرق الوارد من الرأس عن العين قدر ما يميّطه(2) الإنسان عن نفسه كالأنهار في الأرض التي تحبس المياه.

و جعل الحاجبان من فوق العينين ليردا عليهما من النور قدر الكفاية.

ألا تري يا هندي أنّ من غلبه النور جعل يده علي عينيه ليردّ عليهما قدر كفايتهما منه.

و جعل الأنف في ما بينهما ليقسّم النور قسمين إلي كلّ عين سواء.

و كانت العين كاللوزة ليجري فيها الميل بالدواء و يخرج منها الداء، و لو كانت مربعة أو مدوّرة ما جري فيها الميل و ما وصل إليها دواء و لا يخرج منها داء.

و جعل ثقب الأنف في أسفله لينزل منه الأدوية المنحدرة من الدماغ، و يصعد فيها الأرييح(3) إلي المشامّ، و لو كان في أعلاه لما نزل داء و لا وجد رائحة.

و جعل الشارب و الشفة فوق الفم لحبس ما ينزل من الدماغ عن الفم، لئلاّ يتنّصص

ص:566

1- (1) قوله عليه السّلام: «لأنها مصب النور» و ذلك لأن طول الشعر من الحاجب الأعلى إليها، و أكثر الأنوار السماوية ترد من الجبهة العليا، أو أن الأعصاب التي ترد منها الروح في باطن الجبهة، و مع نبات الشعر تصل منابتها إلي تلك الأعصاب فتمنع ورود الروح التي هي محل النور، أو أنه مزاج الروح الحاصل للنور حار رطب، و الشعر يتولد من المواد الباردة اليابسة فلا يتوافقان، و الأول أظهر.

2- (2) يقال: ما طه يميّطه و أماطه أي نحاه و أبعدّه.

3- (3) في القاموس: الريح معروف، و الجمع أرواح، و أرياح، و رياح و ريح - كعنب، و جمع الجمع أراويح و اراييح.

علي الإنسان طعامه و شرابه فيميطه عن نفسه(1).

و جعلت اللحية للرجال ليستغني بها عن الكشف(2) في المنظر و يعلم بها الذكر من الأنثي.

و جعل السنّ حادًا لأنّ به يقع العَضّ، و جعل الضرس عريضًا لأنّ به يقع الطحن و المضغ، و كان الناب طويلًا ليشدّ الأضراس و الأسنان كالأسطوانة في البناء.

و خلا الكفّان من الشعر لأنّ بهما يقع اللمس، فلو كان بهما شعر ما دري الإنسان ما يقابله و يلمسه.

و خلا الشعر و الظفر من الحياة لأنّ طولهما سمح يقبح و قصّهما حسن، فلو كان فيهما حياة لألم الإنسان لقصّهما.

و كان القلب كحَبِّ الصنوبر لأنّه منكس، فجعل رأسه دقيقًا ليدخل في الرئة فيتروّح عنه ببردها لئلاّ يشيط الدماغ بحرّه.

و جعلت الرئة قطعتين ليدخل بين مضاعطها(3) فتروّح(4) عنه بحركتها.

و كانت الكبد حدياء لتثقل المعدة و تقع جميعها عليها فتعصرها فيخرج ما فيها من البخار.

و جعلت الكلية كحَبِّ اللوبيا لأنّ عليها مصبّ المنّي نقطة بعد نقطة، فلو كانت

ص:567

---

1- (1) و قوله عليه السّلام: «فيميطه عن نفسه» أي فيحتاج إلي أن يميط ما ينزل من الدماغ في أثناء الأكل و الشرب عن نفسه، أو فيميط الشارب و الشفة ما ينزل عنه، و هو بعيد.

2- (2) «ليستغني بها عن الكشف» أي عن كشف العورة لاستعلام كونه ذكرًا أم أنثي و قوله «في المنظر» متعلق بقوله «يستغني» لا بالكشف.

3- (3) «بين مضاعطها» أي بين قطعتي الرئة.

4- (4) «فتروّح» أي الرئة. «عنه» أي القلب.



مربّعة أو مدوّرة لاحتبست النقطة الأولى الثانية، فلا يلتدّ بخروجها الحيّ، إذ المنى ينزل من فقار الظهر إلى الكلية فهي كالوددة تنقبض و تنبسط. ترميه أوّلا فأوّلا إلى المثانة كالبنفقة من القوس.

و جعل طيّ الركبة إلي خلف لأنّ الإنسان يمشي إلي ما بين يديه(1) فتعتدل الحركات، ولو لا ذلك لسقط في المشي.

و جعلت القدم متخصّرة لأنّ الشيء إذا وقع علي الأرض(2) جميعه ثقل ثقل حجر الرحا، إذا كان علي حرفه دفعه الصبيّ، وإذا وقع علي وجهه صعب ثقله علي الرجل.

فقال الهندي: من أين لك هذا العلم؟ فقال عليه السّلام: أخذته عن آبائي عليهم السّلام عن رسول الله (ص) عن جبرئيل عليه السّلام عن ربّ العالمين - جلّ جلاله - الذي خلق الأجساد والأرواح. فقال الهندي: صدقت، وأنا أشهد أن لا إله إلاّ الله، وأنّ محمدا رسول الله و عبده. و أنك أعلم أهل زمانك(3).

ص: 568

1- (1) قوله عليه السّلام: «يمشي إلي ما بين يديه»: أي يميل في المشي إلي قدامه فلو كان طي الركبة من القدام لاثني أيضا من هذا الجانب فيسقط.

2- (2) قوله «إذا وقع علي الأرض جميعه»: وذلك لامتناع الخلاء، لأنّه إذا لم يكن بين السطحين هواء أصلا وانطبقتا لم يكن رفع أحدهما عن الآخر فيرتفعان معا، ولو كان بينهما هواء قليل يرتفع لكن يتعسر لتوقفه علي تخلخل هذا الهواء و دخول الهواء من خارج أيضا، فتخصر القدم يوجب وجود هواء كثير تحت القدم فإذا رفع القدم يدخل تحت ما لصق بالأرض من قدام القدم و عقبه الهواء من الأطراف بسرعة و سهولة فلا يعسر رفعه.

3- (3) بحار الأنوار ج 57 ص 307-310 ح 17.

يغطي الشعر جميع أنحاء الجلد، ما عدا راحتي اليدين، وأخمصي القدمين، و ظهور المفاصل في أصابع اليدين و القدمين. و تتراوح نسبة الشعر ما بين (40-800 شعرة/سم مربع من الجلد) و يكون الشعر غزيرا في فروة الرأس، و تحت الإبطين، و في منطقة العانة. و بصورة عامة فإن شعر الرجل أغزر من شعر المرأة في جميع أنحاء البدن، إلا الرأس فإن شعر المرأة فيه أغزر.

و يختلف توزيع شعر العانة بين الرجل و المرأة، فينتشر شعر العانة عند الرجل إلي الأعلى حتي يصل إلي السرة، أما عند المرأة فيتوقف في حدود العانة. و يعزي هذا الاختلاف في توزيع الشعر بين الجنسين إلي اختلاف نوع الهرمونات في كل من الرجل و المرأة.

و تختلف قدرة الشعرة علي الاستطالة حسب موقعها من البدن، و يعد شعر الرأس أسرع الشعر استطالة، بينما يتوقف شعر الحاجبين و الرموش و الجلد عن الاستطالة عند ما يبلغ حدا معيناً! و تستطيل الشعرة وسطياً (0,1 ملم/يومياً) أي إن الشعرة تستطيل بمقدار (1 سم/3 شهور) و في العادة يتكاسل الشعر عن الاستطالة و تنقص أطرافه عند ما يتجاوز حدا معيناً، و هذا الحد يختلف من شخص إلي آخر تبعاً لعوامل عديدة: هرمونية، و وراثية.

و يتساقط الشعر بمعدل (30-100 شعرة يومياً) فإذا زاد عن هذا الحد و جب البحث عن السبب. و يصاب معظم الرجال بالصلع، فيتساقط شعر الرأس شيئاً فشيئاً مع التقدم في العمر، و أما المرأة فلا تصاب بالصلع مع أن شعرها يتساقط أيضاً، إلا أن تساقطه يتوزع علي سائر أنحاء رأسها، فلا تظهر عليها علامات الصلع كالرجل.

و يكتسب الشعر لونه من مادة (القتامين) التي تتوضع في الطبقة العميقة من الجلد، و كلما إزدادت نسبة هذه المادة في الشعرة مال لونها إلي القتامة أكثر، و كلما قلت مالت إلي اللون الفاتح، و يشيب الشعر عادة مع التقدم في العمر، و تؤثر في ظهور الشيب المبكر عوامل عديدة: وراثية و هرمونية و عاطفية.

## الجفن و الأشفار

قال عليه السلام: تأمل يا مفضل الجفن علي العين كيف جعل كالغشاء، و الأشفار كالأشراج

و أولجها في هذا الغار، و أظلمها بالحجاب و ما عليه من الشعر(1).

## الأسنان

يبدأ ظهور الأسنان في فم الطفل حوالي الشهر 5-6 من عمره، و هناك روايات مشكوك فيها عن أطفال ولدوا و عندهم بعض الأسنان، كالرواية التي تروي عن الأمير لويس الذي أصبح فيما بعد لويس الرابع عشر عاهل فرنسا فقد ولد و في فمه سنّان!

و تسمى الأسنان التي تظهر في فترة الطفولة (الأسنان اللبنية) لتزامن ظهورها مع فترة الرضاعة، و هي تسقط تباعا فيما بعد لتحل محلها (الأسنان الدائمة).

و أول الأسنان اللبنية ظهورا هما القاطعتان اللتان تظهران في الفك السفلي، ثم تظهر قاطعتان أخريان في هذا الفك مع (4 قواطع) في الفك العلوي، و ذلك في عمر (12-15 شهرا) و في عمر (15-30 شهرا) تظهر الطواحن، فيصبح عدد الأسنان اللبنية 20 سنا (10 في كل فك).

و عند ما يبلغ الطفل 6 سنوات تنبت له أربعة أسنان جديدة هي الضروس الطواحن و هي طليعة الأسنان الدائمة.

و بعد ذلك، و في غضون 5-6 سنوات ينبد الجسم الأسنان اللبنية لتحل محلها الأسنان

ص: 570

1- (1) الأجنان هي أغشية العين المتحركة من فوقها و تحتها و الجفن عضو ذو طبقات ثلاث فظايره مستور بجلد رقيق رخو، و باطنه طبقة ملتحمة تسمى (المنضمة) و فيما بين هذين الغشائين قريبا من الحافة غضروف مثلث لشكل هلالى الوضع و فوقه أوتار العضلات الجاذبة للجفن نحو الأعلى، و ما بين هذه العضلات و الأوتار غدة صغيرة تفرز علي الدوام مادة دهنية لترطيب العين و تليينها، كما أن هناك أيضا عروقا دموية كثيرة دقيقة جدا لتغذية الجفن، ثم إن حافة كل جفن مكسوة بالأهداب، و هي شعيرات صغار دقاق مقوسة تنبت في قنوات ممتدة علي طول الحافة التي هي منبت تلك الشعيرات الهدبية، و هذه القنوات البارزة في شعار الأجنان أي حافاتها تكون كالأشراج أي الغري. أما الفائدة و الحكمة من خلقة الأجنان فهي: 1 - منع ما يلاقي الحدقة من الأجسام الصلبة الخارجية. 2 - حفظ العين من دخول الأشياء الغريبة فيها. 3 - صيانتها من وصول الضوء الشديد الكثير إليها لكيلا تتصدع. 4 - صقل العين و غسلها. 5 - إبعاد ما قد يصيبها من الغبار و القذي. 6 - تنبيه الغدد الدمعية و الغدد الدهنية للافراز اللازم للعين في حركاتها المتواصلة، إلي غيرها من الفوائد.

الدائمة، وعند ما يكتمل سقوط الأسنان اللبنية تظهر 4 طواحن أخرى جديدة خلف الطواحن الأولى تسمى (ضروس العقل) لأنها تظهر في سن الرشد والنضوج العقلي، وهذه الضروس نادرا ما تظهر قبل عمر 15 سنة. وهكذا يكون عدد الأسنان الدائمة 32 سنا (16 في كل فك) توزيعها بين الفكين العلوي والسفلي كما يأتي:

4/4 قواطع + 2/2 أنياب + 4/4 ضواحك + 4/4 طاحنات + 2/2 أضراس عقل.

ينغرس - السن في اللثة وعظم الفك، ويذكرنا هذا بوضع الجبال التي تنغرس في باطن الأرض كالوتد، وهذا الوضع يعطي السن قوة وثباتا فيجعلها تتحمل الضغوط الهائلة التي تقع عليها أثناء عملية المضغ وتصل هذه الضغوط أحيانا إلي (50 كلغ/السنتمتر المربع) علما بأن الأضراس يمكن أن تتحمل ضغطا يصل إلي (200 كلغ/سم المربع) قبل أن تنكسر!! ويحصل الضغط العالي أثناء عملية المضغ بفضل العضلات الماضغة وعددها (14 عضلة) منها (6 عضلات) لرفع الفك السفلي إلي الأعلى، و (6 عضلات) لخفضه إلي الأسفل، و (1 عضلة) في كل جانب لتحريكه إلي الجانبين، وتتعاون (4) من هذه العضلات علي تحريك الفك إلي الأمام والخلف.

## اللمس:

يعد حس اللمس من الحواس الهامة جدا في حياة الإنسان، فقد يعوض عن بقية الأحاسيس كالسمع والبصر، كما حصل في حالة الأديبة الأمريكية الشهيرة (هيلين أدامز كيلر) التي ولدت عام (1880 م) وأصبحت بالعمي والصمم في السنة الثانية من عمرها، فتولت أمرها المريبة الأمريكية (آن سوليفان ميسي) في عام (1887) وكانت أيضا تعاني من ضعف شديد في البصر، وقد لجأت إلي تعليم هيلين بطريقة اللمس حتي استطاعت هيلين أن تتخرج من كلية (ردكليف) عام (1904)، وأن تتولي تعليم غيرها من المكفوفين، وقد ألقت كتبا عدة نالت عليها العديد من الجوائز العالمية!

ويستطيع الإنسان أن يميّز باللمس بين (5 أحاسيس) مختلفة، هي:

1 - حس الألم. 2 - حس الحرارة. 3 - حس البرودة. 4 - حس الضغط السطحي والضغط العميق. 5 - حس اللمس.

ويوجد في الجلد مستقبلات عصبية لهذه الأحاسيس، وهي النهايات الحرة للأعصاب الجلدية، ولهذه النهايات (4 أشكال) يختص كل منها بنوع من أنواع الحس التي ذكرناها آنفا، ويوجد من هذه المستقبلات في جلد الإنسان:

ص:571

3,500,000 مستقبل للإحساس بالألم.

500,000 مستقبل للإحساس باللمس.

200,000 مستقبل للإحساس بالحرارة والبرودة.

## الشعر و الأظافر و الصبغ

يشترك من الجلد الشعر و أظافر أصابع الأيدي و الأرجل، و تتكون جميعها من خلايا البشرة المعدلة و المليئة بالكيراتين الصلب. لكن بينما نجد الشعر و الأظافر خالية من الأعصاب و ميتة و يمكن قصها بدون ألم، نرى الجلد ككل يستجيب بإرهاق للإحساسات الخارجية، من لمس و ضغط و حرارة و ألم.

ينمو الشعر كتمدد تحتي لخلايا البشرة في داخل الأدمة ليشكل مجموعة من الجريبات الشعرية القائمة في الجلد. يدفع الجريب إلي فوق أنبوبا من الكيراتين ليشكل نصل الشعرة. كل شعرة مجهزة بعضلة دقيقة ناصبة خاصة بها، و هي قادرة علي الحركة المستقلة بحيث تنتصب في حالات البرد و الإنذار بالخطر. يقابل ما نسميه القشعريرة انتفاش ريش الطير أو صوف الهر. في سن البلوغ لا يبقى من أقسام الجلد خاليا من الشعر سوى باطن أصابع اليدين و الرجلين و كفي اليدين و أخمصي القدمين و أجزاء من الأعضاء التناسلية الخارجية.

لون الشعر و لون الجلد مترابطان ترابطا وثيقا، تحددهما الوراثة و يتوقفان علي كمية الصبغ، لا سيما صبغ الميلانين الموجود في الجسم. (يرجع الشعر الأحمر إلي وجود صبغ إضافي). يتدني مع السن إنتاج الميلانين في الجريبات الشعرية.

الأظافر كالشعر مشتقة من الجلد، و هي تغطي أطراف الأصابع في اليدين و الرجلين و تحميها، و هي مصنوعة من الكيراتين الصلب. يرتكز الظفر علي قاعدة مكونة من أعمق طبقتين في الأدمة.

و تقع القشيرة فوق جذر الظفر، و اللحمية الحساسة تحت طرفه السائب و يكمن إهليل تحت الجذر، مشكلا المنطقة الناشطة و المنمية للظفر.

## الكبد

يزن الكبد (1200-1700 غ) و يشغل (20%) من حجم البطن، و هو يضم أكثر من (300 مليار خلية) تعيش الواحدة منها (300-500 يوما) أي أن الكبد يتجدد في غضون (1-2 سنة) و إذا

ص:572

ما فقد الكبد (70%) من خلاياه فإنه يستطيع أن يستردها وأن يعود إلي حالته الطبيعية في غضون (4 شهور) فقط!

و الكبد بمثابة مصنع معقد جدا، فهو ينتج أكثر من (1000 خميرة) تمكنه من القيام بأكثر من (500 وظيفة) معروفة حتي الآن، أهمها الوظائف التي تتعلق بالغذاء، فهو ينتج العصارة المرارية، ويخزن الحديد، و ينتج فيتامين (أ) و بعض بروتينات الدم، و يحول الدهون إلي مركبات مناسبة لعمليات الأكسدة في حال الجوع أو الصوم، كما يعمل علي تحويل النشويات إلي دهون عند ما تفيض النشويات عن حاجة البدن.

و من وظائف الكبد الهامة أيضا مراقبة المواد المختلفة التي تأتيه من القناة الهضمية (باعتباره المحطة الأولى لهذه المواد) لكي يتأكد من سلامتها، و يقوم بتعديلها و تحييد المواد الضارة منها و تحضيرها للطرح إلي خارج البدن، فهو علي هذه الشاكلة أشبه ب (مركز تفتيش) متشدد مهمته التدقيق في (هويات) الداخلين إلي الجسم، و اعتقال (المشتبهين) منهم، علما بأن كتلة الدم كلها تمر في هذا المركز الحدودي مرة كل (دقيقتين)!

و يأتي الدم إلي الكبد من (طريقتين):

- فيأتيه (25%) من الدم عن طريق الشريان الكبدي، و هذه الكمية من الدم تزود الكبد بنحو (75%) من الأوكسجين الذي يحتاجه.

- و يأتيه (75%) من الدم عن طريق وريد الباب، تزوده بنحو (25%) من الأوكسجين الذي يحتاجه.

و نظرا للوظائف الكثيرة جدا التي يقوم بها الكبد فإنه يستأثر بصورة مستمرة بنحو (25%) من كتلة الدم، كما أن نشاطه الذي لا يفتر ليلا و لا نهارا يؤدي إلي ارتفاع درجة حرارته بمقدار (1م) عن درجة حرارة بقية الأعضاء!

## الكليتان

في جسم الإنسان عادة كليتان، يمني و يسري، تتوضعان في تجويف البطن تحت الحجاب الحاجز قريبا من العمود الفقري، و في حالات نادرة قد يكون عند الشخص كلية واحدة فقط، و في حالات أخرى قد يكون عنده عدة كلي و ذلك نتيجة لتوقف التطور في البرانشيم الكلوي أثناء الحياة الرحمية، فتبقي أجزاء هذا البرانشيم منفصلة بعضها عن بعض مشكلة الكلي المتعددة!

يبلغ وزن الكلية الواحدة نحو (150 غ) وطولها (10 سم) وعرضها (5 سم) وسماتها 2,5 مليون) وحدة وظيفية تسمى كل منها: كليون (نفرون) تقوم بتصفية الدم من الفضلات التي تطرح عن طريق البول. و يبلغ طول قنوات هذه الوحدات زهاء (85 كلم)!

يرد إلي الكلية في غضون (24 ساعة) أكثر من (1800 ل) من الدم، يرشح منه (180 ل) في وحدات التصفية، ثم يعاد امتصاص (99%) من هذه الكمية، و لا يطرح إلي الخارج سوي (1,5 ل) من السوائل التي نسميها (البول) وهذا يعني أن الكليتين تقومان بتنظيف هذه المدينة الشاسعة (جسم الإنسان) بمعدل (36 مرة كل يوم) و ليس مرة واحدة كما تفعل بلديات المدن الكبرى عادة!

و للكلية وظائف عديدة إلي جانب تصفية الدم، فهي تمتلك جهازا ينبه نقي العظام لتنظيم إنتاج عناصر الدم المختلفة، كما أنها تفرز هرمون (الهايبيرتسين) الذي ينظم ضغط الدم. و الكلية هي التي تحول الفيتامين (د) الذي نتناوله مع الغذاء إلي شكله الفعال الذي يساهم في استقلاب الكالسيوم، و لهذا السبب يؤدي فشل الكلي إلي اضطراب خطر في كالسيوم الدم. أضف إلي هذا أن الكلية هي التي تنظم درجة الحموضة (PH) و نسبة الأملاح في الدم، و لو أن إنسانا تناول مع طعامه كمية زائدة من ملح الطعام (كلور الصوديوم) فإن الكلية تتولي مهمة تخليص البدن منها، أما إذا لم يتناول كمية كافية من الملح فإن الكلية تتوقف عن طرح الصوديوم مع البول لتحافظ علي نسبته في الدم ضمن حدودها الطبيعية حفاظا علي توازن الأملاح التي يعد توازنها ضروريا لجميع العمليات الحيوية التي تجري داخل الجسم!

و تعد عمليات زراعة الكلي من أنجح عمليات زراعة الأعضاء حتي الآن و قد أجريت أول عملية لزراعة الكلية في عام (1950 م) علي يدي الجراح (مولر) أما أطول مدة عاشها إنسان بعد زراعة الكلية في جسده فقد بلغت (20 عاما) و قد نقلت الكلية إلي المريض من أخيه التوأم.

## المني

يتشكل المنى من الإفرازات التناسلية عند الرجل، و يشارك في إنتاجه كل من الخصية و الحويصلة المنوية و غدة الموثة (البروستات) و يحتوي المنى علي (نوعين) من العناصر:

1 - النطاف: التي تنتجها القنوات المنوية في الخصيتين.

2 - السائل المنوي: الذي يحمل النطاف، و يغذيها، و ينشطها، و يساعدها علي السباحة حتي تصل إلي بوق الرحم لتقوم هناك بتلقيح البويضة.

ص:574

يقذف الرجل في كل دفقة (3,5 سم مكعب) من المنى فيها أكثر من (100-700 مليون نطفة) قد تصل في بعض الأحيان إلي (1000 مليون) أي إن كل (1 سم مكعب) من المنى يحتوي علي (35-200 مليون نطفة) علما بأنه لا يلحق البويضة سوي نطفة واحدة فقط من بين هذه الملايين، و أما بقية النطف فيموت أكثرها في الرحلة الشاقة عبر المجري التناسلي للمرأة وصولا إلي البويضة في أقصى البوق، و أما البقية الباقية من النطف فإنها تقدم نفسها طائعة لتغذية البيضة الملقحة ريثما تصل إلي الرحم و تستقر فيها!

و يجب أن تحتوي الدفقة الواحدة من المنى علي (20 مليون نطفة) علي الأقل لكي يكون الرجل قادرا علي الإنجاب، و قد يحصل الحمل في حالات نادرة بأقل من هذا العدد.

و للنطفة رأس دقيق لا يزيد طوله عن (5 ميكرون) و ذيل طويل (55 ميكرون) يساعدها في التحرك السريع باتجاه البويضة، و تقطع النطفة المسافة من مهبل المرأة إلي أقصى بوق الرحم في غضون (1-3 ساعات) و تعادل هذه المسافة أكثر من (240 ضعف طول النطفة) أي أكثر من (400 كلم) إذا ما قورنت بطول الإنسان. و معني هذا أن النطفة تجري للقاء عروسها بسرعة تفوق سرعة سيارات السباق.. فتأمل!

و تبقي الخصيتان عادة قادرتين علي إنتاج النطف طوال حياة الرجل، فليس للرجل (سن يأس) كما للمرأة التي يتوقف إنتاج البويضات عندها في عمر (45 سنة وسطيا).

و قد أمكن في السنوات الأخيرة حفظ المنى لفترات طويلة، في درجة حرارة منخفضة (- 196 م) لاستخدامه في التلقيح الاصطناعي الذي أصبح من العمليات اليومية في كثير من مستشفيات العالم.

و نذكر أن الطفلة (لويز براون) كانت أول مولود في التاريخ يولد بهذه الطريقة، فقد جري تلقيح بويضة أمها أولا في أنبوبة الاختبار، ثم نقلت فزرعت في رحم أمها في العاشر من شهر تشرين الثاني (عام 1977 م) و استمر حملها حتي الخامس و العشرين من شهر تموز (عام 1978 م) حيث تمت الولادة بعملية قيصرية في مستشفى أولدهام، لانكشاير، في انكلترا!



عن أبي الأصبح. عن أبي عبد الله عليه السلام قال: بني الجسد علي أربعة أشياء:

الروح(1): والعقل، و الدم، و النفس. فإذا أخرج الروح تبعه العقل فإذا رأي الروح(2)

شيئا حفظه عليه العقل، و بقي الدم و النفس(3).

ص:576

- 
- 1- (1) كأن المراد بالروح النفس الناطقة، وبالعقل الحالات و الصفات الحالة فيها و لا بد لها منها في العلوم و الإدراكات، فإذا فارق الروح البدن تبعتها تلك الأحوال لأنها في البرزخ لا تفارقها العلوم و المعارف، بل تترقي فيها. و بالنفس الروح الحيوانية فهي مع الدم الحامل لها تبقيان في البدن و تضمحلان.
  - 2- (2) وقوله «فإذا رأي الروح» أي بعد مفارقة البدن، و الرؤية بمعني العلم أو بعين الجسد المثالي.
  - 3- (3) بحار الأنوار ج 58 ص 292 ح 2.

العقل مخلوق عجيب الصنع، عظيم الأثر، كبير الفائدة، تكرم به الله تعالى علي الإنسان ليميزه عن سائر مخلوقاته، و ليجعله أشرفها إذا أطاعه و أخسها إذا عصاه و أعرض عن رشاده و من الغريب أن هذا الخلق الجليل لم يعرف بالكنه و الحقيقة بل إنما يدرك بآثاره و لوازمه، و لم يميز إلا بأفعاله و أحكامه.

و قد عرفه العلماء و العقلاء بتعاريف كثيرة، مآل الكل واحد، فقد قيل: إنه ملكة تدبر الحركات الإرادية من أي نوع كانت، و قيل:

العقل ملكة كسبية تتولي ضبط الأفعال ضبطا إراديا بتدبير خاص و لغرض خاص، و إن عقول الأشخاص تتفاضل باختلاف وسائل الكسب، فتتنوع الأعمال الناجمة عنها بل قد تتفاوت أفعال عقل الشخص الواحد باختلاف أطواره و المؤثرات فيه و قيل: العقل هو الذي يصوغ الأحكام بالقياس علي ما خبره بنفعه و بما عرفه من غيره، إلي غيرها من التعاريف التي تدور كلها مدار معرفة آثاره و أفعاله.

و بالجملة فإن ما يؤخذ من مجموع التعاريف هو: إن العقل هو الذي يسير الإنسان في أعماله اليومية الذاتية و التي يجريها مع غيره، و بدونه تقف أعمال الحياة، أو أنها تسير سيرا بطيئا متعثرا.

فإذا عرفت ذلك فاعلم أن الإنسان منذ ولد و دب إلي أن شب في الحياة، كان عرضة للمهالك، محاطا بمكاره الطبيعة، و صدمات المحيط علي أنه لا يملك من القوة الطبيعية و الإلهامات الفطرية مثلما يملك الحيوان. فإنه خلق قاصرا عاجزا محتاجا جاهلا، و لا كذلك الحيوان الذي منح إلهاما خاصا و إدراكا محدودا يسير انه في طريق الحياة بدافع فطري لا يختلف، و لا يحتاج إلي روية و فكر، بمعني أن عيشته عيشة بهيمة غير قابلة للتغيير و الاختلاف.

و لكن الله تعالى بعد أن سلب الإنسان ذلك الإلهام الخاص، أودع فيه جوهرة ثمينة أضاءت جسمه الكثيف حتي جعلته يشع في هذا الكون المليء بالمخلوقات الأخر غيره أعني منحه عقلا- جبارا، و جعل في خزائنه أسرارا كامنة كمون النار في الزناد، تزيد و تنقص، و تظهر و تختفي، حسب احتياجه لاستعمالها في أمر المعاش أو المعاد، و تدبير وسائل الحياة من جلب نفع أو دفع

ضرر، و تسهيل طرق السعادة في الدارين.

فالإنسان ضعيف بالنسبة للحيوان ما لم يعمل بقواه العقلية و عاجز بمفرده عن مجاراة الحيوان في طرق المعيشة الفطرية ما لم يدبر أموره، و هو محتاج لمساعدة غيره من بني نوعه لتدبير حياته البشرية و لو لا أن الحكمة الإلهية كانت قد أودعت فيه هذا العقل و منحته هذا الإدراك المميز، لما أمكنه أن يعيش.

إذا فالعقل هو الدعامة المتينة الوحيدة لأعماله، و الصديق الناصح و المرشد المحب له بل هو النور الذي يقذفه الله في قلب من يشاء من عباده، ليفرق بين الحق و الباطل و الحسن و القبيح و الخير و الشر، فيستمد منه ما يسعده من علوم يصلحها، و معرفة لعواقب الأمور التي تعترضه، و ليهتدي به لما ينجي، و يتجنب به عما يشقيه.

فهو خير المواهب السماوية، و أعظم النعم الإلهية التي تخرج الإنسان من ظلمة البهيمية إلي نور الإنسانية، تميزه عن الملائكة إن تابعها و شاعبها و تغلب بها علي الشهوات كما أنه يسفل عن البهائم إذا عدم العقل أو غلبت الشهوة الحيوانية عليه.

## الدم

يعد الدم أهم سوائل البدن علي الإطلاق، فهو الذي يحمل إلي الخلايا و الأجهزة و الأعضاء كل ما تحتاج إليه من غذاء و أوكسجين، كما يحمل الفضلات التي لا يحتاجها البدن تمهيدا ل طرحها إلي الخارج عن طريق الكليتين و الغدد العرقية و غيرها من الأعضاء التي تقوم بمهام عمال النظافة!

يتكون الدم من عنصرين هما:

- 1 - الخلايا الدموية: و تمثل (45%) من كتلة الدم، و هي (3 أنواع) كريات حمراء، و كريات بيضاء، و صفيحات دموية.
- 2 - المصورة: و تمثل (55%) من كتلة الدم، و هي عبارة عن سائل معلق يميل لونه إلي الصفرة، تسبح فيه خلايا الدم، و تحمل المصورة جميع المواد المنقولة عن طريق الدم، مثل: الغذاء، و الدواء، و عناصر المناعة، و غيرها من المواد.

المصنع الرئيسي لعناصر الدم هو (نقي العظام) و هو مصنع عالي الإنتاجية كثيرا، فهو ينتج كل ثانية (8 ملايين) خلية، و يمكن أن تتضاعف طاقته علي الإنتاج (6-7 مرات) في الحالات الطارئة.

يمثل الدم نحو (7%) من وزن الجسم، أي حوالي (5 ل) في الشخص الذي يزن (70 كلغ)

علما بأن الطحال يخزن نحو (20%) من كتلة الدم لاستخدامها في الحالات الطارئة، مثل حالات النزيف.

والدم البشري (4 أنواع) رئيسة تسمى (الزمر الدموية) يرمز لها بالأحرف (أ، ب، أب، و) وقد عرفت في نهاية القرن الماضي في عام 1900 م علي يدي العالم (لاند شتاينر) وتكون هذه الزمر سلبية أو إيجابية للعامل الريزوسي (Rh) وبهذا تبدو الزمر الدموية عند الإنسان وكأنها (8 زمر) وليس (4 زمر).

و يتفاوت شيوع الزمر الدموية بين الناس علي النحو الآتي:

1 - الزمرة (و) هي أكثر الزمر شيوعا بين الناس، وتبلغ نسبتها إلي بقية الزمر (45-47%) وفي هذا حكمة ربانية بالغة لأن هذه الزمرة يمكن أن تعطي الدم لجميع الأشخاص ذوي الزمر الأخرى، مع أنها لا تأخذ الدم إلا من زمرتها هي، لذلك تسمى (مانحا عاما) والسبب في هذا أن كريات الدم من هذه الزمرة لا تحمل أضدادا تجاه الزمر الأخرى، ومن ثم فهي تستطيع الاختلاط بأية زمرة أخرى دون أية مضاعفات.

2 - الزمرة (أ) ونسبتها (40-45%) ويمكن أن تعطي للأشخاص من الزمرة نفسها، وكذلك للأشخاص ذوي الزمرة (أب) ولا تعطي للزمرتين الأخرين لأنها تحمل أضدادا تجاههما.

3 - الزمرة (ب) ونسبتها (8-10%) يمكن أن تعطي للأشخاص من الزمرة نفسها، وكذلك للأشخاص ذوي الزمرة (أب) ولا تعطي للزمرتين الأخرين لأنها تحمل أضدادا تجاههما.

4 - الزمرة (أب) تعدّ أندر الزمر الأربعة، ولا تزيد نسبتها عن (3%) وتسمى هذه الزمرة (مستقبلا عاما) لأنها يمكن أن تستقبل الدم من الزمر الثلاث الأخرى دون خطر! في حين لا تستطيع أن تعطي إلا زمرتها نفسها، لأنها تحمل أضدادا تجاه بقية الزمر.

وقد اكتشف العلماء في السنوات الأخيرة زمرا أخرى غير هذه الزمر الشائعة عند الغالبية العظمي من الناس، إلا أن هذه الزمر المكتشفة حديثا نادرة جدا.

ويضطرب الدم اضطرابا شديدا يهدد الإنسان بالموت عند إدخال دم عليه من زمرة مغايرة لزمته، ولهذا يجري فحص الدم وتحديد زمته قبل إعطائه للمرضي، ومن غرائب الأحداث التي تروي في هذا الصدد قصة أول عملية نقل دم في التاريخ، التي جرت عام 1667 م أي قبل اكتشاف الزمر الدموية بأمد بعيد، حيث قام الطبيب الخاص لملك فرنسا (لويس الرابع عشر) آنذاك بحقن (240 سم مكعب) من دم شاة حية في الدورة الدموية لصبي كان يحتضر إثر نزيف أصابه، وقد شاعت

عناية الله عز وجل أن ينجو الصبي من الموت بعد تلك العملية الرائدة علي الرغم من أن الدم الذي أعطي له كان دما حيوانيا!!

يحفظ الدم بعد جمعه من المتبرعين في درجة حرارة تتراوح ما بين (2-4 م) بعد إضافة مادة حافظة له هي (حامض سترات الدكستروز) و يبقى الدم صالحا للنقل لمدة (21 يوما) فإذا انقضت عليه هذه المدة ولم يستخدم تفصل منه الكريات، و يحتفظ بالمصورة فقط التي يمكن أن تبقي صالحة للاستخدام لمدة طويلة إذا ما حفظت في درجة حرارة (70 م تحت الصفر) حيث يستفاد منها في بعض الحالات المرضية.

و يمتاز الدم بلزوجة عالية تعادل (5 أضعاف) لزوجة الماء، مما يبطن من سرعة النزيف، و لو كانت لزوجة الدم مثل لزوجة الماء لنزف (1000 سم) من الدم في (5 دقائق) بدلا من (30 دقيقة)! و تؤدي خسارة كمية من الدم إلي أعراض متفاوتة تبعا للكمية التي نزفت:

- فيمكن للإنسان أن يخسر (10%) من كتلة دمه دون تأثير يذكر في ضغط دمه أو نبضه، و هذا ما يلاحظ عند التبرع بالدم مثلا.

- أما إذا نزف الإنسان (15-20%) من كتلة دمه فإن معدل نبضه يزداد، و لكن ضغط دمه يبقى ضمن الحد الطبيعي إذا ما ظل مستلقيا و لم يقوم بأي جهد إضافي.

- أما إذا نزف (20-40%) من دمه فإنه ضغطه ينخفض، و يشحب لونه كثيرا، و يتعرق بغزارة (أعراض الصدمة النزفية).

- أما إذا نزف أكثر من (45%) من دمه فإنه يموت سريعا إذا لم يسعف في الوقت المناسب!

- أما إذا خسر الإنسان (50%) من دمه خلال فترة طويلة فإنه لا يشعر عادة بأعراض واضحة لأن الجسم يعوض الخسارة من بقية سوائل البدن!

و من الإجراءات الضرورية في الطبّ السريري معرفة بعض أحوال الدم و بخاصة قبل إجراء العمليات الجراحية، و منها معرفة:

- زمن النزف: و هو الزمن اللازم لتوقف النزف بعد إحداث جرح صغير و يتراوح في الأحوال الطبيعية ما بين (1-7 ثوان).

زمن التخثر: و هو الزمن اللازم لتجلط الدم، و يتراوح ما بين (10-18 ثانية).

و يعكس الدم نسبة المواد المختلفة التي تجول في أنحاء البدن، فهو كالمرآة التي نستطيع من

خلال النظر فيها معرفة حال الجسم من حيث الصحة أو المرض.

## النفس

لقد اختلفت الحكماء و الفلاسفة في تعريف النفس و تحديد كنهها و حقيقتها اختلافا كثيرا.

فذهب افلاطون إلي أن النفس جوهر مجرد، له ذاتية تخالف ذاتية الجسم و أن هذا الجوهر ذو وجود أزلي أبدي. ثم جاء بعده أرسطو فخالف أستاذه في ذلك حيث قال: إن النفس هي مجموع الوظائف العضوية التي أمتاز بها الكائن الحي، ثم قسمها إلي ثلاثة أقسام:

(1) ناطقة و هي الخاصة بالإنسان.

(2) حاسة و هي المشتركة بين الحيوان و الإنسان.

(3) غاذية و هي المشتركة بين الإنسان و الحيوان و النبات.

أما في العصور الوسطي فقد اختلفوا أيضا اختلافا بينا، فمنهم من رجح رأي ارسطو، و منهم من وقف بين رأي أرسطو و أفلاطون و منهم من خالفهما، و إليك رأي بعضهم علي سبيل المثل، قال ابن سينا: إن النفس في أول أمرها جوهر جزئي مستقل بذاته، ثم أخذ هذا الاستقلال يتزايد مدة بقائها في الجسد، و هي لا تنشأ من امتزاج العناصر، و لا هي صورة لازمة للجسم، و لكنها عارضة عليه، و إن لكل جسد نفسا خاصة لا تصلح إلا له تقاض عليه من واهب الصور و هو العقل الفعال، و إن لها قوي عجيبة مختلفة، تصدر عنها آثار عجيبة و هي تعرج إلي الملاء الأعلى مجتازة مراتب الموجودات المتفاوتة، أقول: و رأي ابن سينا هذا يظهر جليا في قصيدته العينية المشهورة (النفس).

و قال ابن مسكويه: إن النفس جوهر بسيط غير محسوس بشيء من الحواس، و هي تدرك وجود ذاتها، و تعلم أنها تعلم و أنها تعمل، فهي ليست بجسم لأنها تقبل صور الأشياء المتناقضة أشد التناقض في وقت واحد معا كقبولها للأبيض و الأسود في آن واحد مثلا، في حين أن الجسم إذا قبل السواد لا يمكنه أن يقبل البياض في وقت واحد ثم إنها تقبل صور المحسوسات و المعقولات أيضا علي السوية، و لا كذلك الأجسام، و فوق ذلك كله أن النفس فيها معرفة عقلية أولية لم تأت إليها من الحواس، فهي تستطيع بهذه المعرفة الأولية أن تميز بين الصادق و الكاذب مما ياتيها من الحواس، و هي بهذا تشرف علي الحواس و تصحح خطأها. و بهذه الوحدة العقلية أمكنها أن تدرك ذاتها و أن تعلم أنها تعلم، و هي وحدة يكون فيها العاقل و المعقول و العقل شيئا واحدا.

أما إخوان الصفا: فإنهم يقولون إن النفس فيض صادر عن النفس الكلية أو نفس العالم، و إن نفوس أفراد الإنسان تؤلف جوهرها يمكن أن نسميه الإنسان المطلق - أو النفس الإنسانية - و هذه النفس

غانصة في بحر الهولي، ولا بد أن تصير عقلا بالتدرج. وأن نفس الطفل في أولها كصحيفة بيضاء لم ينقش عليها شيء وكما تحمله إليها الحواس الخمس، تتناوله القوة المتخيلة متجمعة وهي في مقدم الدماغ ثم تدفعه إلى القوة المفكرة، و مسكنها وسط الدماغ فتميز بعضها من بعض وتعرف الحق من الباطل، ثم توديه إلى الحافظة التي يكون مجراها مؤخر الدماغ.

أما القوة الناطقة: فهي التي تعبر عما في النفس للسامعين بالألفاظ، أو أنها تقيده بصناعة الكتابة، فتكون للنفس خمس حواس باطنة تقابل الخمس الظاهرة.

إلي غيرها من الآراء المتقاربة تارة والمتباعدة تارة أخرى.

أما علماء النفس في هذا العصر فقد اختلفوا أيضا في تعريفها اختلافا كثيرا حتى قال بعض المتأخرين إن البحث بعد لم يهتد إلى معرفة كنهها، ولما يجد الباحث المدقق تعريفا شافيا. فهي لغة الروح يقال خرجت نفسه أي فاضت روحه، وتستعمل بمعني الدم كما تستعمل بمعني الجسد أيضا، وتأتي أيضا للتأكيد فيقال هو نفسه أي عينه إلى غيرها من المعاني.

أما في عرف العلماء والفنيين فهم كذلك انقسموا في تعريفها إلى أقسام فمنهم من عرفها بأنها هي ذلك النشاط الذي يمتاز به الكائن الحي و يسيطر علي كل حركاته و منهم من فسرها بأنها التفاعل الذي يظهر عند وجود الكائن الحي مع غيره من الأحياء الأخرى و منهم من قال إنها القوة الخفية الموجودة في كل كائن حي و التي تظل كامنة فيه فيحيا بها و إن أصابها ما يذهبها فقد فقد حياته.

وبعضهم فسر نفسية المرء بأنها شخصيته التي هي كلما يعرف عنه، أو كلما هو مشهور به بين رفاقه.

وفريق آخر عرفها بأنها وظيفة العقل و الجهاز العصبي للإنسان.

وقصاري القول إن النفس لم يعرف حتي الآن كنهها بالضبط، بل لم يعرف حتي موقعها من الإنسان، و كلما يعرف عنها هو ما يلاحظ علي المرء من حركات و سكنات و نشاط حيوي سواء أ كان ذلك خاصا به أو بواسطة احتكاكه بغيره من الكائنات فالنفس السليمة يري صاحبها و قد سار سيرا في الحياة في طريق سوي طبيعي ليس به شذوذ، و النفس السقيمة يري صاحبها و قد سار سيرا شادا معوجا غير مألوف.

أقول: إن الذي ظهر من مجموع الأقوال المختلفة و الآراء المتفاوتة قديما و حديثا هو: أن النفس هي تلك الروح التي حيرت العقول و أقلقت الأفكار من الفلاسفة و الحكماء، و لم يصلوا إلي شيء من معرفتها بعد البحوث المتواصلة و التحقيقات المتنوعة، لذلك فقد قالوا بعد العجز: إن

النفس هي سر إلهي يقصر فهم البشر عن إدراكه. و هنا تراهم يخبتون قوله تعالى: يَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا .

قال الأستاذ الغمراوي في كتابه (الغرائز): وقد ظهر أخيرا في عالم الاختراع مخترع جديد و هو عدسة بلورية، أنفذ المخترع من خلالها أشعة قوية إلي جسم حي، فرآه و قد أحاطت به أشعة مضيئة كالهالة، سماها (أشعة الحياة). وجهها إلي جسم شخص كان يعالج سكرات الموت، رأى ذلك الشعاع المرئي يتضاءل رويدا رويدا حتي اختفي، و باختفائه انقضت الحياة، فظن هذا المخترع أن هذا الشعاع هو الروح، و لكن بعد ذلك داخله الشك في ظنه حيث احتمال أن يكون حدوث هذا النور كان من الحركة التي تؤديها جزئيات الجسم الحي، فيكون علي هذا أثر من آثار الروح لا نفسه.

أقول: فما أشبه النفس (إذا أردنا تقريبها للذهن) بالتيار الكهربائي الذي نراه ينفذ من خلال السلك المعدني دون أن نشاهده، في حين أنا لا نري فرقا ظاهرا بين سلكه و السلك الخالي من التيار، وإنما النور و الحركة فقط هما اللذان يدلان علي وجود هذا التيار في السلك الأول دون الثاني.

ثم إن هذه النفس مهما كثرت قواها فإنها تقسم عموما إلي قسمين، أحدهما موكل بالإدراك و ثانيهما موكل بالحركة و العمل. و كل قسم من هذين ينقسم أيضا إلي ثلاث أنفس:

(الأولي) النفس النباتية و هي الكمال الأول للجسم الطبيعي الآلي من حيث تولده و تغذيته و نموه.

(الثانية) النفس الحيوانية و هي الكمال الأول للجسم الطبيعي الآلي من جهة إدراكه للجزئيات و تحركه بالإرادة.

(الثالثة) النفس الإنسانية و هي الكمال الأول للجسم الطبيعي الآلي من ناحية فعله للأفعال الكائنة بالاختيار الفكري و الاستنباط بالرأي و إدراك الأمور الكلية.



عن ابن أبي ليلى، قال: دخلت علي أبي عبد الله عليه السلام و معي نعمان، فقال أبو عبد الله عليه السلام: من الذي معك؟ فقلت: جعلت فداك هذا رجل من أهل الكوفة له نظر و نفاذ رأي يقال له نعمان(1). قال: فلعلّ هذا الذي يقيس الأشياء برأيه، فقلت: نعم، قال: يا نعمان، هل تحسن أن تقيس رأسك؟ فقال: لا، فقال: ما أراك تحسن شيئاً و لا فرضك إلاّ من عند غيرك، فهل عرفت كلمة أولها كفر و آخرها إيمان؟ قال: لا، قال:

فهل عرفت ما الملوحة في العينين و المرارة في الأذنين، و البرودة في المنخرين، و العذوبة في الشفتين؟ قال: لا.

قال ابن أبي ليلى: فقلت: جعلت فداك، فسّر لنا جميع ما وصفت. قال: حدّثني أبي عن آبائه عن رسول الله (ص): أنّ الله تبارك و تعالي خلق عيني ابن آدم من شحمتين فجعل فيهما الملوحة، و لو لا ذلك لذابتا، فالملوحة تلفظ ما يقع في العين من القذي.

و جعل المرارة في الأذنين حجاباً من الدماغ، فليس من دابة تقع فيه إلاّ التمسّت الخروج، و لو لا ذلك لوصلت إليّ الدماغ.

و جعلت العذوبة في الشفتين ممّا من الله عزّ و جلّ علي ابن آدم يجد بذلك عذوبة الريق و طعم الطعام و الشراب.

ص:584

---

1- (1) يعني أبا حنيفة، و هو نعمان بن ثابت بن مرزبان تيم الله، و انحرافه عن الإمام الصادق عليه السلام مشهور بين الفريقين.

و جعل البرودة في المنخرين لئلا تدع في الرأس شيئاً إلا أخرجته.

قلت: فما الكلمة التي أولها كفر و آخرها إيمان؟ قال: قول الرجل «لا- إله إلا الله» أولها كفر و آخرها إيمان. ثم قال: يا نعمان، إيتاك و القياس، فقد حدثني أبي عن آباءه عن رسول الله صلى الله عليه و آله أنه قال: «من قاس شيئاً بشيء قرنه الله عزّ و جلّ مع إبليس في النار فإنه أول من قاس علي ربّه» فدع الرأي و القياس، فإن الدين لم يوضع بالقياس و بالرأي(1).

ص: 585

---

1- (1) بحار الأنوار ج 58 ص 312-313 ح 18.

هو الحاسة الأهم في حياة الإنسان، وقد جاءت آيات كثيرة من القرآن الكريم تؤكد هذا المعنى، ومنها قول الحق تبارك و تعالي: **وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ، إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا** (الإسراء/36).

وشبكية العينين هي الجزء الحساس للضوء، وهي التي تستقبل الموجات الضوئية المختلفة فتترجمها إلي ومضات عصبية تنتقل إلي الدماغ عبر (العصب البصري) فيقوم الدماغ بترجمتها مجددا إلي أشكال و ألوان أو صوراً!

تتألف شبكية العين من (10 طبقات خلوية) منها طبقة واحدة فقط حساسة للضوء، تضم نحو (140 مليون خلية) منها ما هو بشكل المخاريط عددها (7 ملايين مخروط) تتأثر بالضوء المركز و الألوان. و منها ما هو بشكل العصي (135 مليون عصا) تتأثر بالضوءين الأسود و الأبيض فقط، و هي تختص بتمييز الألوان الخافتة، و هي ذات حساسية مفرطة إذ تستطيع الإحساس بالضوء الضعيف جدا الذي لا تزيد شدته عن (1 / مليون واط)!

تنتقل الومضات الضوئية من الشبكية إلي الدماغ عبر (العصب البصري) الذي يضم نحو (500,000 ليف عصبي) كل منها يقوم بعمل جهاز تلفزيون مستقل، فينقل جزءا من الصورة و يبلغها لمركز البصر في الدماغ ليقوم هذا المركز من جهته بتجميعها مرة أخرى و إظهارها في صورة واحدة!!

و لوجود (عينين اثنتين) للإنسان فضل كبير في رؤية الصورة مجسمة (ثلاثية الأبعاد) مما يساعده علي تحديد مواضع الأشياء بدقة كبيرة تمكنه من التعامل معها بكفاءة عالية!

و العين البشرية لا- تستطيع رؤية جميع الموجات الضوئية، وإنما تري منها فقط الموجات المحصورة ما بين (الأشعة تحت الحمراء) و (الأشعة فوق البنفسجية) أي الموجات التي تتراوح أطوالها ما بين (400-700 نانومتر) و النانومتر يساوي جزءا من مليار جزء من المتر!

و للعين البشرية قدرة باهرة علي التمييز بين الأشكال و الألوان و الصور، فهي تستطيع التمييز ما بين (10 ملايين) سطح ملون، علما بأن أدق آلات التصوير التي اخترعها الإنسان حتي الآن لا يمكنها الوصول إلي (40%) من هذه المقدرة!

و تقدّر قوة الإبصار عادة ب (وحدة لامبير) و هي الوحدة الضوئية للرؤية، و تعبر عن (قوة

الإبصار في ضوء النهار، حيث تكون الإنارة متوسطة الشدة) وقد زود الخالق العين البشرية بقدرة فائقة علي مضاعفة قدرتها البصرية. فعند ما يدخل الإنسان من الضوء إلي مكان مظلم فإن حساسية الشبكية للضوء تشط سريعا، فترتفع في غضون دقيقة بمقدار (10 أضعاف) ما كانت عليه من قبل.

و بعد (20 دقيقة) تتضاعف قوتها (6000 ضعف) وعندئذ يبدأ الإنسان يري في الظلام! ولكن بصورة جزئية. فإذا بقي الإنسان في الظلام مدة (40 دقيقة) فإنه يصبح قادرا علي الرؤية الواضحة بالرغم من الظلام!

و مما يدل علي المقدرة المتميزة للعين البشرية في مجال الرؤية ما أثبتته التجارب من أن العين البشرية تستطيع تمييز مصدر للضوء يشع من خلال فتحة صغيرة جدا لا يزيد قطرها عن (3 ميكرون).

و في تشرين الأول (أكتوبر) من عام (1972 م) ذكرت جامعة شتوتغارت في ألمانيا أن التلميذة (فيرونيكا شنايدر) المولودة عام (1951 م) تمتلك قدرة بصرية خارقة تزيد (20 ضعفا) عن المقدرة المعتادة لدي بقية البشر، وقد كان باستطاعة فيرونيكا تمييز وجوه الأشخاص وهم علي بعد (1600 م) منها!!

و لعل حاسة البصر من أكثر حواس الإنسان بدلا طوال اليوم. فالعين الواحدة تبذل يوميا جهدا يعادل الجهد الذي تبذله العضلات في المشي لمسافة (90 كلم)! وفي كل يوم تتسع حدقة العين و تضيق أكثر من (100,000 مرة) و تطرف العين مرة كل (2-10 ثوان) أي نحو (10,000 مرة) و يتحرك محجر العين في الاتجاهات المختلفة آلاف المرات و تجري الشبكية (10 مليارات عملية حسابية في الثانية) في سبيل رؤية دقيقة واحدة فاعتبروا يا أولي الأبصار!

## السمع

هو من وظيفة الأذنين. و تتكون كل أذن من (3) أقسام يدعي كل منها أذنا علي سبيل المجاز، و كأن للإنسان (3) آذان:

1 - الأذن الخارجية: مهمتها تجميع الأصوات و تضخيمها (20 مرة) عما هي عليه في الحقيقة، و ذلك بواسطة غشاء الطبل الذي لا تزيد سماكته عن (0,1 ملم) و توجيهها إلي:

2 - الأذن الوسطي: و هي بمثابة مكبر للصوت يكبر الأصوات بواسطة عظيمات السمع الثلاث التي تعد من أصغر عظام الجسم، و فيها كذلك لاقط للصوت (مايكروفون) يسمي (عضو كورتي) يضم أكثر من (30,000 خلية سمعية) لها استطالات تتجمع لتؤلف معا عصب السمع الذي ينقل الذبذبات الصوتية إلي مركز السمع في الدماغ ليقوم بترجمتها إلي أصوات، و يقع هذا المركز في

الفص الصدغي من قشرة الدماغ، و يبلغ عدد خلاياه (10,200,000 خلية) تصل طاقتها القصوي علي التعامل مع الكلمات إلي (100,000 كلمة في الثانية)!

3 - الأذن الداخلية: وهي تساهم مع (المخيخ) في الحفاظ علي توازن الجسم.

و مع أن أذنا واحدة تكفي للسمع إلا أن الله عز و جل خلق للإنسان أذنين لكي تخدمنا في نقل الأصوات بأبعاد ثلاثة بحيث يستطيع الإنسان تحديد جهة الصوت بدقة!

و تستطيع الأذن البشرية أن تسمع الأصوات التي تتراوح ذبذبتها ما بين (200-3000 ذبذبة في ثانية) بوضوح تام، وإن كانت مساحة السمع عند الإنسان تمتد ما بين (16-20,000 ذبذبة في الثانية). و أما الأصوات التي تزيد ذبذبتها عن هذا الحد فلا تستطيع الأذن البشرية سماعها، و لذلك تسمي (الأمواج فوق الصوتية) و هذه الأمواج تستخدمها بعض الحيوانات لتحسس أو تري بها الأشياء من حولها، و يتمتع (الخفاش) بأوسع مساحة للسمع من بين المخلوقات الحية كلها، فهو يستطيع سماع الأصوات التي تصل ذبذبتها (115,000 ذ/ثا) و علي النقيض منه الضفادع فهي لا تستطيع سماع الأصوات التي تزيد ذبذبتها عن (1500 ذ/ثا).

و تستطيع الأذن البشرية أن تميز بين (1500 لحنا مختلفا) إذا كانت شدة الألحان ثابتة، و أن تميز بين (325 صوتا) إذا بقي عدد الاهتزازات ثابتا، و أما في حال تغير شدة الأصوات أو اهتزازاتها فإن الأذن تستطيع أن تميز بين (34,000 صوتا)!

و تقاس شدة الصوت عادة بمعدل الضغط الذي يحدثه، و تقدر الشدة بوحدة (دسيبل) و يرمز لها بالرمز (dB) و هو أدني فرق تستطيع الأذن أن تميزه بين صوتين، و مثلا تبلغ:

- تكة ساعة اليد - 20 دسيبل.

- التحدث عن بعد 1 متر - 70 دسيبل.

- سيارة علي بعد 10 م - 60 دسيبل.

- الموسيقى الصاخبة من المذياع - 80 دسيبل.

الضجة التي نسمعها في حال السكون حوالي - 30 دسيبل.

و تستطيع الأذن أن تتحمل ضجة تبلغ (90 دسيبل) دون ضرر يذكر، أما الأصوات التي تفوق شدتها هذا الحد فإنها تسبب أضرارا متفاوتة للأذن، علما بأن الأصوات التي تفوق شدتها (150 دسيبل) يمكن أن تسبب الصمم، و الأصوات التي تفوق (192 دسيبل) تعد قاتلة! و قد ورد في مواضع عديدة من القرآن الكريم أن الله عز و جل قد أهلك بعض الأقوام ب (الصيحة)!!

حاسة الشم عند الإنسان أضعف من مثيلاتها عند الحيوانات التي تتفوق علي الإنسان عادة بحساسيتها المفرطة في الشم ورهافة سمعها، أما الإنسان فيتفوق عليها بحدة بصره، ولذا يصح أن نقول إن الإنسان يعيش في عالم الصور، فيما تعيش الحيوانات في عالم من الروائح والأصوات! وليس معني هذا أن الإنسان ضعيف الشم، فهو يستطيع شم الروائح العطرية التي لا يزيد تركيزها عن (0,000,005 غ/سم مكعب) أي 5 بالمليون!

و يقوم بمهمة الشم عند الإنسان أعصاب الشم التي تتوزع في تجويف الأنف، و يتراوح عدد الخلايا العصبية التي تقوم بهذه المهمة ما بين (10-20) مليون خلية!

عن صفوان بن اليسع، عن منذر بن همام عن محمد بن مسلم وسعد المولي، قالوا: قال أبو عبد الله عليه السلام: إنَّ عامَّةَ هذه الأرواح (1) من المَرَّةِ الغالبة أو دم محترق أو بلغم غالب، فليشتغل الرجل بمراعاة نفسه قبل أن يغلب عليه شيء من هذه الطبايع فيهلكه (2).

ص: 590

- 
- 1- (1) الأرواح: الأرواح جمع الريح كالأرياح، وكان المراد هنا الجنون والخبل والفالج واللقوة، بل الجذام والبرص وأشباهها.  
2- (2) بحار الأنوار ج 59 ص 264 ح 26.

قال ابن سينا في القانون: الأركان: أجسام بسيطة، هي أجزاء أولية لبدن الإنسان وغيره، لا يمكن أن تنقسم إلي أجسام مختلفة الصور، و يحدث بامتزاجها واختلاطها الأنواع المختلفة من الكائنات وهي أربعة: اثنان خفيفان وهما: النار والهواء، واثنان ثقيلان وهما: الأرض والماء، فالنار حارة يابسة، والهواء حار رطب، والأرض باردة يابسة والماء بارد رطب.

أي طبع كل طبع إذا خلي، و ما يوجبه، ولم يعارضه سبب من خارج، ظهر عن الأول حر محسوس، و حاله هي يبس، و عن الثاني حر محسوس و حاله: هي رطوبة و عن الثالث، و الرابع برد محسوس، و يبس أو رطوبة، و الرطب سهل القبول للهيئات الشكلية، سهل الترك لها، و اليابس عسر القبول سهل الترك.

و مهما تخمر اليابس بالرطب استفاد اليابس قبولاً للتمديد و التشكيل سهلاً، و استفاد الرطب من اليابس حفظاً لما حدث فيه من التقويم و التعديل قوياً.

و اجتمع اليابس بالرطب عن سببه، و استمسك الرطب باليابس عن سيلانه.

و الثقيلان: أعون في كون الأعضاء، و في سكونها، و الخفيفان: أعون من كون الأرواح، و في تحريكها، و تحريك الأعضاء.

و إذا تصغرت أجزاء هذه الأركان الأربعة و تماسست بعضها في بعض بقواها المتضادة، و كسر كل واحد منهما سورة كيفية الآخر، فإذا انتهى الفعل و الانفعال بينهما إلي حد ما حدث لذلك المركب كيفية متشابهة في أجزائه، هي المزاج، فتارة يغلب عليه الحرارة و اليبس، و تارة الحر و الرطوبة و تارة البرد و اليبس، و تارة البرد و الرطوبة، و تارة أحد الوصفين، و تارة وسطاً مطلقاً.

و تحت ذلك أقسام بحسب العقل و الواقع، هذا ما يتعلق بالأركان.

و أما الأخلاط: فالخلط: جسم رطب سيال يستحيل إليه الغذاء أولاً و أنواعه أربعة: الدم: و هو حار رطب. و الصفراء: و هي حارة يابسة. و البلغم: و هو بارد رطب. و السوداء: و هي باردة يابسة.

و أفضل هذه الأنواع: الدم الطبيعي، و هو غذاء الأعضاء و البلغم الطبيعي، و هو قريب الشبه منه.

و تحتاج إليه الأعضاء كلها، لأنها إذا فقدت الغذاء الوارد إليها دماً صالحاً تحيله القوة دماً و تغتذي به.



وفائدته أيضا تنديية المفاصل، و الأعضاء الكثرية الحركة فلا يعرض لها جفاف بسبب حرارة الحركة، و حاصل الأمر أن البلغم الطبيعي دم غير تام النضج، و الصفراء الطبيعية هي رغوة الدم.

و إذا تولدت في البدن انقسمت قسمين: فيذهب قسم منها مع الدم، و ذلك ليخالطه في تغذية الأعضاء التي يستحق أن يكون في غذائها جزء صالح من الصفراء بحسب ما تستحقه القسمة، مثل الرئة، و يلفظ الدم، و ينفذه في المسالك الضيقة.

و قسم يصفو إلي المرارة، و له فوائد: تخلص البدن من الفضل، و تغذية المرارة، و غسل المعى من الثفل و البلغم اللزج، و لذع المعى، و لذع عضل المقعدة بالحاجة، و يخرج إلي النهوض للتبرز.

و السوداء الطبيعية: هي رديء كثيف الدم المحمود و ثقله و عكره، و إذا تولدت في الكبد نفذ قسم منها مع الدم ليخالطه في تغذية الأعضاء التي يجب أن يقع في غذائها جزء صالح من السوداء مثل العظام، و ليشد الدم و يقويه و يكتفه.

و قسم يتوجه نحو الطحال، و فائدته: تنقية البدن عن الفضل و تغذية الطحال، و تقوية فم المعدة، و لذعه بالحموضة لينبه علي الجوع، و يحرك الشهوة.

و غير الطبيعي من الأنواع الأربعة: دم المزاج، و ما حصل فيه خلط رديء فاسد، و بلغم خالطه غيره فأفسده و صفراء خالطها غيرها، و سوداء احترقت عن أي خلط كان.

قال جالينوس: و لم يصب من زعم أن الخلط الطبيعي هو الدم لا غير، و سائر الأخلاط فضول لا يحتاج إليها، لأن الدم لو كان وحده: هو الخلط الذي يغذو الأعضاء لتشابهت في الأمزجة و القوام، و ما كان العظم أصلب من اللحم إلا و دمه دم جوهر صلب سوداوي، و لا كان الدماغ ألين منه إلا و دمه دم مازجه جوهر لين بلغمي.

قال ابن سينا: و من الناس من يظن أن قوة البدن تابعة لكثرة الدم، و ضعفه تابع لقلته، و ليس كذلك، بل المعتبر حال رزء البدن منه.

قال: و من الناس من يظن أن الأخلاط إذا زادت، أو نقصت بعد أن تكون علي النسبة التي يقتضيها بدن الإنسان في مقادير بعضها عند بعض، فإن الصحة محفوظة، و ليس كذلك، بل يجب أن يكون لكل واحد من الأخلاط مع ذلك تقدير في الكم محفوظ ليس بالقياس إلي خلط آخر، بل في نفسه مع حفظ التقدير الذي بالقياس إلي غيره.

و أما كيفية تولد الأخلاط، فالغذاء إذا ورد علي المعدة استحال فيها إلي جوهر شبيه بماء

الكشك الثخين، ويسمي كيلوشا، وينجذب الصافي منه إلى الكبد، فيندفع من طريق العروق المسماة بأساريقا، وينطبخ في الكبد فيحصل منه شيء كالرغوة، وشيء كالرسوب، وقد يكون معهما شيء محترق إن أفرط الطبخ، وشيء فحج إن قصر الطبخ فالرغوة هي الصفراء الطبيعية، والرسوب هي السوداء الطبيعية، والمحترق صفراء غير طبيعية، وكثيفة سوداء غير طبيعية، والفحج هو البلغم، والمتصفي من هذه الجملة نضجا هو الدم.

فإذا انفصل هذا الدم عن الكبد تصفي أيضا عن مائة فضلية، فينجذب إلى عرق نازل إلى الكليتين و معها جزء من الدم بقدر غذاء الكليتين، فتغذوهما، ويندفع باقيها إلى المثانة والإحليل.

وأما الدم الحسن القوام، فيندفع إلى العرق الأعظم الطالع من حدة الكبد فيسلك في الأوردة المتشعبة منه، ثم في جداول الأوردة، ثم في سواقي الجداول، ثم في رواضع السواقي، ثم في العروق الليفية الشعرية، ثم يرشح فوهاتها في الأعضاء بتقدير العزيز الحكيم.

المفضّل بن عمر قال: قلت لأبي عبد الله عليه السلام: أخبرني جعلت فداك لم حرّم الله الخمر و الميتة و الدم و لحم الخنزير (1)؟ فقال: إنّ الله تبارك و تعالي لم يحرم ذلك علي عباده و أحلّ لهم سواه من رغبة منه فيما حرّم عليهم، و لا زهد فيما أحلّ لهم، و لكنته عزّ و جل خلق الخلق و علم ما تقوم به أبدانهم و ما يصلحهم فأحلّه لهم و أباحه تقصّداً لا منه عليهم به تبارك و تعالي لمصلحتهم، و علم عزّ و جل ما يضرّهم فنهاهم عنه و حرّمه عليهم، ثمّ أباحه للمضطرّ و أباحه له في الوقت الذي لا يقوم بدنه إلّا به فأمره أن ينال منه بقدر البلغة لا غير ذلك، ثم قال:

أمّا الميتة: فلا يدمنها أحد إلّا ضعف بدنه و نحل جسمه و ذهب قوّته و انقطع نسله و لا يموت آكل الميتة إلّا فجأة.

و أمّا الدّم: فإنّه يورث أكله الماء الأصفر و يبخرّ الفم و يسيء الخلق و يورث الكلب و القسوة للقلب و قلة الرّأفة و الرّحمة حتّي لا يؤمن أن يقتل ولده و والديه و لا يؤمن علي حميمه و لا يؤمن علي من يصحبه.

و أمّا لحم الخنزير: فإنّ الله تبارك و تعالي مسخ قوما في صور شتّى شبه الخنزير

ص: 594

---

1- (1) البخاري/ 2121 /. أن رسول الله (ص) قال: «إن الله حرّم الخمر و ثمنها و حرّم الميتة و ثمنها، و حرّم الخنزير و ثمنه» رواه أبو داود/ 3486 /، قال الأرناؤوط (جامع الأصول/ 265): إسناده حسن.

و الدبّ و القرد و ما كان من الأمساخ، ثمّ نهى عن أكل المثلة نسلها لكيلا ينتفع الناس بها و لا يستخفّ بعقوبته.

و أمّا الخمر: فإنّه حرّمها لفعالها و فسادها و قال: مدمن الخمر يورثه الارتعاش و يذهب بنوره و يهدم مروءته و يحمله علي أن يجسر علي المحارم من سفك الدماء و ركوب الزنا، و لا يؤمن إذا سكر أن يشب علي حرمه و لا يعقل ذلك، و الخمر لا تزيد شاربها إلاّ كلّ شرّ.

ص: 595

مرّ معنا أنّ الميتة هي كل ما فارق الحياة دون ذكاة شرعية، وهي الذبح أو النحر، وفق الطريقة المحددة آنفاً.

ويطراً علي الميتة تغيرات عديدة، منذ مفارقتها الحياة. فتؤدّي الجاذبية الأرضية إلي انحدار الدم و ترسبه في الأجزاء المنخفضة، مشكلا الزرقة الموتية، خلال ساعتين من الوفاة. ذلك ما يسمّي بالصمّل الموتى، حيث تميل الأنسجة إلي الاحمضاض ثم إلي التقلوف عند بداية التفسخ، مترافقا مع تحمض و انقباض العضلات المخططة و الملساء. و تتكون أحماض عديدة نتيجة التخمرات و التفاعلات، كحمض اللبن و حمض الفوسفور و حمض الفورميك. و تبدأ الجثة بالتعفن بتأثير الجراثيم الهوائية و اللاهوائية، فتتكاثر أولا الجراثيم اللاهوائية، و أهم هذه الجراثيم: الاشريشياكولي E.Coli، و المتقلبات الاعتيادية Proteus Vulgaris و المطثيات الحاطمة Clostridium Perfringens .

و ينتج عن ذلك فساد المواد العضوية، و انطلاق غازات عفنة مثل كبريت الهيدروجين، و ثاني أكسيد الكربون، و الفحوم الهيدروجينية، و الهيدروجين. و يساعد علي الإسراع في هذا الأمر انحباس الدم، و بقاءه في الجسم.

و بالإضافة إلي كل ما سبق، فإن لحم الميتة يكون لينا، ذا رائحة كريهة، مما يثير القرف، و يدفع إلي الاشمئزاز، فينبو عن أكله كل ذي ذوق سليم.

هناك عدّة أسباب تؤدي إلي موت الحيوان، أهمها:

### 1 - المرض:

قد يموت الحيوان بمرض التهابي، مما يجعل الضرر الناجم عن أكله أشدّ و أبلغ، و من هذه الأمراض:

1 - السل Tuberculosis : و هو أكثر تصادفا في البقر. و قد قرّرت كتب الطب إعدام جثة الحيوان المصاب بالسل. هذا بالنسبة للحيوان المذبوح، فما بالك بالحيوان الذي بلغ به الداء حدّا أهلكه؟!

2 - الجمرة الخبيثة Anthrax : يجب أن لا تمسّ جثة الحيوان الذي مات بالجمرة الخبيثة، بل

يجب دفنها و حرقها، حتي لا تنتشر جراثيمها، فتعدي الإنسان عن طريق الهواء أو الأكل، و تسبب له أمراضا فتاكة.

3 - جراثيم السالمونيلا *Salmonella*: إن تناول لحم الحيوان المصاب بالسالمونيلا، يسبب تسمما: إما بالجراثيم نفسها، أو بذيواناتها، حتي لو تم طهي الطعام جيدا، حيث لا تتأثر الذيفانات بالحرارة.

4 - الحيوانات المتسممة بالجراثيم العنقودية *Staphylococcus*، و العقديية *Streptococcus* تضرّ بأكلها أيضا.

5 - يسبب تناول لحم الميتة خصوصا بعض الأمراض، مثل مرض كروتوزفيلد جاكوب، و مرض سكر.

## 2 - الهرم:

يكون لحم الحيوان هنا، أشدّ صلابة، و أكثر أليافا، و أعسر هضمًا، هذا عدا عن الآثار الناجمة عن التفسخ، و انحباس الدم.

## 3 - المنخقة:

مهما كان سبب الاختناق، غرقا، أو ردما، أو خنقا بكتم النفس، أو استنشاقا لغازات سامة يبقي الدم في الجثث بهيئة سائلة، مما يساعد علي التفسخ و التعفن، إضافة لما يحتويه الدم من سموم و مواد ضارّة.

## 4 - الموقوذة، و المتردية، و النطيحة، و ما أكل السبع:

و الموقوذة هي: التي ضربت بشيء ثقيل كحجر أو عصا. أما المتردية فهي التي سقطت من علو فماتت. و النطيحة ما نطحتها أخري فماتت.

في هذه الأنواع جميعها، يبقي الدم منحبسا، مما يهيئ بيئة مناسبة لتكاثر الجراثيم و أمراضها.

بالإضافة إلي الضرر الناجم عن انحباس الدم.

قال تعالى: قُلْ لَا أَحَدٌ فِي مَا أُوْحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَيَّ طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ، فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَ لَا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَحِيمٌ [الأنعام/ 145].

### الحكمة من تحريم الدم:

1 - يحمل الدم سموما وفضلات كثيرة و مركبات ضارة، ذلك لأن إحدى أهم وظائفه، هي:

نقل فضلات الجسم وسمومه، ليصار إلي طرحها. و أهم هذه المواد التي يحويها الدم: البولة Urea ، و حمض البول Uric acid ، و الكرياتينين Creatinine ، و هي المستقلبات النهائية الناتجة عن تقويض البروتينات. و أيضا يحمل الدم بعض السموم التي ينقلها من الأمعاء إلي الكبد، بغية تعديلها. و إذا ما تناول شخص كمية من الدم، فإن هذه المركبات تمتص، و يرتفع مقدارها في الجسم. إضافة إلي المركبات التي تنتج عن هضم الدم ذاته، مما يؤدي إلي ارتفاع نسبة البولة الدموية Uremia ، و بالتالي حدوث اعتلال دماغي، ينتهي بالمسبات Come ، و إذا ما استمر في تناول الدم. و هذه الحالة تشبه مرضيا ما يحدث في حالة النزف الهضمي العلوي. و هنا يجب تخليص الأنبوب الهضمي من الدم المتراكم في المعدة و الأمعاء، بمصّه و إعطاء الحقن الشرجية، خوفا من حدوث اعتلال دماغي Encephalopathy .

2 - يعتبر الدم وسطا ملائما لنمو أنواع كثيرة من الجراثيم. و قد استفيد من هذه الخاصة في صنع مزارع جرثومية Blood-agar ، لاستنبات و زرع الجراثيم المختلفة. أما مصادر تلووث الدم المسفوح، فهي: أداة الذبح، و الأيدي، و الآنية التي يوضع فيها الدم، و الهواء، و الذباب، و غيرها.

3 - لا يمكن اعتبار الدم غذانا بشريا! إذ إننا لو تأملنا تركيب الدم، لوجدناه يحوي مقدارا ضئيلا من البروتينات، التي يستطيع جسم الإنسان هضمها. حيث تبلغ نسبة الألبومين و الغلوبولين و الفيبرينوجين (6-8 غ/ 100 مل). في حين أن البروتينات الموجودة في الدم بنسبة عالية (خضاب الدم) هي بروتينات عسيرة الهضم، لا تحملها المعدة. ثم إن الدم إذا تخثر، أصبح هضمه أكثر عسرة، لتشكل الليفين Fidrin .

و بالطبع لا يفصل تناول الدم، للحصول علي عنصر الحديد، لأن الحديد الموجود في الدم هو

حديد عضوي، الذي هو أبطأ وأقل امتصاصاً من الحديد اللاعضوي الموجود في مصادر متنوعة.

## الخنزير Pig

### إشارة

الخنزير هو حيوان لاحم عاشب، حيث تجتمع فيه الصفات السبعية والبهيمية، فهو يصنّف تحت زمرة آكلات كلّ شيء Omnivorous و يصنّف الخنزير أيضاً كحيوان كانس Scavenger إذ إنه يكتس الحقل والزرية، فيأكل القمامة والفضلات ومخلفات المسالخ والجرذان والفئران والجيف حتى جيف أقرانه. وقد يهاجم الخنزير الإنسان، ففي إحدى الوقائع، انقضت الخنازير علي طفل صغير، و التهمت، و لم تبق منه شيئاً.

يقول الإمام الدميري، في كتابه حياة الحيوان الكبرى: «إنّ الخنزير شرس الطباع، شديد الجماع، شبق، تكتنف حياته الجنسية الفوضي لا يخصّص لنفسه أنثي معينة».

ويحرم في الإسلام تناول لحم الخنزير، أو الانتفاع به (لحمه، جلده، أسنانه،..). قال تعالى: حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ وَ مَا أَهْلَ لِيغْيِرَ اللَّهُ بِهِ [المائدة/ 3]. وقال أيضاً:

قُلْ لَا أَحَدٌ فِي مَا أُوْحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَيَّ طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنْزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُمَّ أَهْلًا لِيغْيِرَ اللَّهُ بِهِ [الأنعام/ 145]. وعن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما، أنه سمع رسول الله (ص)، يقول: «إن الله ورسوله حرّم بيع الخمر، و الميتة، و الخنزير، و الأصنام».

وقد ثبت علمياً أن الخنزير سبب للعديد من الأمراض (سواء الناجمة عن العوامل الممرضة، أو تلك الاستقلابية). كما ثبت تأثير لحم الخنزير علي سلوك آكله، لا سيما من ناحية العقّة و الشرف.

وفيما يلي دراسة مبسّطة لهاتين النقطتين، إضافة إلي دراسة القيمة الغذائية لدهن الخنزير.

## أولاً: الأمراض التي يسببها الخنزير:

### إشارة

يمكن تقسيم هذه الأمراض، حسب العامل الممرض، علي النحو التالي:

## 1 - أمراض طفيلية Parasitic diseases :

يصاب الخنزير بحوالي 66 /مرضاً من الأمراض الطفيلية. منها/ 30 /مرضاً يمكن نقلها إلي الإنسان، تتوزع كالتالي:



أ - سبعة أمراض، تسببها طفيليات وحيدة الخلية.

ب - خمسة أمراض، تسببها الديدان الورقية.

ج - أحد عشر مرضاً، منشؤها الديدان الحبلية أو الشعرية.

د - أربعة أمراض شريطية الديدان.

هـ - ثلاثة أمراض خارجية، تسببها طفيليات جلدية.

## 2 - أمراض فيروسية Viral diseases :

ينقل الخنزير إلى الإنسان ثمانية أمراض فيروسية، من أصل أربعة و ثلاثين يصاب بها.

## 3 - أمراض جرثومية Bacterid diseases :

يسبب الخنزير خمسة عشر مرضاً، تصيب الإنسان.

## 4 - أمراض فطرية Fungl disesses :

ينقل ثلاثة أمراض فطرية إلى الإنسان.

## 5 - أمراض تغذية Trophic diseases :

هناك عشرة أمراض علي الأقل، تصيب الإنسان، نتيجة التغذية بلحم الخنزير.

## ثانياً: الأثر السلوكي للحم الخنزير:

بات من المؤكّد تأثير نوع الطعام، خاصة اللحوم، في الطباع والأخلاق. لاحظ ذلك العلماء القدامي، من الواقع والمشاهدات. ثم برهن علي هذا الأثر، في أيامنا هذه، من خلال الأدلة السلوكية.

ولقد أشار (ص)، إلي هذا الأثر في أحاديثه، كمثّل قوله: «... و الفخر و الخيلاء في أصحاب الإبل، و السكينة و الوقار في أهل الغنم».

وقال ابن خلدون: «أكلت الأعراب لحم الإبل فاكسبوا الغلظة، و أكل الأتراك لحم الفرس فاكسبوا الشراسة، و أكل الإفرنج لحم الخنزير فاكسبوا الدياثة».

و هكذا فإنّه من الملاحظ، انتقال صفات الحيوانات المأكولة إلي آكلها. ولما كانت الصفات الخلقية تختلف باختلاف نوع الحيوان، تباينت الصفات التي يكتسي بها من أكل لحوم هذه



الحيوانات. ففرق بين من اعتاد أكل الديكة (التي تتميز بالغيرة الشديدة)، وبين من اعتاد أكل لحوم الخنازير أو لحوم آكلات اللحوم كالقطط والكلاب (التي تتظاهر فيها الدياثة، إذ ينزو علي الأنثى أكثر من ذكر، حتي أمام صاحبها. و تتجلي هذه الدياثة في أوسخ حالاتها عند الخنزير، فالخنازير لا تكتفي فقط بإقامة علاقات متعدّدة الشركاء بين الذكور و الإناث، بل إنّ الذكور تمارس اللواط فيما بينها).

(و لقد قام العلماء بعدد كبير من التجارب علي الأطفال، لمعرفة تأثير المغذيات علي شخصيتهم و سلوكهم. فانعدام وجود الفيتامين أو النشويات أو الأحماض الأمينية في الأطعمة، أثر تأثيرا بالغا علي سلوك الأطفال. هذا وقد وجد أيضا أن الرضاعة الطبيعية، كان لها أثر أفضل بكثير من الرضاعة الاصطناعية. أضف إلي ذلك، أنّه قد ثبت أن أكل لحوم العجل المحقون بمادة هرمونية اسمها (Diethylstilberterog)، كان به تأثير علي سلوك، و شخصية الناس، حيث زاد بهم عملية اللواط، أو الجماع الجنسي المثل لجنسه.

وقد قام العلماء بتجارب كثيرة أخرى، علي أطفال المدارس، لمعرفة تأثير سوء التغذية علي سلوكهم العام، و خاصة علي سلوكهم العقلي و الحسي. وقد وجد أن بعضهم، يتأخر في عملية التعلم و الفهم و الإدراك.

و نستطيع القول من تلك الأبحاث: إن نوعية الأطعمة، تؤثر علي شخصية و سلوك الإنسان.

وقد يكون التأثير ناتجا عن نوع معين من المأكولات، أو قد يكون ناتجا عن عدة أنواع من الأطعمة.

و إذا نظرنا إلي الأطعمة بشكل عام، نجد أن بعض الناس يعيشون علي الخضار، و منهم من يعيش علي اللحوم، و منهم من يعيش علي الاثنين معا، و منهم من يعيش علي النباتات و الحليب معا، و هكذا..

وقد قام بعض العلماء بتجارب علي بعض الأطفال، في ولاية (ماريلاند) في أمريكا، فأعطوا الأطفال أطعمتهم اليومية، من النشويات و الحلويات السكريات، دون اللحميات و البروتينات الحيوانية. فكان نتيجة ذلك أن ظهرت في الأطفال، درجة عالية من الحساسية، و سرعة الغضب، و بطاء الفية، و قلة الميل إلي الحياة الاجتماعية.

و لما استبدل العلماء وجبات الأطفال الغذائية هذه، بوجبات غذائية عادية، تحتوي علي اللحميات و البروتينات الحيوانية أيضا، تغيرت طباعهم، و تحسنت تحسنا عظيما، و عاد الأطفال إلي الحياة الاجتماعية الإنسانية الطبيعية، التي يملؤها الحب و الإخاء، و التعامل الأخوي بين أولئك الأولاد الصغار.

و هذا مما يدل دلالة قاطعة، علي أن نوعية الطعام، لها تأثير عظيم علي سلوك و تصرفات الإنسان. و علي هذا الأساس، يمكن القول إن هذا ينطبق علي أولئك الهنود، الذين يعيشون فقط علي النباتات، دون أي مصدر حيواني، و الذين يعرفون بتعصبهم الشديد، و عدم تسامحهم و تساهلهم مع المسلمين في الهند. بل إننا نقرأ أن الهندوس، يقتلون المسلمين، لأنهم يأكلون اللحوم، و لأجل ذلك، فإن الهندوس ليس لديهم أي شعور إنساني، نحو مواطنيهم، بل الظاهر أن لديهم إحساسا و شعورا نحو الحيوان، و خاصة نحو البقر، أكثر بكثير من إحساسهم بإنسانيتهم.

و لهذا فقد قدسوا العجل، و الهوه، و اعتبروه إلهها يعبد. و إنهم علي استعداد لقتل البشرية، و إراقة دماء البشر، حفاظا علي قداسة الحيوان.

و قد قال الدكتور الفنجري (El-Fanary) في مقاله: إنّ الذين يأكلون الحيوانات الكاسرة و آكلة اللحوم، عادة ما تكون طباعهم شريرة، و يميلون إلي ارتكاب الآثام و الجرائم. و هم غير متسامحين، و يظهرن العداوة و البغضاء إلي غيرهم، حتي إن منهم من يقتل غيره دون سبب. و إذا تأملنا جيدا تصرفات الخنزير، لوجدنا أنه الحيوان الشاذ الوحيد عن بقية الحيوانات، فالخنزير لا يأبه مثلا، أن خنزيرته تتزاوج مع غيره أمامه و نصب عينيه، و هذه العادة شاذة عن بقية الحيوانات الأخرى. بينما نجد لسان حاله يقول: دع الخنزيرة تتزاوج مع بقية الخنازير الأخرى و تتمتع معهم كما تريد ما داموا متفقين فيما بينهم. لذلك فالخنزير يسمح لأثناه، أن تتزاوج مع بقية الخنازير، ما دامت هي ترغب بذلك.

و في هذه الحالة فإن أنثي الخنزير هنا بمثابة العاهرة، في الوقت الذي يظهر الخنزير فيه عدم المبالاة و الاهتمام، فيما تتصرف به أنثاه، فهو كالديوث.

و تتأثر طباع الإنسان جدا نتيجة أكله الخنزير. و قد رأينا سابقا نتيجة الهرمون المسمي (Diethy)

(stilbesterol) حين أعطي للعجول، فقد زادت العادة الخبيثة في عملية اللواط و الجماع الجنسي فيما بين الذكور في الإنسان. لذلك فإن أكل لحم الخنزير، لا بد أن يؤثر علي سلوك و شخصية الإنسان العامة، بزيادة انحطاط الأخلاق عنده، ذاكرين منها اللواط و السحاق و الزني و الدعارة المتفشية في المجتمعات الغربية.

إن التزاوج الحر بين الجنسين في المجتمع هو شيء رهيب جدا، في المجتمعات غير الإسلامية. و ليس هناك أي معني خلقي أو إنساني بين أولئك الذين يمارسون الجنس، دون أي مسؤولية أو وازع يردعهم.

إن المعاشرة الجنسية، التي تسبق الزواج، وارتفاع نسبة الحبالى، وكذلك الإجهاض غير القانوني، لهو شيء منتشر في المجتمعات الأجنبية. إن ما نشاهده اليوم من مجتمعات العراة، لهو دليل علي شدة انحطاط المجتمعات الغربية منها و الشرقية، و نعني بذلك تلك المجتمعات غير الإسلامية.

كل ذلك ناتج عن أكل الأطعمة الملوثة و الموبوءة، مثل الخنزير و غيره.

و كذلك فإننا نري اليوم أن نسبة الاعتصاب و الدعارة في المجتمعات الغربية لا حد لها بالفعل، و أن نسبة السرقات و القتل و القنص و الخطف من أهم مظاهر المجتمعات الحاضرة و التي لا يستطيع تحملها بل و لا تطاق.

إن مجتمع ال (WASP) و ارتكاب الفحشاء في المحارم لهي من الأفعال الذميمة التي كثيرا ما تحصل في المجتمعات غير الإسلامية.

إن أي تحسين في المجتمع يجب أن يبدأ أولا من الوجبة الغذائية الصحيحة و ذلك لتصحيح كيميائية الجسم من جديد و خاصة لتصحيح الجهاز العصبي و الدماغ، و التعاليم الخلقية قبل كل شيء يجب أن تراعي في المجتمع و أن تؤخذ بعين الاعتبار. و ذلك لخلق مجتمع أفضل و حياة أحسن. و إلا فإن التعاليم الخلقية لا تؤثر في جسم مسموم و في عقل ملوث بالسموم و الآثام ما لم تطهر أولا من كل هذه الأوباش، ثم بعد ذلك يكون لها الأثر الفعال في صقل النفس البشرية و رفعها إلي مصاف البشر.

و لا بد أن نذكر هنا أن نوحا عليه السلام بقي في قومه يدعوهم إلي الله تعالى حوالي 950 سنة، و مع هذا فلم تكن دعوته بعد ذلك بباقية ذات جدوي فيهم. و قال قولته المشهورة مخاطبا ربه: إِنَّكَ إِنْ تَذَرَهُمْ يُضِلُّوا عِبَادَكَ وَ لَا يَلِدُوا إِلَّا فَاجِرًا كَفَّارًا .

و كان نوح عليه السلام يعتقد أن أجسامهم و عقولهم و نفوسهم أصبحت ملوثة مدنسة حتي أنها تؤثر في ذريتهم، أي أن هذه العادات الوسخة أصبحت تنتقل بيولوجيا من جيل إلي آخر، دون استثناء، و أن أية إطالة في حياتهم لن تكون إلا استفحالا في نشر الرذيلة، و لا بد من القضاء عليهم قضاء مبرما و لذلك دعا نوح عليه السلام دعوته المشهورة: وَقَالَ نُوحٌ رَبِّ لَا تَذَرْ عَلَي الْأَرْضِ مِنَ الْكَافِرِينَ دَيَّارًا .

بعد هذا الاستدلال العلمي الرائع علي «أن نوعية الطعام لها تأثير عظيم علي سلوك و تصرفات الإنسان» و أن الغذاء كما قال الإمام الفخر الرازي: «يصير جزءا من جوهر المغتذي». و قد رأينا كيف تترسب الدهون الخنزيرية في جسم الإنسان كدهون خنزيرية دون أن تتحلل أو تتحول إلي دهون

إنسانية و تصبح جزءا من كيان الإنسان نفسه. ثم إذا رجعنا إلي ما يتصف به الخنزير من أخلاق ذميمة تشمل كل الصفات التي ينفر الإنسان بفطرته منها من «حرص و لؤم و توتر و اكتئاب و جبن و افتراس و كسل و نهم و قذارة و شبق و دياثة إلي غير ذلك»، لكان لزاما علي ذوي الأذواق السليمة و دعاة الإصلاح و الفضيلة أن يقفوا بحزم في وجه كل المحاولات التي تدعو إلي تربيته و أكله، حرصا منهم علي كيان المجتمعات البشرية و مستقبل الحضارة الإنسانية بعد أن دبّت إليها عوامل الانحلال و الاضمحلال و حطمتها الجريمة و نخرتها الرذائل و الآثام.

### ثالثا: القيمة الغذائية لدهن الخنزير:

لقد قام العلماء بكثير من التجارب علي دهون الحيوانات التي تؤكل و كذلك علي تلك الدهون التي لا تؤكل. و الأمثلة علي الحيوانات التي تؤكل كثيرة فهناك الخرفان و الأنعام و الغنم و البقر و الماعز و الجمال و الدجاج. أما الحيوانات التي لا تؤكل فهي كالقطط و الكلاب و الفئران إلخ.

وقد وجد أن دهنيات الحيوانات التي تؤكل تخضع لنظام معين، فالأحماض الدهنية غير المشبعة موجودة علي الكربون الثنائي للجليسريد ما عدا الخنزير و الذي يخضع لنظام الدهنيات المشبعة.

وقد وجد أيضا أن دهون الحيوانات التي لا تؤكل تخضع لنظام معين خاص فالأحماض الدهنية المشبعة موجودة علي الكربون الثنائي للجليسريد.

و هذا يعني أنه لو أكل شخص لحم حيوان يتغذي علي الأعشاب فإن دهنيات هذا الحيوان تتحول في الأمعاء الدقيقة بواسطة العصارة البنكرياسية بعد أن تستحلب بواسطة الأملاح المرارية.

فالجسم يمتص هذه الدهون و تتحول في جسمه إلي دهون إنسانية و من ثم ترسب في أنسجته كدهون إنسانية.

أما إذا أكل الإنسان دهون الحيوانات الكاسرة و المتوحشة أي الحيوانات آكلة اللحوم، فإن العصارة البنكرياسية لا تستطيع أن تحول دهون تلك الحيوانات الكاسرة (آكلة اللحوم) بسهولة و نتيجة لذلك فإن جزيئات ال (TG) لذلك الحيوان تمتص كما هي دون أن تهضم و دون أن تتحول، و بهذا فإنها ترسب في أنسجة الجسم الإنساني كدهون حيوانية و ليس كدهون إنسانية.

أما دهن الخنزير فينطلق عليه مثال الحيوانات آكلة اللحوم بالضبط أي إن دهن الخنزير يترسب في جسم الإنسان كدهن خنزيري و ليس كدهن إنساني».

أما بالنسبة لعلماء التغذية الذين ينصحون مرضاهم باستعمال دهن الخنزير في وجباتهم، علي أساس أنها تحوي 67% أحماض دهنية غير مشبعة (PUFA). فنقول: وإن كان الخنزير يحتوي علي 67% من ال (PUFA)، ولكن هذه الأحماض الدهنية غير المشبعة موجودة علي الكربون الأحادي والثلاثي، وليس علي الكربون الثنائي لمادة الجليسيريد، أي أن نوع ال (TG) يكون علي شكل USU.

و هذا يعني أن ثلث مجموع الأحماض الدهنية موجودة علي الكربون الثنائي، وهي أحماض دهنية مشبعة والتي يصعب تحويلها بواسطة البنكرياس. ولو اعتبرنا أن ال (PUFA) موجودة بنسبة 67% فلا يمكن الاستفادة من هذه الأحماض، لأنها لا تهضم، ولا يمكن تحويلها إلي دهون إنسانية، بل تبقى دهنا خنزيريا يترسب في الجسم علي أنه دهن خنزيري. بل ولا يمكن الاستفادة من الأحماض الدهنية غير المشبعة. ولذلك فإن نظرية ال (PUFA) في هذا المثال لا-صحة لها، خاصة في تحويل الكوليسترول المترسب من حالته الصلبة (الكرستالية) في الشريان الأبهر (الأورتي Aorta)

إلي كولستيرول أستر أي إلي مادة سائلة في بلازما الدم.





فهرس الموضوعات المقدمة 5

الرمان فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 7

خواص الرمان العلاجية 8

الرمان في الطب الحديث 11

التركيب التحليلي لثمرة الرمان 11

الاستخدامات الطبية لثمرة الرمان 12

التفاح فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 13

التفاح و خلّ التفاح 15

استخدامات التفاح الطبية 16

التفاح طعام و علاج للجروح 17

التفاح صديق لمرضي السكر 18

استخدامات التفاح العلاجية في الطب الحديث 19

خلّ التفاح و فوائده 20

الاستخدامات الطبية لخلّ التفاح 22

طريقة عمل خل التفاح 23

العنب و الزبيب فوائدهما في كلام الإمام (ع) 24

كل العناصر الغذائية في العنب 25

العنب: في الطب الشعبي الحديث 25

استخدامات العنب الطبية 26

العنب: يقلل من الإصابة بالسرطان 27

العنب يشفي الأمراض المختلفة 29

الزبيب و خواصه 34

الزبيب في الطب القديم 35

البطيخ فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 37

علاجات البطيخ في الطب القديم 39

الزيتون فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 40

التركيب التحليلي لثمرة الزيتون 41

الاستخدامات الطبية لزيت الزيتون 43

الاستخدامات الخارجية لزيت الزيتون 47

زيت الزيتون يعالج الأمراض المختلفة 48

الزيتون في الطب القديم 50

زيت الزيتون في الطب القديم 52

السفرجل فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 53

السفرجل في الطب الشعبي الحديث 54

السفرجل في الطب القديم 54

ص:607

- 56 التمر فوائده في كلام الإمام الصادق (ع)
- 57 الكمثري فوائده في كلام الإمام الصادق (ع)
- 58 العلاج بالتمر و الرطب
- 59 الاستخدامات العلاجية للبلح و الرطب
- 64 الفوائد الغذائية للكمثري
- 65 الكمثري في الطب القديم
- 66 الغبيراء فوائده في كلام الإمام الصادق (ع)
- 67 خواص الغبيراء
- 67 التركيب الكيميائي و الاستعمال الطبي
- 68 الغبيراء في الطب القديم
- 69 الجوز فوائده في كلام الإمام الصادق (ع)
- 70 الجوز في الطب الشعبي الحديث
- 71 الجوز في الطب القديم
- 73 الإجااص فوائده في كلام الإمام الصادق (ع)
- 74 الاستعمالات الداخلية
- 75 الإجااص في الطب القديم
- 76 الأترج فوائده في كلام الإمام الصادق (ع)
- 77 الأترج في الطب القديم
- 79 الأترج في الطب الحديث
- 80 باب البقول الثوم و البصل فوائدهما في كلام الإمام الصادق (ع)
- 81 خصائص الثوم في الطب الحديث

وصفات فعالة من الثوم 82

الثوم وعلاج المغص عند الكبار 83

هل ينجح الثوم في علاج مرض السكر 85

الثوم يحمي من مرض الإيدز 90

وصفة من الثوم لاستعادة الشبوية 91

قيمة البصل الغذائية 92

البصل وعلاج مرض القلب 92

البصل ومرض السكر 93

البصل و تساقط الشعر 94

المكونات الفعالة في البصل 95

الأبحاث العلمية الحديثة 95

علاج البصل في الطب القديم 97

القرع (الدباء) فوائده في كلام الصادق (ع) 99

القرع في الطب الحديث 100

الاستخدامات الطبية لثمار القرع 100

القرع في الطب القديم 101

الجزر و الخس فوائدهما في كلام الإمام الصادق (ع) 104

الجزر في الطب الحديث 105

الجزر و الكاروتين 106

- الجزر في الطب القديم 108
- الخنس في الطب الحديث 110
- الخنس في الطب القديم 111
- الفجل فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 112
- الفجل في الطب الحديث 113
- التحضير و الاستعمالات 114
- معجون للأسنان من جذور الفجل 115
- الفجل في الطب القديم 116
- السلق فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 119
- السلق في الطب الحديث 120
- السلق في الطب القديم 120
- الباذنجان فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 122
- علاجات الباذنجان في الطب القديم 123
- الهندباء فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 125
- الهندباء في الطب الحديث 126
- الاستعمال الطبي للهندباء 126
- الهندباء في الطب الشعبي الحديث 127
- الهندباء في الطب القديم 128
- الحرمل فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 130
- الحرمل في الطب الحديث 131
- الاستعمال الطبي للحرمل 131

- الحرمل في الطب القديم 132
- الخطمي فوائده عند الامام الصادق (ع) 134
- الخطمي في الطب الحديث 135
- الاستعمال الطبي للخطمي 135
- الخطمي في الطب القديم 136
- الشلجم (اللفت) فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 139
- الشلجم في الطب الحديث 134
- الشلجم في الطب الشعبي الحديث 139
- الشلجم في الطب القديم 140
- الباقلاء (الفول) فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 141
- الفول في الطب الحديث 142
- الفول في الطب القديم 142
- الكراث فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 144
- الكراث في الطب الشعبي الحديث 145
- الكراث في الطب القديم 145
- الباذروج (الحوك و بزر قطونا) فوائدهما في كلام الامام الصادق (ع) 148
- الحوك في الطب القديم 194
- البزر قطونا في الطب القديم 150

الجاورس و اللبان فوائدهما في كلام الإمام الصادق (ع) 152

الجاورس في الطب القديم 153

اللبان في الطب الحديث 154

اللبان (الكندر) في الطب القديم 155

السويق فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 158

سويق الشعير و العدس 159

سويق الأرز و التفاح 160

السويق في الطب القديم 161

الخل فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 162

خل الخمر فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 163

الأشنان و السعد الأشنان في كلام الامام الصادق (ع) 166

الاشنان في الطب القديم 167

السعد في الطب القديم 168

السنا فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 170

السنا و العلم الحديث 171

الاستعمالات المستقبلية 172

السنا في الطب القديم 173

البنفسج فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 175

البنفسج في الطب القديم 177

البنفسج في الطب الحديث 178

الاستعمال الطبي للبنفسج 179

الهليلج و البليج و الأملج و الحمص فوائدها في كلام الإمام الصادق (ع) 180

الهليلج في الطب القديم 181

البليج في الطب القديم 182

الأملج في الطب القديم 183

الحمص في الطب الحديث 185

الحمص في الطب القديم 185

الأرز فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 187

الأرز في الطب الحديث 190

الأرز في الطب القديم 191

الحزاء و اللوبياء فوائدهما في كلام الإمام الصادق (ع) 192

اللوبيا في الطب القديم و الحديث 193

الحبة السوداء فوائدها في كلام الإمام الصادق (ع) 194

الحبة السوداء في الطب القديم 195

الحبة السوداء في الطب الحديث 197

علاج صداع الرأس المزمن 199

علاج حصي الكلي و المثانة 199

ص: 610



علاج صعوبة النطق 200

علاج السعال 201

علاج السكري 202

علاج العقم 203

علاج الثعلبة 204

علاج الوردية و العد الشائع 205

علاج الفطريات بأنواعها 206

علاج الصدف 207

علاج الحزاز 211

علاج القوباء المعدية 211

علاج البهاق 212

العسل فوائده في كلام الامام الصادق (ع) 213

العسل غذاء قيم 217

لعسل و الداء السكري 218

العسل للوقاية من نخر الأسنان 221

العسل و طب الشيخوخة 222

أهمية العسل في تغذية الأطفال 224

الاستشفاء بالعسل 227

حقن العسل في مداواة الأمراض الجلدية 232

قناع من عسل و نتقي مظاهر الشيخوخة المبكرة 233

معالجة أمراض العين بالعسل 235

الاستشفاء بالعسل في أمراض الجهاز الهضمي 238

العسل و الكبد 241

العسل و أمراض الحساسية 242

شفاء النزلات الشعبية بالعسل 243

معالجة آفات الأنف و الأذن و الحنجرة بالعسل 244

معالجة أمراض الفم بالعسل 246

أمراض الجهاز التنفسي و العسل 246

الاستشفاء بالعسل في أمراض الدم 247

العسل في أمراض القلب 248

العسل و أمراض الكليتين 250

العسل في أمراض الجهاز العصبي 250

معالجة الأمراض العقلية بالعسل 251

شفاء الانسمام الغولي بالعسل 252

الاستشفاء بالعسل في الأمراض النسائية 252

ضمادات العسل عقب العمليات النسائية 255

معالجة التهاب الإحليل و المثانة بحقن العسل 255

العسل و أمراض الأوردة 256

حقن محاليل العسل عقب العمليات الجراحية 257

أهمية العسل للوقاية من الأذي الشعاعية 258

هل يقي العسل من السرطان 258

العسل في الطب القديم 259

السواك فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 262

التركيب الكيماوي للسواك و فوائده 264

كيفية تحضير السواك 267

البيض فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 268

أفكار متوارثة 269

ص:611

نصائح بسيطة 271

البيض في الطب الشعبي 273

البيض غذاء كامل 273

البياض ضد الجراثيم 273

عناصر البيض 275

السكر فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 276

السمك فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 278

الحمام فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 281

فوائد و مضار الحمام 283

فعل الماء البارد في الحمام 284

فعل الماء الحار في الحمام 285

الحمام علي الطعام 286

فيمن شرب في الحمام شيئاً بارداً 286

دخول الحمام و البدن ممتليء 286

الحمية فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 287

لا مبالغة في الحمية 288

الحمية في هدي النبوة 290

علاج العين علاج العين عند الإمام الصادق (ع) 291

الفلفل و الدار فلفل في الطب القديم 293

الصبر في الطب القديم 294

المواد الفعالة في الصبر 297

- استخدام الصبر في الطب الشعبي 297
- الكافور في الطب القديم 299
- الكافور في الطب الحديث 300
- المر او الصمغ في الطب القديم 301
- المر في الطب الحديث 305
- معالجة الرياح الموجعة العنبر في الطب القديم 307
- استعمال العنبر في الدواء 308
- العنبر السائل 308
- الزنبق في الطب القديم 309
- دواء البلبله و كثرة العطش و ييس الفم السقمونيا في الطب القديم 311
- القاقلة في الطب القديم 312
- السنبل في الطب القديم 313
- الشقاقل في الطب القديم 315
- عود البلسان و حب البلسان في الطب القديم 315
- نارمشك في الطب القديم 317
- السليخة في الطب القديم 318
- علك رومي (المصطكي) في الطب القديم 319
- العافر قرحا في الطب القديم 321
- الدار صيني في الطب القديم 323
- أوجاع الخاصرة (الكاشم) الكاشم في الطب القديم 326

وجع البطن السماق في الطب الحديث 328

السماق في الطب القديم 328

الكمون في الطب الحديث 330

البلغم البلغم عند الامام الصادق (ع) 332

السعتر في الطب الحديث 333

الزعتر في الحرب العالمية الأولى 333

الزعتر كمطهر 334

النانخواه في طب القديم 336

البواسير الأبهل في الطب القديم 339

دهن الشيرج 340

استعماله في الطب القديم و الحديث 340

الزكام الكندس في الطب القديم 343

خواص دهن البنفسج 345

دفع الجذام و البرص و البهق و الداء الخبيث 346

ما هو الجذام 348

انواع الجذام 349

الربو 351

علاج مرض الربو 352

علاج دود البطن، النمش 354

الدودة الشريطية 355

القضاء علي الديدان 355

الملح ملح الطعام وأهميته للإنسان 356

حالات نقص الملح 357

حالات زيادة الملح 358

الملح في الطب القديم 358

وجع الحلق، السعال، وجع القلب السعال (الكحة) 365

ما يقوله الطب الحديث عن السعال 366

علاج الخفقان والرجفة 368

علاج اضطراب القلب وضعفه 368

البسفايح في الطب القديم 377

الغافث في الطب القديم 378

الحمي مضار الحمي 380

موافقة الحديث النبوي لما يقوله العلم الحديث 380

الحفظ في كلام الامام الصادق (ع) 381

القرنفل 382

الزعفران في الطب القديم 382

الحناء و ماء الورد فوائدهما في كلام الإمام الصادق (ع) 384

خواص الحناء في الطب القديم 385

خواص ماء الورد 389

الكحل فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 390

صنع كحل الإثمد 391

خواص الإثمد في الطب القديم 392

الإثمد في الطب الحديث 393

الحجامة فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 394

التداوي بالخمير ما هو مصير الخمر داخل جسم الإنسان 411

آثار شرب الخمر علي الإنسان 411

الأعراض الحادة الوقتية لشرب الخمر 411

الأعراض المزمنة التي تنتج عن إدمان الخمر 413

الأعراض التي تظهر بعد انتهاء تأثير الخمر 416

تأثير الخمر علي الصحة النفسية للإنسان 416

تأثير الخمر و المخدرات علي الدم 417

تأثير الخمر و المخدرات علي خلايا المخ و الجهاز العصبي 418

تأثير الخمر و المخدرات علي الكبد 421

تأثير الخمر و المخدرات علي الأنف و الأذن و الحنجرة 421

تأثير الخمر و المخدرات علي النسل 422

الكي استخدام الكي في الطب القديم 427

استخدام الكي في الطب الحديث 427

بحث الدكتور منصور سليمان في الكلي التقليدي 428

نوادير طبية التغييرات التي تطرأ علي وظائف الجسم المختلفة أثناء الصيام 432

التبدلات الكيماوية و العضوية أثناء الصوم 433

مصحات الصوم 434



الفوائد الصحية للصوم 435

الصوم وأمراض الجسم المختلفة 435

الصوم وأمراض الجهاز الهضمي 435

الصوم والسكري 436

الصوم وارتفاع ضغط الدم 436

الصوم وأمراض القلب و الشرايين 437

الصوم وأمراض الكلية 437

الصوم وأمراض الغدد الصم 438

أمراض الغدة الدرقية 438

أمراض الكظر 439

أمراض الغدد التناسلية 439

أمراض النخامة 439

أمراض جارات الدرق 440

الصوم والأمراض التنفسية 440

الصوم وأمراض الحميات 441

الصوم وأمراض الدم 441

أمراض الدم غير الخبيثة 441

أمراض الدم الخبيثة 441

الصوم والجنس 442

الصوم والناحية المعنوية 442

الحث علي الشجاعة والجود 443

الصلاة تنمي ملكة التركيز عند الإنسان 443

الصلاة رياضة بدنية 444

ص:614

تقليم الأظافر 445

اللحم فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 446

خواص اللحوم في الطب و الغذاء 448

تركيب اللحم 448

فائدة التغذية باللحوم 451

نصائح حول السلق و الشوي و القلي 455

حفظ اللحم 457

اللبن فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 460

خواص اللبن في الطب و الغذاء 462

المركبات الأساسية في اللبن 462

اللبن الرائب و فوائده العظيمة 466

أسلحة غذائية لمحاربة الشيخوخة 467

الماء فوائده في كلام الإمام الصادق (ع) 468

خواص الماء و تركيبه 470

هل يغذي الماء البدن؟ 471

في اكثر شرب الماء 473

فوائد الماء لكبار السن 473

هل تأخذ حاجتك الكافية في الماء 474

متي تشرب؟ و متي يضر الإفراط في تناول الماء 475

هل تؤدي كثرة شرب الماء إلي زيادة في الوزن 475

قالوا: الماء به نسبة رصاص مرتفعة 475

التخمة و كثرة الأكل كلوا و اشربوا و لا تسرفوا 483

مضار الشره 484

مضار الإسراف بنوع من الأطعمة 485

خلق شعر الإبط خلق الإنسان و تدبير الجنين في الرحم 488

أطوار خلق الإنسان 491

أطوار الخلق الإنساني وفق التقسيم القرآني 492

مراحل نمو الطفل في بطن أمه تنوع البكاء عند الطفل 507

فوائد البكاء عند الطفل 508

تعريف الريق 510

آلات التناسل و هيئتها 512

الجهاز التناسلي في الذكر 513

الجهاز التناسلي للمرأة 514

شبه المولود عند ولادته 520

عملية الهضم و جريان الدم في الشرايين 536

الجهاز الهضمي 538

الدماغ و أغشيته و الجمجمة و فاندتها 540

الرئة و عملها 545

الفؤاد و ثقبه المتصلة بالرئة 547

غذاء الطفل بعد الولادة 551

تغذية الطفل 552

ص: 615

تفصيل جسم الإنسان 558

حديث الصادق (ع) مع الهندي 564

بناء الجسد 576

أبو حنيفة والإمام الصادق (ع) 584

طبائع الإنسان 590

الميتة و الدم و لحم الخنزير 594

الدم و حكمة تحريمها 598

الأمراض التي يسببها الخنزير 599

الفهرس 606

ص:616

## تعريف مركز

بسم الله الرحمن الرحيم  
هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ  
الزمر: 9

عنوان المكتب المركزي  
أصفهان، شارع عبد الرزاق، سوق حاج محمد جعفر آباه اى، زقاق الشهيد محمد حسن التوكلى، الرقم 129، الطبقة الأولى.

عنوان الموقع : : [www.ghbook.ir](http://www.ghbook.ir)

البريد الالكتروني : [Info@ghbook.ir](mailto:Info@ghbook.ir)

هاتف المكتب المركزي 03134490125

هاتف المكتب في طهران 021 - 88318722

قسم البيع 09132000109 شؤون المستخدمين 09132000109.

مركز  
الغمامة  
اصبحان  
للبحوث والتحريات الكمبيوترية



للحصول على المكتبات الخاصة الاخرى  
ارجعوا الى عنوان المركز من فضلكم  
**www.Ghaemiyeh.com**

[www.Ghaemiyeh.net](http://www.Ghaemiyeh.net)

[www.Ghaemiyeh.org](http://www.Ghaemiyeh.org)

[www.Ghaemiyeh.ir](http://www.Ghaemiyeh.ir)

و للايحاء من فضلكم

٠٩١٣ ٢٠٠٠ ١٥٩

