



مركز
للبحوث والتحريات الكمبيوترية

اصبحان

للغافل



عليه
صباح
الرمضان

www.ghaemiyeh.com
www.ghaemiyeh.org
www.ghaemiyeh.net
www.ghaemiyeh.ir

عُيُونُ الْأَحْمَدِ

کتاب طبى انشاعى

- مبانى طب
- مفردات داروشى
- داروشاگرى و صنعت
- بيمارها
- غذا شناسى
- معدن شناسى
- اصطلاحات

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

کتاب طبی انتزاعی

کاتب:

جمعی از نویسندگان

نشرت فی الطباعة:

مجهول (بی جا ، بی نا)

رقمی الناشر:

مركز القائمية باصفهان للتحريات الكمبيوترية

الفهرس

٥	الفهرس
٨	كتب طبي انتزاعي (عربي) المجلد ٤
٨	اشارة
٨	[العقد الفريد]
٨	[الجزء الثامن]
٨	كتاب الفريدة الثانية في الطعام و الشراب
٨	اشارة
٨	أطعمه العرب
٩	أسماء الطعام
١٠	صفة الطعام و فضله
١٠	اشارة
١١	طعام عبد الأعلى
١١	الفرزدق و ابن الحصين
١٢	باب آداب الأكل و الطعام
١٣	البطنة و قولهم فيها
١٣	اشارة
١٣	لأعرابي
١٤	نهم سليمان بن عبد الملك
١٥	نهم مزرد
١٦	موت سليمان بن عبد الملك:
١٦	عيب الحمية:
١٦	الحمية و قولهم فيها
١٦	اشارة
١٧	عبد الملك و مدعو إلى غدائه:

١٧	التورى فى ابنه:
١٨	سياسة الأبدان بما يصلحها
١٨	الحجاج و طبيبه:
١٨	عبد الملك و أبو الزعيزع:
١٨	هارون و الأطباء:
١٩	تدبير الصحة
١٩	ما يصلح لكل طبيعة من الأغذية
٢٠	الحركة و النوم مع الطعام
٢٠	تقدير الطعام و ما يقدم منه و ما يؤخر
٢١	باب الحركة و النوم مع الطعام
٢١	الأوقات التى يصلح فيها الطعام
٢٢	الأطعمة اللطيفة
٢٢	الاطعمة اللطيفة فى نفسها المملطة لغيرها
٢٣	الاطعمة الغليظة فى نفسها المملطة لغيرها
٢٣	الاطعمة الغليظة
٢٤	الأطعمة المتوسطة بين اللطيفة و الغليظة
٢٥	الأطعمة الحارة
٢٥	الأطعمة الباردة
٢٥	الأطعمة اليابسة
٢٦	الأطعمة الرطبة
٢٦	الأطعمة القليلة الفضول
٢٦	الأطعمة الكثيرة الفضول
٢٦	الأطعمة التى غذاؤها كثير
٢٦	الأطعمة التى غذاؤها قليل
٢٧	الأطعمة التى تولد كيموسا جيدا
٢٨	الأطعمة التى تولد كيموسا [٨٥] رديئا

٢٩	الاطعمة المتوسطة الكيموس
٢٩	الاطعمة السريعة الانهضام
٣٠	الاطعمة البطيئة الانهضام
٣٠	الاطعمة الضارة للمعدة
٣١	الاطعمة التي تفسد في المعدة
٣١	الاطعمة التي لا يسرع إليها الفساد في المعدة
٣١	الاطعمة المليئة المسهلة للبطن
٣١	الاطعمة التي تحبس البطن
٣٢	الاطعمة التي تولد السدد
٣٢	الاطعمة التي تجلو المعدة و تفتح السدد
٣٢	الاطعمة التي تنفخ
٣٣	ما يذهب النفخ من الاطعمة
٣٣	كتاب إسحاق بن عمران إلى بعض اخوانه
٣٨	تعريف مركز القائمية باصفهان للتحريات الكمبيوترية

إشارة

نام كتاب: كتب طبي انتزاعي (عربي)

نويسنده: جمعی از نویسندگان

موضوع: مبانی طب- مفردات دارویی- بیماریها- داروسازی و صنعت- غذا شناسی- معدن شناسی- اصطلاحات

زبان: عربي

تعداد جلد: ١٩

نوبت چاپ: اول

ملاحظات: این عنوان کتاب تشکیل شده از مجموع بحث های گوناگون طبی که از لابلائی کتابهای دیگر توسط آقایان مجیدی نظامی و رحیمی ثابت استخراج و آماده شده و در این مجموعه قرار گرفته است .

[العقد الفريد]

[الجزء الثامن]

كتاب الفريده الثانية في الطعام و الشراب

إشارة

قال الفقيه أبو عمر بن محمد بن عبد ربه: قد مضى في بيان طبائع الإنسان و سائر الحيوان و النتف.

و نحن قائلون بعون الله و توفيقه في الطعام و الشراب اللذين بهما تنمو الفراسه و هما قوام الأبدان، و عليهما بقاء الأرواح.

قال المسيح عليه الصلاة و السلام في الماء: هذا أبي. و في الخبز: هذا أمي. يريد أنهما يغذيان الأبدان كما يغذيها الأبوان.

و هذا الكتاب جزءان: جزء في الطعام، و جزء في الشراب.

فالذي في الطعام منهما متقصر جميع ما يتم و يتصرف به أغذية الطعام من المنافع و المضار، و تعاهد الأبدان بما يصلحها من ذلك في أقواته و ضرور حالاته، و اختلاف الأغذية مع اختلاف الأزمنة بما لا يخلو المعدة و ما لا يكظها، فقد جعل الله لكل شيء قدرا.

و الذي في الشراب منهما مشتمل على صنوف الأشربة، و ما اختلف الناس فيه في الأنبذة [١]، و محمود ذلك و مذمومه، فإننا نجد النبيذ قد أجازة قوم صالحون، و قد وضعنا لكل شيء من ذلك بابا فيحتاط كل رجل لنفسه بمبلغ تحصيله، و منتهى نظره؛ فإن الرائد لا يكذب أهله.

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٤

أطعمة العرب

الوشيقه من اللحم: و هو أن يغلى إغلاءً ثم يرفع، يقال منه: وشقت أشق وشقا.

قال الحسن بن هانئ:

حتى رفعنا قدرنا بضرامها واللحم بين مؤذم و مؤشق [٢]

والصفيق مثله، و يقال هو القديد، يقال: صففته أصفه صفًا.

والريكة: شيء يطبخ من بزّ و تمر، و يقال منه: ربكته أربكه ربكا.

والبسيسة: كل شيء خلطه بغيره، مثل السويق بالأقط، ثم تلتته بالسمن أو بالزيت؛ أو مثل الشعير بالنوى للإبل، و يقال: بسسته أبسه بسًا.

والعيثة (بالعين غير معجمة) طعم يطبخ و يجعل فيه جراد؛ و هو الغثيمة أيضا.

و البغيث و الغليث: الطعام المخلوط بالشعير؛ فإذا كان فيه الزؤان فهو المغلوث.

و البكيلة، و البكالة جميعا: و هي الدقيق يخلط بالسويق ثم يبل بماء أو سمن أو زيت، يقال: بكلته أبكله بكلا.

و الفريقة: شيء يعمل من اللبن.

فإذا قطعت اللحم صغارا قلت: كتفته تكتيفا.

أبو زيد قال: إذا جعلت اللحم على الجمر قلت: حسسته، و هو أن تقشر عنه الرماد بعد أن يخرج من الجمر؛ فإذا أدخلته النار و

لم تبلغ في طبخه قلت: ضهّته و هو مضهّب.

و المضيرة: سميت بذلك لأنها طبخت باللبن الماضر، و هو الحامض. و الهريسة، لأنها تهرس. و العصيدة [٣]، لأنها تعصد. و

اللفيته لأنها تلفت.

كتب طيبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٥

و الفالوذ- و هو السرطراط، و من أسماء الفالوذ أيضا: السريط- لأنه يسترط، مثل يزدرد؛ و يقال: لا تكن حلوا فتسترط [٤]، و لا

مرّا فتعقى. يقال: أعقى الشيء:

اشتدت مرارته.

الرغيدة: اللبن الحليب يغلى ثم يذرّ عليه الدقيق حتى يختلط فيلحق لعقا.

الحريرة: الحساء من الدسم و الدقيق.

و السخينة: حساء كانت عمله قريش في الجاهلية فسميت به، قال حسان:

زعمت سخينة أن ستغلب ربّها و ليغلبن مغالب الغلاب

و العكيس: الدقيق يصب عليه الماء ثم يشرب. قال منظور الأسدي:

و لما سقيناها العكيس تمذّحت خواصرها و ازداد رشحا و ريدها [٥]

أسماء الطعام

الوليمة: طعام العرس. و النقيعة: طعام الإملاك [٦]. و الإعدار: طعام الختان و الخرس: طعام الولادة. و العقيقة: طعام سابع الولادة.

و النقيعة: طعام يصنع عند قدوم الرجل من سفره، و يقال: أنقعت إنقاعا. و الوكيرة: طعام يصنع عند البناء بينه الرجل في داره. و

المأدبة: كل طعام يصنع لدعوة، يقال: آدبت أودب إيدابا، و أدبت أدبا، قال طرفة:

نحن في المشتاة ندعو الجفلى لا ترى الأدب فينا ينتقر

الأدب: صاحب المأدبة. و الجفلى: دعوة العامة. و النَّقْرَى: دعوة الخاصة.

و السَّلفَةُ: طعام يعلل به قبل الغداء.

و القفَى: الطعام الذى يكرم به الرجل يقال منه: قفوته فأنا أقفوه قفوا؛ و القفاوة:

ما يرفع من المرق للإنسان، قال الشاعر:

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٦

و نقفى وليد الحىّ إن كان جائعاو نحسبه إن كان ليس بجائع [٧]

صفة الطعام و فضله

إشارة

قال النبى صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَ سَلَّمَ: «أكرموا الخبز، فإن الله سخر له السموات والأرض، و كلوا سقط [٨] المائدة».

و قال الحسن البصرى: ليس فى الطعام سرف. و تلا قوله تعالى: لَيْسَ عَلَى الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ جُنَاحٌ فِيمَا طَعِمُوا [٩].

و قال الاصمعى: الكبادات أربع: العصيدة، و الهريسة، و الحيس، و السَّمِيد.

أبو حاتم: و السويق طعام المسافرين، و العجلان، و المريض، و النفساء، و طعام من لا يشتهى الطعام.

أبو خالد عن الأصمعى قال: قال أبو صوارة: الأرز الأبيض بالسمن المسلى و السكر الطبرزد [١٠]، ليس من طعام أهل الدنيا! و قال

مالك بن أنس عن ربيعة بن أبى عبد الرحمن: أكل الخبيص يزيد فى الدماغ.

و قال الحسن لفرقد: بلغنى أنك لا تأكل الفالودج. قال: يا أبا سعد، أخاف أن لا أؤدى شكره! قال: يا لكع! و هل تؤدى شكر

الماء البارد فى الصيف و الحار فى الشتاء؟ أ ما سمعت قول الله تعالى: يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ [١١].

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٧

و سمع الحسن رجلا- يعيب الفالودج، فقال: لباب البرّ بلعاب النحل بخالص السمن؛ ما عاب هذا مسلم! و قال رجل فى مجلس

الأحنف: ما شىء أبغض إلّى من الزبد و الكمأة [١٢]. فقال الأحنف: ربّ ملوم لا ذنب له.

و قيل لشريح القاضى: أيهما أطيب. اللوزينق أو الجوزينق؟ فقال: لا أحكم على غائب.

ولد لعبد الرحمن بن أبى ليلى مولود فصنع الأخبصة، و دعا الناس، و فيهم مساور الوراق، فلما أكلوا قال مساور الوراق:

من لم يدسّم بالثريد سبالنابعد الخبيص فلا هناء الفارس

الرقاشى قال: أخبرنا أبو هفان أن رقبه بن مصقلة طرح نفسه بقرب حماد الراوية فى المسجد، فقال له حماد: مالك؟ قال صريع

فالودج. قال له حماد: عند من؟ فطالما كنت صريع سمك مملوح خبيث! قال: عند من حكم فى الفرقة و فصل فى الجماعة قال:

و ما أكلت عنده؟ قال: أتانا بالأبيض المنضود، و الملوذ المعقود، و الذليل الرعيد، و الماضى المودود.

محمد بن سلام الجمحي قال: قال بلال بن أبي بردة وهو أمير على البصرة للجارود ابن أبي سبرة الهذلي: أ تحضر طعام هذا الشيخ؟ يعنى عبد الأعلى بن عبد الله بن عامر؟

قال: نعم. قال: فصفه لى. قال: نأتيه فنجده متصيحاً [١٣]- يعنى نائماً- فنجلس حتى يستيقظ، فيأذن لنا فنساقطه الحديث؛ فإن حدثناه أحسن الاستماع، وإن حدثنا أحسن الحديث؛ ثم يدعو بمائدته، وقد تقدّم إلى جواريه وأمّهات أولاده أن لا تطفه واحده

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٨

منهن إلا إذا وضعت مائدته؛ ثم يقبل خبازه فيمثل بين يديه، فيقول: ما عندك اليوم؟ فيقول: عندى كذا، عندى كذا ... فيعدد كل ما عنده، و يصفه؛ يريد بذلك أن يحبس كلّ رجل نفسه و شهوته على ما يريد من الطعام، و تقبل الألفاف من هاهنا و هاهنا، و توضع على المائدة؛ ثم يؤتى بشريده شهباء من الفلفل، رقطاع من الحمص، ذات حفاين من العراق [١٤]؛ فنأكل معه، حتى إذا ظن أن القوم قد كادوا يمثلون، جثا على ركبته ثم استأنف الأكل معهم. فقال [ابن أبي بردة]: لله درّ عبد الأعلى، ما أربط جأشه على وقع الأضراس.

و حضر أعرابى طعام عبد الأعلى، فلما وقف الخباز بين يديه و وصف ما عنده قال:

أصلحك الله، أ تأمر غلامك يسقيني ماء، فقد شبع من وصف هذا الخباز! و قال له عبد الأعلى يوماً: ما تقول يا أعرابى، لو أمرت الطباخ فعمل لون كذا، و لون كذا؟ قال: أصلحك الله، لو كانت هذه الصفة فى القرآن لكانت موضع سجود.

الفرزدق و ابن الحصين

أبو عبيدة قال: مر الفرزدق بيحيى [بن الحصين بن المنذر الرقاشى فقال له: هل لك أبا فراس فى جدى رضيع، و نبيذ من شراب الزبيب؟ قال: و هل يابى هذا إلا ابن المراغة [١٥].

و قال الأحوص لجرير لما قدم المدينة. ما ذا ترى أن نعدّ لك؟ قال: شواء و طلاء [١٦] و غناء. قال: قد أعدّ لك.

و قال مساور الوراق فى وصف الطعام:

اسمع بنعتى للملوك و لا تكن فيما سمعت كميت الأحياء

إنّ الملوك لهم طعام طيب يستأثرون به على الفقراء

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٩

إنى نعتّ لذيذ عيشى كلّه و العيش ليس لذيذه بسواء

ثم اختصصت من اللذيذ و عيشه صفة الطعام لشهوة الحلواء

فبدأت بالعسل الشديد بياضه شهد تباكره بماء سماء

إنى سمعت لقول ربك فيهما فجمعت بين مبارك و شفاء

أيام أنت هناك بين عصابة حضروا ليوم تنعم أكفاء

لا ينطقون إذا جلست إليهم فيما يكون بلفظه عوراء [١٧]
متنسمين رياح كل هبوبة بين النخيل بغرفة فيحاء [١٨]
فقعدت ثم دعوت لى بمبذرق متشمّر يسعى بغير رداء [١٩]
قد لفّ كمّيه على عضلاته قفص القميص مشمّر سعاء
فأتى بخبز كالملاء منقطفبناه فوق أخاون الشّيزاء [٢٠]
حتى ملاحا ثم ترجم عندها بالفارسيّة داعيا بوحاء [٢١]
فإذا القصاع من الخلنج لديهم تبدو جوانبها مع الوصفاء
ارفع وضع و هنا و هاك و هاهنا قصف الملوك و نهمّة القرّاء
يؤتون ثمّ بلون كلّ طريفة قد خالفته موائد الخلفاء
من كلّ فرنّي و جدى راضع و دجاجة مربوبة عشواء
و مصوص درّاج كثير طيب و نواهض يؤتّى بهنّ شواء [٢٢]
و ثريده ملمومه قد سقفت من فوقها بأطايب الأعضاء
و تزيّنت بتوابل معلومه و خيصات كالجمان نقاء
هذا الثريد و ما سواه تعلل ذهب الثريد بنهمتي و هوائي
و لقد كلفت بنعت جدى راضع قد صنته شهرين بين رعاء
كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ١٠

قد نال من لبن كثير طيب حتى تفتق من رضاع الشاء
من كلّ أحمر لا يقر إذا ارتوى من بين رقص دائم و نراء [٢٣]
متعكن الجنين صاف لونه عبل القوائم من غذاء رخاء
فإذا مرضت فداوني بلحومها إني وجدت لحومهنّ دوائى
ودع الطيب و لا تثق بدوائه ما حالفتك روضح الأجداء
إنّ الطيب إذا حباك بشربة تركتك بين مخافة و رجاء
و إذا تنطع فى دواء صديقه لم يعد ما فى جونه الرقاء [٢٤]
نعت الطيب هليلجا و بليجاو نعت غيرهما من الأدواء [٢٥]
رطب المشان مجزعا يؤتى بهاو الرازقى فما هما بسواء [٢٦]
و بنانيا زرقا كأن بطونها قطع الثلوج نقيّة الأمعاء [٢٧]
ليست بأكلة الحشيش و لا التى يتاعها الخناق فى الظلماء

باب آداب الأكل و الطعام

قال النبي صلّى الله عليه و سلّم: «الأكل فى السوق دناءة».

و قال صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَ سَلَّمَ: «إِذَا أَكَلَ أَحَدُكُمْ فَلَْيَأْكُلْ بِيَمِينِهِ وَ يَشْرَبْ بِيَمِينِهِ، فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَأْكُلُ بِشِمَالِهِ وَ يَشْرَبُ بِشِمَالِهِ».

و قال صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَ سَلَّمَ: «سَمَّوْا إِذَا أَكَلْتُمْ، وَ اِحْمَدُوا إِذَا فَرَعْتُمْ». وَ كَانَ يَلْعَقُ أَصَابِعَهُ بَعْدَ الطَّعَامِ.

و قال صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَ سَلَّمَ: «الْوَضُوءُ قَبْلَ الطَّعَامِ يَنْفِي الْفَقْرَ، وَ بَعْدَ الطَّعَامِ يَنْفِي اللَّيْمَ» [٢٨].

و من الأدب فى الوضوء أن يبدأ صاحب البيت فيغسل يده قبل الطعام و يتقدم أصحابه الى الطعام.

كتب طبي انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ١١

و قال النبى صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَ سَلَّمَ: «طعام الاثنين كافي الثلاثة، و طعام الثلاثة كافي الأربعة».

و قال صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَ سَلَّمَ: «أملكوا [٢٩] العجين فإنه أحد الرّيعين» [٣٠].

و كان فرقد يقول لأصحابه: إذا أكلتم فشدّوا الأزر على أوساطكم، و صغّروا اللقم، و شدّدوا المضغ، و مصوا الماء [مضًا]، و لا يحل أحدكم إزاره فيتسع معاه، و ليأكل كل واحد من بين يديه.

و قالوا: كان ابن هبيرة يباكر الغداء؛ فسئل عن ذلك، فقال: إن فيه ثلاث خصال: أما الواحدة فإنه ينشف المرّة، و الثانية أنه يطيب النكهة و الثالثة: أنه يعين على المروءة. قيل: و كيف يعين على المروءة؟ قال: إذا خرجت من بيتى و قد تغديت لم أتطلع إلى طعام أحد من الناس.

البطنة و قولهم فيها

أشارة

قالوا: البطنة تذهب الفطنة.

و قال مسلمة بن عبد الملك لملك الروم: ما تعدّون الأحمق فيكم؟ قال الذى يملأ بطنه من كل ما وجد.

و حضر أبو بكره سفره معاوية، و معه ولده عبد الرحمن، فرآه يلتقم لقما شديدا؛ فلما كان بالعشى راح إليه أبو بكره، فقال له معاوية: ما فعل ابنك التلقامة [٣١]؟ قال:

اعتل، قال: مثله لا يعدم العلة.

و رأى أبو الأسود الدؤلى رجلا يلقم لقما منكرا، فقال [له: كيف اسمك؟

قال: لقمان. قال: صدق الذى سماك! و رأى أعرابى رجلا سميئا، فقال له: أرى عليك قطيفه من نسج أضراسك!

كتب طبي انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ١٢

و قعد أعرابى على مائدة المغيرة، فجعل ينهش و يتعرق، فقال المغيرة: يا غلام ناوله سكيننا، قال الاعرابى: كل امرئ سكينه [٣٢] فى رأسه.

لأعرابى

قال أعرابى: كنت أشتهى ثريدة دكنا من الفلفل، رقطاع من الحمص، ذات حفافين [من اللحم، لها جناحان من العراق: فأضرب فيها كما يضرب ولّى السوء فى مال اليتيم! و قال أعرابى:

ألا ليت لي خبزا تسربل رائبوا خيلا من البرنى فرسانها الزبد [٣٣]

فأطلب فيما بينهم شهادة بموت كريم لا يعد له لحد

واصطحب شيخ وحدث من الأعراب في سفر، و كان لهما قرص في كل يوم و كان الشيخ مخلع الأضراس، و كان الحدث يبطش بالقرص و يقعد يشكو العشق، و الشيخ يتضور جوعا؛ و كان الحدث يسمى جعفرا، فقال الشيخ فيه:

لقد رابني من جعفر أن جعفرا يطيش بقرصى ثم يبكي على جمل

فقلت له لو مسك الحب لم تبت بطينا و نساك الهوى شدة الأكل

الأصمعي قال: تقول العرب في الرجل الأكل: إنه برم قرون.

البرم: الذي يأكل مع الجماعة و لا يجعل شيئا. و القرون: الذي يأكل تمرتين تمرتين و يأكل أصحابه تمره تمره. و قد نهى النبي صلى الله عليه و سلم عن القران.

و كان عبد الله بن الزبير: إذا قدم التمر إلى أصحابه [قال: قال عبد الله بن عمر:

إياكم و القرآن، فإن النبي صلى الله عليه و سلم نهى عنه.

و قيل لميسرة الأكل: كم تأكل كل يوم؟ قال: من مالى أو من مالى غيرى؟ قيل

كتب طيبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ١٣

له: من مالك. قال مكوك [٣٤]. قيل: فمن مال غيرك؟ قال: اخبزوا و اطرحوا! و قال رجل من العراق فى قينه حفص الكاتب:

قينه حفص ويلها فيها خصال عشره

أولها أن لها وجهها قبيح المنظره

و دارها فى وهده أوسع منها القنطره

تأكل فى قعدتها ثورا و تخرى بقره

قال تأبط شرا: ما أحببت شيئا قط حبي ثلاثة: أكل اللحم، و ركوب اللحم، و حك اللحم باللحم.

و قال أبو اليقظان: كان هلال بن الأسعر التميمي أكلولا، فيزعمون أنه أكل فصيلا و أكلت امرأته فصيلا؛ فلما أراد أن يجمعها لم

يصل إليها، فقالت له: و كيف تصل إلي و بينى و بينك بعيران! و كان الواثق، و اسمه هارون بن محمد بن هارون، أكلولا، و كان

مفتونا بحب الباذنجان، و كان يأكل فى أكله واحده أربعين باذنجانة؛ فأوصى إليه أبوه، و كان ولي عهد: و يلك! متى رأيت

خليفة أعمى؟ فقال للرسول: أعلم أمير المؤمنين أنى تصدقت بعينى جميعا على الباذنجان!

نهم سليمان بن عبد الملك

و كان سليمان بن عبد الملك من الأكلة، حدث عنه العتبي عن أبيه عن الشمرد و كيل عمرو بن العاص قال: لما قدم سليمان

الطائف، دخل هو و عمر بن عبد العزيز و أيوب ابنه بستانا لعمرو بن العاص، فجال فيه ساعة، ثم قال: ناهيكم بمالكم هذا مالا! ثم

ألقي صدره على غصن، و قال: و يلك يا شمردل ما عندك شيء تطعمنى؟ قال: بلى، إن عندى جديا كانت تغدو عليه بقره و

تروح أخرى. قال: عجل به. فأتيته به كأنه عكة سمن، فأكله و ما دعا عمر و لا ابنه، حتى إذا بقى الفخذ قال: هلم أبا حفص.

كتب طيبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ١٤

قال: إنى صائم. فأتى عليه، ثم قال: و يلك يا شمردل! ما عندك شيء تطعمنى؟ قال:

بلى و الله، عندى خمس دجاجات هنديات كأنهنّ رثلان [٣٥] النعام. قال: فأتيته بهن، فكأن يأخذ برجلي الدجاجة فيلقى عظامها نقيه، حتى أتى عليهن؛ ثم قال: يا شمردل، ما عندك شيء تطعمنى؟ قلت: بلى و الله، إن عندى حريرة [٣٦] كأنها قراضة الذهب. فقال: عجل بها. فأتيته بعسّ يشيب فيه الرأس، فجعل يلاقيها بيده ويشرب؛ فلما فرغ تجشأ، فكأنما صاح فى جب، ثم قال: يا غلام، أفرغت من غذائى؟ قال: نعم قال: و ما هو؟ قال: ثمانون قدرا. قال: اثنتى بها قدرا قدرا. قال: فأكثر ما أكل من كل قدر ثلاث لقم، و أقل ما أكل لقمه؛ ثم مسح يده و استلقى على فراشه، ثم أذن للناس و وضعت المائدة و قعد فأكل مع الناس، فما أنكرت من أكله شيئا.

نهم مزرد

و قال الأصمعى: كنت يوما عند هارون الرشيد، فقدمت إليه فالودجّه، فقال: يا أصمعى، قلت: لبيك يا أمير المؤمنين. قال: حدثنى بحديث مزرد أخى الشماخ. قلت:

نعم يا أمير المؤمنين، إن مزردا كان رجلا- جشعا نهما، و كانت أمه تؤثر عيالها بالزاد عليه؛ و كان ذلك مما يضرّ به و يحفظه؛ فذهبت يوما فى بعض حقوق أهلها، و خلفت مزردا فى بيتها و رحلها، فدخل الخيمة، فأخذ صاعين من دقيق، و صاعا من عجوة، و صاعا من سمن؛ فضرب بعضه ببعض فأكله، ثم أنشأ يقول:

و لما مضت أمى تزور عيالها أغرت على العكم الذى كان يمنع [٣٧]

خلطت بصاعى حنطة صاع عجوة إلى صاع سمن فوقه يترّيع

و دبت أمثال الأثافي كأنهارءوس رخال قطعت لا تجمع [٣٨]

و قلت لبطنى: أبشر اليوم إنه حمى أمنا مما تفيد و تجمع

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ١٥

فإن كنت مصفورا فهذا دواؤه و إن كنت غرثانا فذا يوم تشيع [٣٩]

قال: فاستضحك هارون حتى أمسك بطنه و استلقى على ظهره، ثم قعد فمدّ يده و قال: خذ، فذا يوم تشيع يا أصمعى! و قال

حميد الأرقط- و هو الذى هجا الأضياف- يصف أكل الضيف:

ما بين لقمته الأولى إذا انحدرت و بين أخرى تليها قيد أظفور

و قال أيضا:

تجهّز كفاه و يحدر حلقة إلى الزور ما ضمت عليه الانامل

أتانا و ما ساواه سحبان وائل بيانا و علما بالذى هو قائل

فما زال عنه اللقم حتى كأنه من العى لَمَا أن تكلم باقل

و قال:

لا أبغض الضيف ما بى جلّ ما كله إلا تنفّجه حولى إذا قعدا [٤٠]

ما زال ينفخ جنبيه و حبوته حتى أقول لعلّ الضيف قد ولدا [٤١]

و قال:

لا مرحبا بوجوه القوم إذ نزلوا دسم العمائم تحكيها الشياطين
ألقىت جلتنا شطرين بينهم كأن أظفارهم فيها السكاكين
فأصبحوا و النوى عالي معرّسهم و ليس كلّ النوى تلقى المساكين [٤٢]

موت سليمان بن عبد الملك:

أبو الحسن المدائني قال: أقبل نصراني إلى سليمان بن عبد الملك، و هو بدابق، بسّلين، أحدهما مملوء بيضا، و الآخر مملوء تينا، فقال: اقشروا. فجعل يأكل بيضه و تينه حتى فرغ من السلين؛ ثم أتوه بقصعة مملوءة مخا بسكر؛ فأكله، فأتخم و مرض فمات. كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ١٦

عيب الحمية:

و الأكله كلهم يعييون الحمية، و يقولون، الحمية إحدى العلتين.
و قالوا: من احتمى فهو على يقين من المكروه و هو في شك من العافية! و قالوا: الحمية للصحيح ضارة و للعليل نافعة.

الحمية و قولهم فيها

إشارة

قيل لبقرات: مالك تقل الأكل جدا؟
قال: إني إنما آكل لأحيا، و غيري يحيا ليأكل! و أجمعت الأطباء على أن رأس الداء كلّ إدخال الطعام على الطعام.
و قالوا: احذروا إدخال اللحم على اللحم؛ فإنه ربما قتل السباع في القفر.
و أكثر العليل كلها إنما يتولد من فضول الطعام.
و الحمية مأخوذة عن النبي صلى الله عليه و سلم: رأى صهيبا يأكل تمرا و به رمد، فقال «أ تأكل تمرا و أنت أرمدا؟». و دخل على علي رضي الله عنه و هو عليل، و بيده عنقود عنب، فنزعه من يده.
و قال عليه الصلاة و السلام: «لا تكرهوا مرضاكم على الطعام و الشراب، فإن الله يطعمهم و يسقيهم». و قيل للحارث بن كلدة طبيب العرب: ما أفضل الدواء؟
قال: الأزم [٤٣].

يريد قلة الأكل، و منه قيل للحمية: الأزم، و للكثير أزمات.

و قيل لآخر: ما أفضل الدواء؟

قال: أن ترفع يدك عن الطعام و أنت تشتهييه.

أبو الأشهب عن أبي الحسن قال: قيل لسمره بن جندب: إن ابنك إذا أكل طعاما كظله [٤٤] حتى كاد أن يقتله.

قال: لو مات ما صليت عليه!

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ١٧

عبد الملك و مدعو إلى غدائه:

و دعا عبد الملك بن مروان رجلا إلى الغداء، فقال. ما فيّ فضل يا أمير المؤمنين.

قال: لا خير في الرجل يأكل حتى لا يكون فيه فضل! فقال: يا أمير المؤمنين، عندي مستزاد، و لكن أكره أن أصير إلى الحال التي استقبحها أمير المؤمنين.

و قال الأحنف بن قيس: جنبوا مجالسنا ذكر النساء و الطعام، فإنني أبغض الرجل يكون و صافا لبطنه و فرجه.

و قيل لبعض الحكماء: أي الطعام أطيب؟

قال: الجوع؛ ما ألقيت إليه من شيء قبله.

و قال رجل من أهل الشام لرجل من أهل المدينة: عجبت منكم أن فقهاءكم أظرف من فقهائنا، و مجانينكم أظرف من مجانينا!

قال: أو تدري من أين ذلك؟

قال: لا أدري.

قال: من الجوع، ألا ترى أن العود إنما صفا صوته لما خلا جوفه!

الثوري في ابنه:

و قال الجاحظ: كان أبو عثمان الثوري يجلس ابنه معه و يقول له: إياك يا بني و نهم الصبيان، و أخلاق النوائح، و نهش الأعراب؛ و كل مما يليك، و اعلم أنه إذا كان في الطعام لقمه كريمه، أو مضغه شهيه، أو شيء مستطرف، فإنما ذلك للشيخ المعظم، أو للصبي المدلل، و لست بواحد منهما، و قد قالوا: مد من اللحم كمد من الخمر.

أي بني، عود نفسك الأثرة، و مجاهدة الهوى و الشهوة، و لا تنهش نهش السباع، و لا تخضم خضم البراذين، و لا تدمن الأكل إدمان النعاج، و لا تلقم لقم الجمال؛ فإن الله جعلك إنسانا فلا تجعل نفسك بهيمه، و احذر سرعة الكظة، و سرف البطن؛ فقد قال بعض الحكماء: إذا كنت نهما فعّد نفسك من الزماني؛ و اعلم أن الشّع داعية البشم [٤٥]، و البشم داعية السقم، و السقم داعية الموت؛ و من مات هذه الميته فقد مات

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ١٨

ميتة لئيمه، لأنه قاتل نفسه، و قاتل نفسه الأم من قاتل غيره.

أي بني، و الله ما أدى حق الركوع و السجود ذو كظة، و لا خشع لله ذو بطنه، و الصوم مصحّه، و الوجبات [٤٦] عيش الصالحين.

أي بني، لأمر ما طالت أعمار الهند، و صحت أبدان العرب؛ و لله درّ الحارث بن كلدة إذ زعم أن الدواء هو الأزم، فالداء كله من فضول الطعام؛ فكيف لا ترغب في شيء يجمع لك صحة البدن، و ذكاء الذهن، و صلاح الدين و الدنيا، و القرب من عيش

الملائكة! أى بنى، لم صار الضب أطول عمرا؟ إلا- لأنه يتبلغ بالنسيم؛ و لم قال الرسول عليه الصلاة و السلام: إن الصوم وجاء [٤٧]؟ إلا لأنه جعله حجابا دون الشهوات؛ فافهم تأديب الله عز و جل، و تأديب رسوله عليه الصلاة و السلام. أى بنى، قد بلغت تسعين عاما ما نغضت لى سنّ، و لا انتشر لى عصب، و لا عرفت ذنين [٤٨] أنف، و لا سيلان عين، و لا سلس بول؛ ما لذلك علة إلا التخفيف من الزاد؛ فإن كنت تحب الحياة فهذه سبيل الحياة، و إن كنت تحب الموت فلا أبعد الله غيرك!

سياسة الأبدان بما يصلحها

الحجاج و طبيبه:

قال الحجاج بن يوسف للباذون طبيبه: صف لى صفة آخذ بها فى نفسى و لا أعدوها. قال له: لا تتزوج من النساء إلا شابة. و لا تأكل من اللحم إلا فتيا، و لا تأكله حتى تنعم طبخه، و لا تشرب دواء إلا من علة، و لا تأكل من الفاكهة إلا نضيجها، و لا تأكل طعاما إلا أجدت مضغه، و كل ما أحببت من الطعام و اشرب عليه، فإذا كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ١٩ شربت فلا تأكل و لا تحبس الغائط و لا البول، و إذا أكلت بالنهار فتم، و إذا أكلت بالليل فامش قبل أن تنام و لو مائة خطوة. و سئل يهود خبير: بم صححتم على و بآء خبير؟ قالوا: بأكل الثوم، و شرب الخمر، و سكنى اليفاع [٤٩]، و تجبّ بطون الأودية و الخروج من خيبر عند طلوع النجم [٥٠] و عند سقوطه. و قال قيصر لقس بن ساعدة: صف لى مقدار الأظعمة؛ فقال: الإمساك عن غاية الإكثار، و البقيا على البدن عند الشهوة. قال: فما أفضل الحكمة؟ قال: معرفة الإنسان قدره. قال: فما أفضل العقل؟ قال: وقوف الإنسان عند علمه.

عبد الملك و أبو الزعيرة:

و سأل عبد الملك بن مروان أبا المفوز: هل أتخمت قط؟ قال: لا. قال: و كيف ذلك؟ قال: لأننا إذا طبخنا أنضجنا، و إذا مضغنا دققنا، و لا نكظ المعدة و لا نخليها. و قيل لبزرجمهر: أى وقت فيه الطعام أصلح؟ قال: أما لمن قدر فإذا جاع، و [أما] لمن لم يقدر فإذا وجد! و قال: أربع تهدم العمر و ربما قتلن: الحمّام على البطنة. و المجامعة على الامتلاء، و أكل القديد الجافّ، و شرب الماء البارد على الريق. و قال إبراهيم النظام: ثلاثة أشياء تفسد العقل: طول النظر فى المرآة، و الاستغراق فى الضحك، و دوام النظر فى البحر.

هارون و الأطباء:

الأصمعى قال: جمع هارون من الأطباء أربعة: عراقيا، و روميا، و هنديا، و يونانيا؛ فقال: ليصف لى كلّ واحد منكم الدواء الذى لا داء معه. فقال العراقى:

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٢٠

الدواء الذى لا- داء معه حبّ الرشاد الأبيض. و قال الهندى: الهليلج الأسود. و قال الرومى: الماء الحارّ، و قال اليونانى و كان أطبهم: حب الرشاد الأبيض يولد الرطوبة، و الماء الحارّ يرخى المعدة، و الهليلج الأسود يرق المعدة؛ و لكن الدواء الذى لا داء معه: أن تقعد على الطعام و أنت تشتهييه.

تدبير الصحة

ثم نذكر بعد هذا من وصف الطعام و حالته، و ما يدخل على الناس من ضرور آفاته، بابا فى تدبير الصحة الذى لا تقوم الأبدان إلا به، و لا تنمى النفوس إلا عليه.

و قد قال الشافعى: العلم علمان: علم الأديان، و علم الأبدان؛ و لم نجد بدّا- إذ كانت جملة هذه المطاعم التى بها نمو الغراسه [٥١]، و عليها مدار الأغذية تضرّ فى حالة و تنفع فى أخرى- من ذكر ما ينفع منها و مقدار نفعه، و ما يضرّ منها و مبلغ ضرّه؛ و أن نحكم على كل ضرب منها بالأغلب عليه من طبائعه.

و قلما نجد شيئا ينفع فى حالة إلا- و هو ضار فى الأخرى؛ ألا ترى أن الغيث الذى جعله الله رحمةً لخلقه، و حياةً لأرضه، قد يكون منه السيول المهلكة، و الخراب المخيف؟ و أن الرياح التى سخرها الله مبشرات بين يدي رحمته، قد أهلك بها قوما و انتقم من قوم؟ و فى هذا المعنى قال حبيب الطائى:

و لم تر نفعاً عند من ليس ضائراً لم تر ضرّاً عند من ليس ينفع

قال خالد بن صفوان [يوماً] لخادمه: أطمعنا جنباً، فإنه يشهى الطعام، و يهيج المعدة، و هو حمض العرب. قال: ما عندنا منه شيء. فقال: لا بأس عليك، فإنه يقدر [٥٢] الأسنان، و يشد البطن.

و لما كانت أبدان الناس دائبة التحلل، لما فيها من الحرارة الغريزية من داخل، و حرارة الهواء المحيط بها من خارج- احتاجت إلى أن يخلف عليها ما تحلل، و اضطرت لذلك إلى الأطعمة و الأشربة، و جعلت فيها قوة الشهوة ليعلم بها وقت

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٢١

الحاجة منها إليها، و مقدار ما يتناول منها، و النوع الذى يحتاج إليه؛ و لأنه لا يخلف الشيء الذى يتحلل و لا يقوم مقامه إلا مثله، و ليس تستطيع القوة التى تحلل الطعام و الشراب فى بدن الإنسان أن تحلل إلا ما شاكل البدن و قاربه؛ فإذا كان هذا هكذا فلا بد لمن أراد حفظ الصحة أن يقصد لوجهين: أحدهما أن يدخل على البدن الأغذية الموافقة لما يتحلل منه، و الأخرى أن ينفى عنه ما يتولد فيه من فضول الأغذية.

ما يصلح لكل طبيعة من الأغذية

و ينبغى لك أن تعرف اختلاف طبائع الأبدان و حالاتها، لتعرف بذلك موافقة كل نوع من الأطعمة لكل صنف من الناس؛ و ذلك أن الأغذية مختلفة؛ منها معتدلة، كالتى يتولد منها الدم الخالص النقى؛ و منها غير معتدلة، كالتى يتولد منها البلغم و المرّة الصفراء و السوداء و الرياح الغليظة؛ و منها لطيفة و منها غليظة؛ و منها ما يتولد عنه كيموس [٥٣] لزج و كيموس غير لزج؛ و منها ما له خاصّة منفعة أو مضرّة فى بعض الأعضاء دون بعض.

و كذلك الأبدان أيضاً، منها معتدل مستول عليه فى طبيعته الدم الخالص النقى، و منها غير معتدل يغلب عليه البلغم أو إحدى

المَرْتين، و منها متخلخل سريع التحلل، و منها مستحصف [٥٤] عسر التحلل، و منها ما يكون في بعض أعضائها دون بعض؛ فقد يجب متى كان المستولى على البدن الدم النقي أن تكون أغذيته قصدا في قدرها، معتدلة في طبائعها؛ و متى كان الغالب عليه البلغم، فيجب أن تكون مسخنة، أو يفتدى بما يزيد في الحرارة و يجمع في الرطوبة؛ و متى كان الغالب عليه المرّة السوداء فينبغي له أن يفتدى بالأغذية الحارة الرطبة؛ و متى كان الغالب عليه المرّة الصفراء يفتدى بالأغذية الباردة الرطبة، و متى كان بدنه مستحصفا [٥٥]، عسر التحلل فينبغي أن يفتدى بأغذية يسيرة لطيفة جافة، و متى كان متخلخلا فينبغي له أن يفتدى بأغذية لزجة، لكثرة ما يتحلل من البدن.

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٢٢

فهذا التدبير ينبغي أن يلتزم، ما لم يكن في بعض أعضاء البدن ألم، فينبغي أن يستعمل النظر في الأغذية الموافقة للعضو الألم؛ لأننا ربما اضطررنا إلى استعمال ما يوافق العضو الألم، و إن كان مخالفا لسائر البدن؛ كما أنه لو كانت الكبد باردة ضيقة المجارى، احتجنا إلى استعمال الأغذية اللطيفة و تجنّب الأغذية الغليظة، و إن كان سائر البدن غير محتاج إليها لضعف أو نحافة؛ لثلا تحدث الغليظة في الكبد سدا؛ و ربما كانت الكبد حارة، فتحذر الأغذية الحلوة و إن احتاج إليها [البدن لسرعة استحالتها إلى المرّة الصفراء، و ربما كانت المعدة ضعيفة، فتحتاج إلى ما يقويها من الأغذية؛ و ربما كان يولد الطعام فيها بلغما، فتحتاج إلى ما يجلوه و يقطعها؛ و ربما كان يتولد فيها المرّة الصفراء سريعا، فتحتاج إلى ما يجمع الصفراء و إلى تجنّب الأشياء المولدة لها؛ و ربما كان الطعام يبقى على رأس المعدة طافيا، فيستعمل الأغذية الغليظة الراسبة، ليثقل بثقلها إلى أسفل المعدة؛ و تأمره بحركة يسيرة بعد الطعام، لينحط الطعام عن رأس المعدة. و ربما كان فضل الطعام بطيء الانحدار عن المعدة و الأمعاء، فتحتاج إلى ما يحدره و يلين البطن؛ و ربما كان رأس المعدة حارا قابلا للحار، فيتجنب الأغذية الحارة و إن احتاج إليها سائر البدن.

الحركة و النوم مع الطعام

و ينبغي ألا تقتصر على ما ذكرنا دون النظر في مقدار الحركة قبل الطعام، و النوم بعده؛ فمتى كانت الحركة قبل الطعام كثيرة غذيته بأغذية غليظة لزجة إلى اليبس مما هي بطيئة التحلل، و لم تأمره بالحمية لقلّة الحاجة إليها، و متى لم تكن قبل الطعام حركة، أو كانت يسيرة، فينبغي أن لا يقتصر على الحمية بقلّة الطعام و لطافته، دون أن يستعين على تخفيف ما يتولد في البدن من الفضول باستفراغ الأدوية المسهلة، و بالحمام، و بإخراج الدم؛ و متى كانت الحركة كافية استعملنا الأغذية المعتدلة في كثرتها، و قدر لطافتها و غلظتها؛ و متى كان النوم بعد الطعام كثيرا احتجنا إلى استعمال أغذية كثيرة غزيرة بالغذاء، لطول الليل و كثرة النوم؛ و متى كان النوم قليلا احتجنا إلى الطعام الخفيف اللطيف، كالذى يفتدى به في الصيف، لقصر الليل و قلّة النوم.

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٢٣

تقدير الطعام و ما يقدم منه و ما يؤخر

و يجب في الطعام أن يقدر فيه أربعة أنحاء: أولها: ملاءمة الطعام لبدن المغتذى به في الوقت الذى يفتدى به فيه، كما ذكرنا أيضا أنه متى كان الغالب على البدن الحرارة احتجنا إلى الأغذية الباردة، و متى كان الغالب عليه البرد احتجنا إلى الأغذية الحارة، و متى كان معتدلا احتجنا إلى الأغذية المعتدلة المشاكلة له.

و النحو الثاني: تقدير الطعام، بأن يكون على مقدار قوة الهضم، لأنه و إن كان في نفسه محمودا، و كان ملائما للبدن، و كان أكثر من قدر احتمال قوة الهضم، و لم يستحكم هضمه، تولد منه غذاء ردىء.

و النحو الثالث: تقديم ما ينبغي أن يقدم من الطعام، و تأخير ما ينبغي أن يؤخر منه؛ و مثل ذلك أنه ربما جمع الإنسان في أكلة واحدة طعاما يلين البطن و طعاما يجسه، فإن هو قدم الملين و أتبعه الآخر، سهل انحدار الطعام منه: و متى قدم الطعام الحابس و أتبعه الملين، لم ينحدر و فسد جميعا. و ذلك أن الملين حال فيما بينه و بين نزول الطعام الحابس، فبقى في المعدة بعد انهضامه، ففسد به الطعام الآخر. و متى كان الطعام الملين قبل الحابس انحدر الملين بعد انهضامه، و سهل الطريق لانحدار الحابس. و كذلك أيضا لو جمع أحد في أكلة واحدة طعاما سريع الانهضام و آخر بطيء الانهضام، فينبغي له أن يقدم البطيء الانهضام و يتبعه السريع الانهضام، ليصير البطيء الانهضام في قعر المعدة. لأن قعر المعدة أسخن، و هو أقوى على الهضم، لكثرة ما فيه من أجزاء اللحم المخالطة له، و أعلى المعدة عصبى بارد لطيف ضعيف الهضم، و لذلك إذا طفا الطعام على رأس المعدة لم ينهضم.

و النحو الرابع: أن يتناول الطعام الثاني بعد انحدار الأول و قد قدم قبله حركة كافية و أتبعه بنوم كاف، استمراءه؛ و من أخذ الطعام و قد بقى في معدته أو أمعائه بقیة من الطعام الأول غير منهضمة، فسد الطعام الثاني بقیة الأول.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٢٤

باب الحركة و النوم مع الطعام

و من أكل الطعام بعد حركة كافية و أخذه على حاجة من البدن إليه، وافى الطعام الحركة الغريزية قد اشتعلت. و من تناول طعاما من غير حركة و أخذه مع غير حاجة من البدن إليه، وافى الطعام الحركة الغريزية حامدة بمنزلة النار الكامنة فى الزناد. و من أتبع الطعام بنوم، بظنت الحرارة الغريزية فيه فاجتمعت فى باطن البدن فهضمت طعامه. و من أتبع الطعام بحركة، انحدر عن معدته غير منهضم و انبث فى العروق غير مستحكم، فأحدث سدا و عللا فى الكبد و الكلى و سائر الأعضاء. و ربما كانت الأطعمة لضعف المعدة تطفو فيها و تصير فى أعلاها، فلا تأمره بالنوم حتى ينحدر الطعام عن المعدة بعض الانحدار و يصير فى قعر المعدة. و ربما أمرنا بحركة يسيرة كما ذكرنا آنفا، لانحدار الطعام عن المعدة بعض الانحدار.

و إن أكثر الشراب منع الطعام من الانهضام، لأنه يحول فيما بين جرم [٥٦] المعدة و بين الطعام، و إذا لم تلق المعدة الطعام لم تحله إلى مشاكلة البدن و موافقته، فيبقى فيها غير منهضم. فيجب لذلك على من أخذ الطعام أن يتناول معه من الشراب ما يسكن به حرّ العطش و يصبر على قدر احتماله من العطش، و يصبر حتى ينهضم، ثم يتناول بعد ذلك من الشراب ما أحب، فإنه بعد ذلك يعين على انحدار الطعام و ترقيقه لتنفيذه فى المجارى الدقاق.

و يجب أيضا أن يكون أخذه للطعام فى وقت حركة الشهوة؛ و ذلك أنه إذا تحركت الشهوة و لم يبادر بأخذ الطعام، اجتذبت المعدة من فضول البدن ما إذا صار فى المعدة أبطل الشهوة، و أفسد الطعام إذا خالطه.

الأوقات التى يصلح فيها الطعام

أجود الأوقات كلها للطعام الأوقات الباردة. لجمعها الحرارة فى باطن البدن فأما الأوقات الحارة فينبغي أن يجتنب أخذ الطعام فيها، لأن حرارة الهواء تجذب الحرارة

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٢٥

الباطنة الغريزية إلى ظاهر البدن و يخلو منها باطنه، فتضعف الحرارة في باطنه عن هضمه. فلذلك كانت القدماء تفضل العشاء على الغداء لما يلحق العشاء من اجتماع الحرارة على باطن البدن، لبرد الليل والنوم، ولأن الحرارة في النوم تبطن، و يسخن باطن البدن و يبرد ظاهره. و اليقظة على خلاف ذلك، لأن الحرارة تنتشر في ظاهر البدن و تضعف في باطنه. و الذي يحتاج إلى كثرة الغذاء من الناس من كان الغالب على بدنه الحرارة، و كانت معدته لحرارتها سريعة الانهضام، و كانت كبده لحرارتها سريعة التوليد للمرأة الصفراء؛ فلذلك يحتاج إلى الأطعمة الغليظة البطيئة الانهضام و يستمرئها، و يستمرئ لحم البقر و لا يستمرئ لحم الدجاج و ما أشبهه من الأطعمة الخفيفة.

و لا يصلح شيء من هذه إلا في وقت تحرك الشهوة، فإنه أفضل وقت يؤخذ فيه الطعام؛ و للعادة في هذا حظ عظيم. أ لا ترى أنه من اعتاد الغداء فتركه و اقتصر على العشاء عظم ضرر ذلك عليه؟ و من كانت عادته أكلة واحدة فجعلها أكلتين لم يستمرئ طعامه، و من كانت عادته أن يجعل طعامه في وقت من الأوقات فنقله إلى غير ذلك الوقت أضر ذلك به، و إن كان قد نقله إلى وقت محمود؛ فيجب لذلك أن يتبع العادة إذا تقادمت فطالت، و إن كانت ليست بصواب، إذا لم يجد شيئاً اضطره إلى نقله؛ لأن العادة طبيعة ثانية كما ذكر الحكيم أبقراط، فإن حدث شيء يدعو إلى الانتقال عنها فأوقف الأمور في ذلك أن ينقل عنها قليلاً قليلاً.

و للشهوة أيضاً في استمراء الطعام أعظم الحظ؛ لأنها دليل على الموافقة و الملاءمة، فمتى كان طعامان متساويان في الجودة، و كانت شهوة المحتاج إليهما إلى أحدهما أميل، رأينا إثارة المشتهي على الآخر، لأنه أوفق للطبيعة، و أسهل عليها في الاستمراء. و متى كان أحدهما أجود من الآخر، و كانت شهوة المحتاج إليهما أميل إلى أردئهما. اخترناه على الأجود إذا لم نخف منه ضرراً لكثير ما ينال منه من المنفعة، لقبول المعدة له و استمرائها إياه.

فقد بان أنه يحتاج في حال الأغذية و جودة تخير الأطعمة إلى معرفة اختلاف الطبائع و حالاتها؛ فقد بينت اختلاف طبائع الأبدان و حالاتها، و ما يجب على كل

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٢٦

واحدة منها من أنواع الأطعمة و الأشربة؛ و بقي أن نبين اختلاف قوى الأطعمة و الأشربة. و أن أصف أنواع الأغذية و أسمى ما في كل صنف منها إن شاء الله تعالى.

الأطعمة اللطيفة

هي التي يتولد منها دم لطيف، فمنها لباب خبز الحنطة، و الحب المقشور، و لحم الفراريج، و لحم الدراج [٥٧] و الطهوج [٥٨] و الحجل، و فراخ الحجل، و أجنحة الطيور، و ما لان لحمه من صغار السمك و لم تكن فيه لزوجه، و القرع، و الماش [٥٩]؛ و ما أشبه.

و هذا الجنس من الأطعمة نافع لمن ليست له حركة و كانت الحرارة الغريزية في بدنه ضعيفة و لم يأمن أن يتولد في بدنه كيموس غليظ، أو يتولد في كبده أو طحاله سدد، أو في كلاه، أو في صدره، أو في دماغه، أو في شيء من مفاصله من البلغم.

الاطعمة اللطيفة في نفسها المملطة لغيرها

هى التى يكون ما يتولد منها لطيفا، و يَلطّف ما يلقاه من الكيموس اللزج الغليظ فى البدن. وهذا الجنس من الأَطعمَة أربعة أصناف: صنف منها حلو لطيف لما فيه من قوة الجلاء، مثل: ماء الشعير، و البطيخ، و التين اليابس، و الجوز، و العسل و الفستق و ما يعمل منه من الناطف.

و هذا الجنس من منفعته من جنس الأول من الأَطعمَة اللطيفة، إلا أنه أبلغ فى تلطيف البدن.

و الصنف الثانى حار، حرّيف، كالخرف، و الثوم، و الكراث، و الكرفس

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٢٧

و الكرنب، و الصّعتر، و النعنع، و الرازيانج، و الشرب الأصفر اللطيف العتيق الحار.

و هذا كله نافع لمن احتاج إلى فتح السدد التى فى الكبد، و الطحال، و الصدر و الدماغ، و تقطيع البلغم و ترفيقه.

و لا ينبغى لأحد أن يكثر استعماله، لأنه يرقق الدم أولا و يصيره مائيا، فيقل لذلك غذاء البدن و يضعف، ثم إنه يسخن البدن سخونة مفرطة، فيصير أكثره مرة صفراء، ثم إنه بعد ذلك إذا تمادى مستعمله فى استعماله حلل لطيف الدم و ترك غليظه، فصار أكثره مرة سوداء، و ربما تولد من ذلك حجارة فى الكلى؛ و مضرة هذا الصنف أشد ما تكون على من كانت المرة الصفراء غالبية عليه.

و الصنف الثالث: يذهب و يلطّف بملوحته، كالمرى [٦٠] و ما لان لحمه و قل شحمه من السمك إذا ملح، و السلق، و ماء الجبن، و كلّ ما جعل فيه من الأَطعمَة الملح، و المرى، البورق.

و منافع هذا الصنف و مضاره قريبة من منافع الأشياء الحريفة و مضارها، إلا أن هذا الصنف فى تنقية المعدة و الأمعاء و تليين الطبيعة أبلغ.

و الصنف الرابع: يقطع و يلطّف بحموضته، كالخل، و السكنجبين، و حماض [٦١] الأترج، و ماء الرمان الحاض، و كل ما يتخذ بها من الأَطعمَة.

و هذا الصنف نافع لمن كانت معدته و سائر بدنه حارا إذا تولد فيه بلغم من غلظ ما يتناول من الأغذية و من كثرتها.

الاطعمة الغليظة فى نفسها الملطفة لغيرها

منها: البصل، و الجزر، و الفجل، و السلجم [٦٢]، و ما أشبه ذلك.

فهذه الأَطعمَة فى نفسها غليظة و تَلطّف ما تلقى من الشىء الغليظ بما فيها من الحدة

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٢٨

و الحرافة؛ و هى تولد كيموسا غليظا، و متى ما طبخ شىء منها أو شوى ذهب عنه قوة الحرافة و التقطيع، و بقى جرمه غليظا رديئا؛ و قد يتناول للمنفعة بتقطيع هذه الأَطعمَة و تلطيفها، و يسلم من غلظ جرمها، على إحدى ثلاث جهات: إما أن تطبخ فتلطّف، كالذى يفعل بالبصل؛ و إما أن تعصر أو تطبخ ثم يستعمل مأوها؛ و إما أن تؤكل نيئة فتقطع البلغم، كالذى يفعل بهما جميعا.

الاطعمة الغليظة

الغالب على الأَطعمَة الغليظة كلها اليبس و اللزوجة؛ فمنها شىء يكون اليبس و اللزوجة من طبعه، و منها ما يكتسب اليبس من غيره.

فالذى يكون اليبس من طبعه. العدس، و لحم الأرنب، و البلوط، و الشاه بلوط، و الكمأة، و الباقلى المقلوّ؛ هذه كلها غليظة، لأن اليبس فى طبائعها.

و أما الذى يكتسب اليبس من غيره، فالكبود[٦٣]، و البيض المسلوق، و المشوى و ما قلى، و اللبن المطبوخ طبخا كثيرا، و الضروع، و عصير العنب المطبوخ، لا- سيما إن كان العصير غليظا؛ فهذه كلها غليظة، لأن الحرارة بالطبخ أحدثت لها ييسا و انعقادا.

و أما لحوم الإبل، و لحوم التيوس، و لحوم البقر، و الكروش، و الأمعاء، فإنها غليظة بصلابتها؛ و كذلك الترمس، و ثمر الصنوبر، و السلجم [٦٤]، و اللوبيا، و ما خبز على الفرن؛ فإن ظاهره غليظ، لما أحدثت به النار من اليبس، و باطنه غليظ، لما فيه من اللزوجة؛ و كذلك كل ما لم يجد عجنه أو خيزه أو إنضاجه من خبز التتور، و كل ما خبز على الطابق بدهن أو غيره، و الفطير، و الشهد، و اللبن، و الأدمغة؛ فإنها كلها غليظة، للزوجة فيها طبيعية.

و أما الفالودج فإنه غليظ للزوجته و الانعقاد الحادث له من الطبخ.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٢٩

و أما الباذنجان فإنه غليظ للييس و للزوجة فى طبعه.

و أما الخبز فإنه غليظ لاجتماع الحالات الثلاث فيه.

فأما السمك الصلب اللزج فإنه غليظ لاجتماع الصلابة و اللزوجة فيه.

و أما الآذان و الشفاه و أطراف العضو، فإنها تولد كيموسا لزجا ليس بالغليظ و قد تولد ما يعرض من الأغذية الباردة عن هضمها و تلطيفها، كالذى يعرض من أكل الفاكهة قبل نضجها، و من أكل الخيار و القثاء، و شحم الأترج و اللبن الحامض.

فهذه الأطعمة الغليظة كلها إن صادفت بدنا حارا كثير التعب قليل الطعام كثير النوم بعيد الطعام انهضمت و غدت البدن غذاء كثيرا نافعا، و قوته تقوية كثيرة.

و أحمد ما تستعمل هذه الأغذية فى الشتاء، لاجتماع الحرارة فى باطن البدن و طول النوم؛ و متى أحس أحد فى نومه نقصانا بينا و أكلها من يجد الحرارة فى بدنه قليلة و لا سيما فى معدته، و من تعب قليل و نومه بعد الطعام قليل - لم يستحكم انهضامها، و تولد منها فى البدن كيموس غليظ حار يابس، يتولد منه سده فى الكبد و الطحال؛ فلذلك ينبغى لمن أكل طعاما غليظا من غير حاجة إليه لعله أو شهوة أن يقلّ منه و لا يعود، و لا يدمنه.

و ما كان من الأطعمة الغليظة له مع غلظه لزوجة، فهو أغذاها للبدن؛ فإن لم ينهضم فهو أكثرها توليدا للسدد.

الأطعمة المتوسطة بين اللطيفة و الغليظة

تصلح لمن كان بدنه معتدلا صحيحا، و لم يكن تعب كثيرا؛ و أجود الأغذية له المتوسطة، لأنها لا تنهكه و لا تضعفه كاللطيفة، و لا تولد خاما [٦٥] و لا سددا كالغليظة.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٣٠

و هى كل ما أحكم صنعه من الخبز، و لحوم البقر، و الدجاج، و الجداء، و الحولية من المعز.

و أما لحوم الخرفان و الضأن كلها فرطبة لزجة.

و أما لحم فراخ الحمام و القطا فهو يولد دما سخنا و أغلظ من الدم المعتدل.

و أما فراخ الوراشرين [٦٦] فإنها مثل فراخ الحمام و القطا [٦٧] و الإوز، فأجنحتها معتدلة و سائر البدن كثير الفضول. و كل ما كثرت حركته من الطير و كان مرعاه فى موضع جيد الغذاء صافى الهواء، كان أجود غذاء و أطف؛ و كل ما كان على خلاف ذلك فهو أردأ غذاء و أوسخ.

و كل ما لم يستحكم نضجه من البيض، و خاصة ما ألقى على الماء الحار و أخذ من قبل أن يشتد، فهو معتدل. و كل ما كان من لحم السمك ليس بصلب و لا كثير اللزوجة، و الزهومة [٦٨]، و ما كان مرعاه نقياً من الأوساخ و الحمأة، فهو معتدل جيد الغذاء.

و من الفواكه التين و العنب إذا استحكم نضجهما على الشجر و أسرع الانحدار إلى الجوف، كان ما يتولد منها معتدلاً، فإن لم تسرع الانحدار فلا خير فيها.

و من البقول الهندبا، و الخس، و الهليون.

و من الأشربة كلها ما كان لونه ياقوتياً صافياً و لم يكن عتيقاً جداً.

الأطعمة الحارة

يحتاج إليها من كان الغالب عليه البرودة، فى الأوقات و البلاد الباردة؛ و ينبغى أن يتجنبها من كان حارّ البدن، و فى الأوقات الحارة و البلاد الحارة.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٣١

منها: الحنطة المطبوخة، و الخبز المتخذ من الحنطة، و الحمص، و الحلبة، و السمسم، و الشهدانج، و العنب الحلو، و الكرفس، و الجرجير، و الفجل، و السلجم، و الخردل، و الثوم، و البصل، و الكراث، و الخمر العتيق. و أسخن الأشربة الحارة العتيق الأصفر.

الأطعمة الباردة

ينبغى أن يستعملها من كان حارّ البدن، و فى الأوقات الحارة و البلد الحارّ.

و هى: الشعير و ما يتخذ منه، و الجاورس، و الدّخن، و القرع، و البطيخ، و الخيار، و القثاء، و الإجاجص، و الخوخ، و الجمار، و ما بين الحموضة و العفوصة [٦٩]، من العنب، و الزبيب، و الطلع [٧٠]، و البلح، و الخس، و الهندبا، و البقلة الحمقاء، و الخشخاش، و التفاح، و الكمثرى، و الرمان.

فما كان من الرمان عفصاً فهو بارد غليظ، و ما كان حامضاً فهو بارد لطيف.

فأما الخل فهو بارد لطيف، و هو ضارّ بالعصب.

و ما كان أيضاً من الشراب عفصاً فهو أقل حرارة، و ما كان من ذلك حديثاً غليظاً فهو بارد.

الأطعمة اليابسة

يحتاج إلى الأطعمة اليابسة من كان الغالب على بدنه الرطوبة، و فى الأوقات الرطبة و البلد الرطب.

منها العدس، و الكرنب، و السويق، و كل ما يشوى و يطبخ و يقلى، و كل ما أكثر فيه السيذاب و المرى و الخل و الإبزار و

الخردل، و لحم المسنّ من جميع الحيوان.
كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٣٢

الأطعمة الرطبة

يحتاج إلى الأطعمة الرطبة من أفرط عليه اليبس، و في الأوقات اليابسة و البلاد اليابسة.
و هي: الشعير، و القرع، و البطيخ، و القثاء، و الخيار، و الجوز الرطب، و العنب، و النبق، و الإجاص، و التوت، و الجمار، و الخس،
و البقلة اليمانية، و القطف [٧١]، و الباقلي [٧٢] الرطب، و الحمص الرطب، و اللوبيا الرطبة و كل ما يطبخ بالماء و يسلق به و تقل
فيه الإيزار و الخل و المرى و السذاب، و جميع لحوم صغار الحيوان.

الأطعمة القليلة الفضول

أجنحة الطيور، و أكارع المواشى و رقابها، ما يربى في البر [٧٣] من الحيوان في المواضع الجافة.

الأطعمة الكثيرة الفضول

منها لحم الأوز خلا- الأجنحة، و الأكباد كلها من جميع الحيوان، و النخاع، و الدماغ، و الطيور التي في الفيافي و الآجام، و
الحمص الطرى، و الباقلي الطرى، و لحم الضأن، و لحم المراضع من كل الحيوان، و لحم كل ساكن غير سريع النهوض، و ما
كان من السمك على ما ذكرنا صلبا لزجا.

الأطعمة التي غذاؤها كثير

كل ما غلظ من الأطعمة إذا انهضم غذى كثيرا، و كل ما كان له فضول كان غذاؤه كثيرا.
كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٣٣
و قد يحتاج إلى الأطعمة الكثيرة الغذاء من احتاج إلى أن يأخذ طعاما قليلا يغذى غذاء كثيرا، كالناقة و المسافر، و كالذى ينقل
معدته الكثير من الطعام و بدنه يحتاج إلى غذاء كثير.
فمن ذلك لحم البقر، و الأدمغة، و الأفئدة، و حواصل الطير كلها، و السمك الغليظ اللوح، و السميد، و الباقلي، و الحمص، و
اللويبا، و الترمس، و العدس، و التمر، و البَلوط، و الشاة بلوط [٧٤]، و السيلجم، تغذو غذاء كثيرا لغلظها- و اللبن الحليب، و
الشراب الأحمر. و غذاء اللبن كله أغلظه و أرقه، أقلّ غذاء.
و أغلظ اللبن لبن البقر و لبن النعاج، و أرقه لبن الاتن [٧٥] و ألبان اللقاح، و ألبان الماعز متوسطة بين ذلك.
و أغذى الأشربة النبيذ الأحمر الغليظ الحلو، ثم الغليظ الأسود الحلو، ثم الغليظ الأبيض الحلو، ثم من بعد هذه الأشربة العفصة
الغليظة الحلوة و كل ما مال إلى الحمرة و الحلاوة كان أغذى، و الأبيض أقلها غذاء.

الأطعمة التي غذاؤها قليل

كل ما كان من الأطعمة لطيفا كان غذاؤه قليلا، و كل ما أفرط فيه اليبس أو الرطوبة، أو كثرة الفضل، قل غذاؤه، كالأكارع، و الكروش، و المصارين، و الشحم، و الآذان، و الرئة، و لحم الطير كله، و ما ملح من الحيوان- قليل الغذاء لليس الذى فيه- و كذلك الزيتون، و الفستق، و الجوز، و اللوز، و البندق، و الغبير[٧٦]، و الزعرور[٧٧]، و الخروب، و البطم [٧٨]، و الكمثرى العفص، و الزبيب العفص؛ فإنما قلّ غذاؤهما للعفوصة.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٣٤

و أما السمك، و القرع، و الرمان، و التوت، و الإجاص، و المشمش، فإنما قل لكثرة رطوبتها؛ و غذاؤها غير باق سريع التحلل. و أما خبز الشعير، و الخشكار[٧٩]. و الباقلى الرطب؛ و جميع البقول، مثل الكرنب، و السلق، و الحماض، و البقلة الحمقاء، و الفجل، و الخردل، و الحرف، و الجزر- فقليل الغذاء، لكثرة الفضل فيها. و أما البصل، و الثوم، و الكراث؛ فإنها إذا أكلت نيئة لم تغد، و إذا طبخت غدت غذاء يسيرا. و أما التين، و العنب، فإنهما بين ما قل غذاؤه و ما كثر غذاؤه.

الأطعمة التى تولد كيموسا جيدا

كل ما كان معتدلا من الأطعمة لم تفرط فيه قوّة و لم يجاوز القدر فيه، ولد دما خالصا نقيًا صحيحا، و كل ما كان كذلك فهو موافق لجميع الأبدان و فى جميع الأوقات، و هو لجميع الأبدان المعتدلة فى جميع الأوقات، و فى الأوقات المعتدلة أوفق؛ لأن ما تجاوز الاعتدال من الأبدان يحتاج من الأطعمة إلى ما فيه قوّة تجاوز الاعتدال؛ و كذلك الأبدان المعتدلة فى الأوقات التى ليست بمعتدلة.

و فى الأطعمة ما هو غليظ و ما هو لطيف و ما هو بين ذلك، و أجودها لجميع الناس ما كان معتدلا منها، بين الغليظ و اللطيف، و ما هو بين ذلك.

و قد وصفنا الأطعمة الغليظة و اللطيفة و المتوسطة. و متى يصلح كل صنف منها؛ فبقى علينا أن نخبر بجملة الأطعمة المولدة الكيموس الجيد، و قسمتها على ما قسمناها.

فمن ذلك خبز الحنطة النقى المحكم الصنعة إن كان من يومه، و لحم الدجاج،

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٣٥

و الجداء، و حولية الماعز، و ما كان من السمك ليس بصلب و لا كثير اللزوجة، و ما لم يكن له زهومة[٨٠] و لم يكن له سمن كثير، و ما كان مرعاه فيما ليس فيه أوساخ و لا حمأة و لم يكن سريع العفونة، و كل ما اشتد و استحکم نضجه من البيض، و كل شراب طيب الريح ياقوتى اللون ليست فيه حلاوة- كل ذلك يولد كيموسا[٨١] معتدلا بين اللطيف و الغليظ.

و أما الدراج [٨٢]، و الفراريج و أجنحة جميع الطير، و ما صغر من السمك و كان مرعاه على ما وصفنا، و ما ألقى عليه من السمك الملح فصار رخصا و ذهبت لزوجته، و ماء كشك الشعير، و الشراب الطيب الرائحة الاحمر- فكل ذلك جيد الكيموس لطيف.

و اما اللبن الحليب فإنه جيد الكيموس، إلا ان فيه غلظا؛ و لذلك ربما تجبن فى المعدة؛ فلهذه العلة يخلط به العسل و الملح، و يرق بالماء.

و أجود اللبن و اعدله لبن الماعز؛ لانه ألطف من لبن الضأن و البقر، و أغلظ من لبن الأتن و اللقاح [٨٣].

و ينبغي للبن أن يؤخذ من حيوان صحيح شاب جيد الغذاء.

ولا يحتلب في وقت ما يضع الحيوان، و لا- بعد ذلك بزمان طويل لأن اللبن من الحيوان في وقت ما يضع غليظ، ثم يرق بعد ذلك قليلا قليلا حتى يصير مائيا، فلذلك كان أوله و آخره رديئا.

و أجود ما يؤخذ من اللبن ساعة يحلب، قبل ان يغيره الهواء؛ لانه سريع الاستحالة.

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٣٦

و أما الخشكار [٨٤] من الخبز الرطب، و كل ما لم تحكم صنعته من الخبز السميد، و خبز الفرن، و لحم العجل؛ و من اجزاء الغنم الضرع و الكبد و الفؤاد، و من الحبوب الباقلي، و من الشراب ما كان طيب الرائحة حلوا- فكل ذلك يولد كيموسا غليظا جدا.

الأطعمة التي تولد كيموسا [٨٥] رديئا

كل ما لم يكن معتدلا من الاغذية لم يولد دما خالصا صافيا.

و الأطعمة الرديئة الكيموس ثلاثة أصناف: منها ما يزيد في البلغم، و منها ما يزيد في الصفراء، و منها ما يزيد في السوداء.

و ينبغي لجميع الناس ان يجتنبوا الإكثار منها و ادمان استعمالها و إن كانوا لها مستمرين؛ لأنها و إن لم يتبين لها ضرر في عاجل الامر، يجتمع منها في بدن مدمن استعمالها مع طول الزمان كيموس رديء، و كذا امراض رديئة، و اولى الناس بتجنب كل صنف من أصنافها من كان الغالب على بدنه ما يزيد فيه ذلك الصنف.

فأقول: إن كل ما يتخذ من الخبز من دقيق كثير النخالة، أو ما عتق من الحنطة- رديء الكيموس يزيد في السوداء.

و لحم الضأن كله يزيد في البلغم، و لحم الماعز المسن كله يزيد في السوداء، و أردؤه لحم التيوس. و لحم البقر و الجزور و الارانب و الطباء و الايائل [٨٦]- كل هذا يزيد في السوداء؛ و شرّ هذه اللحوم لحم الجزور، و بعده لحم التيوس، لا سيما ما لم يخص منها، و بعده لحم المسن من الضأن، و بعده لحم البقر؛ و كل ما خصى من هذه كان أجود غذاء.

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٣٧

و أما لحوم الارانب و الطباء و الايائل، فهو دون جميع ما ذكرنا من الرداءة. و من أعضاء الحيوان: الكلى، رديئة الكيموس، لزهومتها و ما استفادت من رداءة البول.

و الدماغ يزيد في البلغم، و كل البطون يزيد في البلغم، لكثرة الزلال فيها.

و البيض المطبّج [٨٧] يولد غذاء غليظا فاسدا، و كذلك الجبن، و لا سيما ما عتق منها. و العدس يزيد في السوداء.

و الدخن [٨٨] و الجاورس يولدان دما غليظا.

و ما صلب لحمه من السمك و غلبت عليه اللزوجة يولد البلغم، فإن ملح و عتق يولد السوداء.

و التين اليابس إن اكثر اكله ولد فضلا عفنا يكثر منه القمل.

و الكمثرى و التفاح إن اكلا غير نضجين ولدا كيموسا رديئا، و كذلك القثاء و الخيار؛ فأما البطيخ و القرع فربما انهضما و لم يحدثا في البدن حدثا رديئا، و ربما فسدا في المعدة فولّدا كيموسا رديئا، و لا سيما إن صادفا في المعدة فضلا رديئا؛ فلذلك تعرض الهیضة [٨٩] كثيرا من أكل البطيخ.

و البقول كلها رديئة الكيموس، لكثرة الفضل فيها و قلة الغذاء.

و أما البصل و الثوم و الكراث و الفجل و الجوز و السلجم، فرديئة لما فيها من الحرارة و الحرافة، و ربما زادت في الصفراء، و

ربما زادت في السوداء أيضا كما ذكرت آنفاء، إلا انها إن طبخت و صب ماؤها و طبخت بماء ثان، ذهب الحرافة و الرداءة عنها. و الباذروج [٩٠] يسخن الدم و يجففه تجفيفا شديدا.

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٣٨
و الكرنب [٩١] يولد السوداء، و كذلك جميع البقول الرديئة.

الاطعمة المتوسطة الكيموس

و هي بين ما يولد الكيموس الجيد و ما يولد الكيموس الرديء. فمنها خبز الخشكار، و لحم الخصيان من المعز و الضأن. و من الأعضاء: اللسان و الامعاء و الذنب.

و من الفاكهة: العنب و البطيخ- و المعلق من العنب أجود- و التين، و الياوس من الجوز، و الشاه بلوط.
و من البقول الخس، و بعده الهندبا، و بعده الخبازي، و بعده القطف و البقلة الحمقاء اليمانية، و الحامض، و ما لم يكن فيه حدة كثيرة من الأصول.

الاطعمة السريعة الانهضام

إنما يسرع الانهضام لاحد وجهين: فالوجه الاول منها إذا كانت الاطعمة غير يابسة كالعدس، و لا صلبة كالترمس، و لا لزجة كالحنطة، و لا خشنة كالسمسم، و لا كريهة كالسذاب، و لا كثيرة الفضول كالأرز، و لا يغلب عليها برد شديد كاللبن الحامض، و لا حرّ شديد كالعسل.

و الوجه الثاني لطبيعة البطن المستمرى لها، و ذلك لاحد وجهين: الاول موافقة الأغذية، و مشاكلة الأبدان الطبيعية، كالأطعمة التي يشتهيها و يلذها الإنسان؛ فقد تجد الناس يختلفون في شهواتهم، و يستمرى كل واحد منهم ما شهوته إليه أميل، و إن كان الذي لا يشتهي احمد من الذي يشتهي. و الوجه الثاني: لمزاج عارض يصادف من الاطعمة مضادة، كالذي ترى ان من غلب عليه الحر لعله من العلل، كان للاطعمة الباردة أشد استمراء، لما يطفى من حرارة البدن، و يعدل البدن؛ و من غلب عليه البرد

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٣٩
استمرأ الحارّ و لم يستمرى البارد؛ و من رطب بدنه كله أو معدته استمرأ الأطعمة الجافة و لم يستمرى الرطبة؛ و من عرض له اليبس خلاف ذلك.

فقد بان بما ذكرناه ان الاطعمة اللطيفة و المتوسطة في نفسها سريعة الانهضام و قد يجوز ان تكون الاطعمة الغليظة أسرع انهضاما في بعض الابدان أيضا؛ ففشر الخبز المحكم، و لحم الدجاج، و الفراريج، و الدراج، و الحجل، و كبود الاوز، و اجنحتها- سريعة الهضم.

و في الجملة الجناح من كل طائر أسرع انهضاما من سائرته، و ليس في الطير كلها أسرع انهضاما من المواشى؛ و كل ما كان من الحيوان يابسا فصغيره أسرع انهضاما؛ و كذلك لحم العجاجيل [٩٢] أسرع من لحم البقر، و لحم الجدى الحولى أسرع انهضاما من لحم المسن من الماعز؛ و كل ما كان من الحيوان أرطب فكبيره من قبل أن يسن أسرع انهضاما من صغيره؛ الا ترى ان الحولى من الضأن أسرع انهضاما من الخروف؟ و كل ما كان مرعاه من المواضع اليابسة كان أسرع انهضاما مما مرعاه في المواضع الرطبة؛ و كل ما كان جرمه [٩٣] متخلخلا فهو أسرع انهضاما مما كان جرمه متلززا، و لذلك كان الجوز أسرع انهضاما

من البندق، و البيض الحارّ أمراً من البيض البارد، و الشراب الحلو أمراً من العفص [٩٤].

الاطعمة البطيئة الانهضام

إنما يعسر الانهضام من الطبيعة فى الطعام إذا كان يابساً، او صلباً، او لزجاً، او متلّزاً [٩٥]، او كثير المدسم، أو كثير الفضول، أو كرية الطعم، أو الحرافة فيه مفرطه، او البرد، او الحر، او مخالفا للمزاج الطبيعى إذا لم يشته.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٤٠

فلحم البقر، و لحم الإبل، و الكروش، و الامعاء، و الاوز، و الآذان من جميع الحيوان، و الجبن، و البيض البارد- عسرة الانهضام، ليسها و صلابتها.

و كذلك من الطير: الوراشين، و الفواخت [٩٦]، و الطواويس، و القوانص من جميع الطير- عسرة الانهضام.

و من الحبوب: الارز، و الترمس، و العدس، و الدّخن، و الجاورس، و البلّوط، و الشاه بلوط.

و أما لحم التيوس و أكارع البقر، فعسرة الانهضام لزهومتها [٩٧] و كراحتها.

و أما لحم الضأن، و الكبود من جميع الحيوان، و الاوز- فلكثرة الفضول فيها.

و أما الجبن الحامض فلبرده.

و أما الحنطة المصلوفة فللزوجتها و تلزها.

و أما الباقلاء و اللوبياء فلكثرة النفخ فيها.

و أما السمسم فلكثرة دهنه.

و أما العنب و التين و سائر الفواكه إذا لم يستحکم نضجها، و الاترج و الباذورج [٩٨]، و السلجم، و الجوز، و الشراب الحديث

الغليظ- فلكثرة الفضول فيها.

الاطعمة الضارة للمعدة

السلق ردىء للمعدة، للذعه إياها و لما فيه من الحدة البورقية.

و الباذورج و السلجم ما لم يستقص طبخهما، للذع فيهما.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٤١

و البقلة اليمانية و القطف، للزوجتهما. فلذلك ينبغى ان يؤكلا بالخل، و المرى.

و الحلبه رديئة للمعدة للذعه إياها.

و السمسم ردىء للمعدة، للزوجته و كثرة دهنه.

و اللبن لسرعة استحالتة فى المعدة.

و العسل ما اكثر منه لذع المعدة و غثاها.

و البطيخ أيضا يغثى، إذا لم ينضج فى المعدة ولد كيموسا رديئا: فينبغى بعد أكل البطيخ أن يأكل طعاما كثيرا جيد الكيموس.

و الادمغة ايضا كلها رديئة للمعدة، فلذلك ينبغى أن تؤكل بالصعتر و الفودنج البرى و الخردل، و الملح، و كذلك المخاخ.

و النبيذ الحديث الغليظ الاسود العفص يسرع الحموضة فى المعدة و يغثى.

الاطعمة التي تفسد في المعدة

المشمش، و السمسم، و التوت، و البطيخ- إذا لم يسرع انحدارها عن المعدة و صادفت كيموسا رديئا أسرع إليها الفساد؛ فيجب ان تؤكل قبل الطعام و المعدة نقيه ليسرع انحدارها عنها و يسهل الطريق لما يؤكل بعدها من الطعام، فإن أكلت بعد الطعام فسدت لبقائها في المعدة، و أفسدت سائر الطعام بفسادها، و ربما بلغ الفساد بها إلى أن تصير بمنزلة السم القاتل.

الاطعمة التي لا يسرع إليها الفساد في المعدة

من كان يفسد طعامه في معدته، فأجود الاطعمة له ما كان غليظا بطيء الانحدار مثل لحم البقر و أكارعها، و ما أشبه ذلك مما ذكرناه من الاطعمة الغليظة.

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٤٢

الاطعمة المليئة المسهلة للبطن

كل ما كان من الاطعمة فيه حلاوة او حدة او ملوحة أو لزوجة؛ فمن ذلك ماء العدس و ماء الكرنب، يلينان الطبع، و جرمهما يمسك البطن؛ و كذلك مرقة الهرم، و خبز الخشكار [٩٩] مع العسل، و زيتون الماء إذا كان قبل الطعام مع مرى- لئين البطن؛ فإذا كان أيضا مع الطعام بلا مرى، فإنه يقوى المعدة على دفع الطعام لعفوصته. و كذلك ما عمل بالخل منه- و كل طعام عفص فإنه دايع للمعدة مقو لها- فأما اللبن و ماء الجبن فيلينان البطن، و لا سيما إذا خلط بهما الملح.

و لحم الصغير من الحيوان، و السلق، و القطف، و البقلة اليمانية، و القرع، و البطيخ، و التين، و الزبيب الحلو؛ و التوت الحلو، و الجوز الرطب، و الإجاص الرطب و السكنجين [١٠٠]، و النبيذ الحلو- ملين للبطن.

الاطعمة التي تجبس البطن

إذا كان الطعام ينحدر عن المعدة قبل انهضامه احتجنا إلى الاطعمة الممسكة الحابسة للبطن.

و كل ما غلب عليه من الاطعمة اليبس او العفوصة او الغلظ، كالسفرجل، و الكمثرى، و حب الآس، و ثمر العوسج، و جرم [١٠١] العدس، و البلوط، و الشاه بلوط، و النبيذ العفص- يمسك البطن، لعفوصته و قبضه.

و الجاورس، و الدخن، و سويق الشعير- تمسك البطن بيبوستها.

و لحم الارانب، و الكرنب المطبوخ بعد صب مائه الاول عنه ثم يطبخ بماء ثان- فإنه يمسك البطن ليبسه.

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٤٣

و اللبن المطبوخ، و الجبن- كلاهما يمسك البطن لغلظه؛ و ذلك ان يطبخ اللبن حتى تفنى مائته، و يبقى جرمه، و ربما ولد سددا في الكبد و حجارة في الكلى.

و أما الاشياء الحامضة، كالتفاح الحامض، و الرمان الحامض- فإن صادفت في المعدة كيموسا غليظا قطعتة و حدرته و لينت البطن، و إن صادفت المعدة نقيه امسكت البطن.

الاطعمة التي تولد السدد

اللبن الغليظ، و الجبن - ربما احداثا سددا في الكبد و حجارة في الكلى لمن اكثر استعمالهما و كانت كلاه و كبده مستعدة لقبول الآفات.

و جميع الاطعمة الحلوة رديئة للكبد و الطحال، فإذا اكل معها الفوذنج الجبلى و الصعتر، و الفلفل - فتح سدد الكبد، و الطحال. و الرطب، و التمر، و جميع ما يتخذ من الحنطة سوى الخبز الجيد المضغ، و الاشربة الحلوة أيضا - تولد سددا في الكبد، و حجارة في الكلى، و تغلظ الطحال.

الاطعمة التي تجلو المعدة و تفتح السدد

ماء الكشك، كشك الشعير، يجلو المعدة و يفتح السدد.

و الحلبة، و البطيخ، و الزبيب الحلو، و الباقلاء، و الحمص الاسود - ينقى الكلى و يفتت الحجارة المتولدة فيها.

و الكبر [١٠٢] بالخل، و العسل إذا اكل قبل الطعام - فإنه يجلو و ينقى المعدة و الامعاء، و يفتح السدد.

و السلق أيضا يجلو و يفتح السدد في الكبد، لا سيما إذا اكل بخردل.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٤٤

و البصل، و الثوم، و الكراث، و الفجل - يقطع و يلف الكيموس [١٠٣] الغليظ.

و التين، رطبه و يابس، يجلو و ينقى الكلى.

و اللوز كله! و لا سيما المر منه - فإنه يجلو و يلف و يفتح سدد الكبد و الطحال، و يعين على نفث الرطوبة من الصدر و الرئة.

و النيذ اللطيف إذا كانت له حدة و حرافة - يصفى اللون، و ينقى العروق من الكيموس الغليظ، و ينتفع به من كان يجد فى بدنه كيموسا غليظا باردا.

و أما النيذ الرقيق فإنه يعين على نفث الرطوبة من الرئة، بتقويته الاعضاء و تلطيف ما فيها من الفضل الغليظة، و قد يفعل ذلك النيذ الحلو.

الاطعمة التي تنفخ

الحمص، و الباقلاء، و لا سيما إن طبخ بقشره، فإن طبخ مقشرا او مسحوقا كان أقل نفخا، و إن قلى أيضا كان أقل نفخا، و بعد هذه اللوبياء، و الماش، و العدس، و الشعير، إذا لم ينعم طبخها.

و التّعناع، و الانجذان، و الحلتيت [١٠٤]؛ و التين الرطب يولد نفخا إلا انه ينحل سريعا لسرعة انحداره.

و ما استحكم نضجه من التين و العنب كان أقل نفخا، و يابس التين اقل نفخا من رطبه.

كتب طبى انتزاعى (عربى) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٤٥

و اللبن يولد رياحا فى المعدة.

و العسل إذا طبخ و نزعت رغوته قل نفخه.

و النيذ الحلو العفص يولد نفخا.

كل طعام نافخ إذا احكمت صنعته و أجيد طبخه و إنضاجه قل نفخه، و كل ما قلى منه قل نفخه، و كل ما خلط به الابازير المحللة للرياح، كالكمون، و السذاب و الانيسون، و الكاشم [١٠٥]- يقل نفخه؛ و الخل الممزوج بالعسل يطف الرياح.

كتاب إسحاق بن عمران إلى بعض اخوانه

كتب إسحاق بن عمران المعروف بسّم ساعة إلى رجل من اخوانه:

اعلمك - رحمك الله - ان الخام و البلغم يظهران على الدم و المرّة بعد الاربعين سنهً فياً كلالتهما، و هما عدوا الجسد و هادماه، و لا ينبغي لمن خلف الاربعين سنهً ان يحرك طبيعهً من طبائعه غير الخام و البلغم، و يقوى الدم جاهداً، غير أنه ينبغي له في كل سبع سنين ان يفجر من دمه شيئاً، و من المرّة مثل ذلك، لقله صبره على الطعام اللذيذ و المشروب الروي، فتعاهد اصلحك الله ذلك من نفسك، و اعلم ان الصحة خير من المال و الاهل و الولد، و لا شيء بعد تقوى الله سبحانه و تعالى خير من العافية. و

مما تأخذ به نفسك و تحفظ به صحتك، ان تلزم ما اكتب به إليك:

في شهر ينير [١٠٦]: لا تأكل السلق، و اشرب شراباً شديداً كل غداً.

كتب طبي انتزاعي (عربي) (العقد الفريد)، ج ٤، ص: ٤٦

و في شهر فبرير: لا تأكل السلق.

و في مارس: لا تأكل الحلواء كلها و تشرب الأفستين [١٠٧] في الحلاوة.

و في أبريل: لا تأكل شيئاً من الاصول التي تنبت في الأرض، و لا الفجل.

و في مايه: لا تأكل رأس شيء من الحيوان.

و في يونيه: تشرب الماء البارد بعد ما تطبخه و تبرده على الريق.

و في يوليه: تجنب الوطء.

و في أغسطس: لا تأكل الحيتان.

و في سبتمبر: تشرب اللبن البقري.

و في أكتوبر: لا تأكل الكراث نيئاً و لا مطبوخاً.

و في نينبر: لا تدخل الحمام.

و في دجنبر: لا تأكل الارانب.

زعم علماء الطب ان في الجسد من الطبائع الارباع اثني عشر رطلاً فللدم منها ستة أرتال، و للمرّة و السوداء و البلغم ستة أرتال،

فإن غلب الدم و الطبائع تغير منه الوجه و ورم، و خرج ذلك إلى الجذام؛ و إن غلبت تلك الطبائع الدم أنبت المرّة.

قال: فإذا خاف الإنسان غلبة هذه الطبائع بعضها بعضاً، فليعدل جسده بالاقتصاد و ينقيه بالمشي. فإنه إن لم يفعل اعتراه ما

وصفناه، إما جذام و إما مرّة، نسأل الله العافية.

و لا بأس بعلاج الجسد في جميع الازمان إلا ايام السموم، إلا أن ينزل فيها مرض شديد لا بدّ من مداواته، او يظهر فيها موم

[١٠٨]، أو ذات الجنب، فإنه ينبغي للطبيب أن يعاينه [١٠٩] بفصا او شيء خفيف، فإنها ايام ثقيلة، و هي [من خمسة عشر يوماً من

تموز إلى النصف من آب، فذلك ثلاثون يوماً لا يصلح فيها علاج - و كان

بقراطيس يجعلها تسعة و أربعين يوما- يقطع الغرر و الخطر فى ايام القيظ، فإذا مضى لأيلول ثلاثة أيام طاب التداوى كله.
و أمر جالينوس فى الربيع بالحمامة، و النورة، و أكل الحلاوة و شربها؛ و نهى عن القطانى، و اللبن الرائب، و عتيق الجبن، و
المالح، و الفاكهة اليابسة إلا ما كان مصلوقا

و فى القيظ- و هو زمان المرءة الحمراء- يأكل البارد الرطب على قدر قوّة الرجل فى طبعه و سنه، و ترك الجماع، و أكل الحوت
الطرى، و الفاكهة الرطبة، و البقول؛ و لحم البقر و المعز؛ و من القطانى العدس، و من الاشربة المربب بالورد و السّكر كره من
الشعير، و السكر بالماء المطبوخ، و أكل الكزبرة الخضراء فى الاطعمة، و أكل الخيار و البطيخ، و لزوم دهن الورد و ماء الورد،
ورش الماء و بسط البيت بورق الشجر، و من الدواء السكر بالمصطكا، يسحقهما مثلا بمثل و يأخذهما على الريق قدر الدرهم أو
اكثر قليلا ...

و فى زمان الخريف- و هو زمان السوداء، و هو أثقل الازمنة على اهل تلك الطبيعة- من الطعام و الشراب بالحرار الرطب، مثل
الاحساء بالحلاوة، و أكل العسل و شربه؛ و نهى فيه عن الجماع، و أكل لحم المعز و البقر، و أمر بأكل صنوف حيوان البر و
البحر، و حسو البيض، و الدهن قبل الحمام، و إتيان النساء على غير شبع فى آخر الليل و فى أول النهار، و التماس الولد على
الريق من الرجل و المرأة فإن اولاد ذلك الزمان اشد و أقوى تركيبا، من غيرهم، كما قالت الحكماء
[١١٠]

[١] (١) الأنبذة: جمع النيذ، و هو شراب مسكر يتخذ من عصير العنب او الثمر او غيرهما.

[٢] (١) الموذم: المقطع

[٣] (٢) العصيدة: دقيق يلت بالسمن و يطبخ.

[٤] (١) يقال: استرط الطعام فى حلقة: أى سار فيه سيرا سهلا.

[٥] (٢) تمدّحت خواصرها: انتفخت.

[٦] (٣) الاملاك: الترويج.

[٧] (١) نحسبه: نعطيه حتى يقول حسبي.

[٨] (٢) السقط: ما يسقط و لا يعتد به.

[٩] (٣) سورة المائدة الآية ٩٣.

[١٠] (٤) الطبرزد: السكر كأنه نحت من نواحيه بفأس.

[١١] (٥) سورة البقرة الآية ٢٦٧

[١٢] (١) الكمأة: جمع الكمء: فطر من الفصيئة الكمئية، تجنى من الارض و تؤكل مطبوخة، و يختلف حجمها بحسب الانواع.

[١٣] (٢) التصبح: النوم بالغداة.

[١٤] (١) العراق: جمع العرق، و هى القدرة من اللحم.

[١٥] (٢) المراغة: الأتان.

[١٦] (٣) الطلاء: ما يطبخ من عصير العنب حتى ذهب ثلثاه.

[١٧] (١) العوراء: القبيحة.

[١٨] (٢) الفيحاء: الواسعة.

[١٩] (٣) المبذرق: الخفير.

[٢٠] (٤) الشيزى: خشب تعمل منه القصاع.

[٢١] (٥) الوحاء: السرعة.

[٢٢] (٦) المصوص: لحم ينقع فى الخل و يطبخ. و الدراج: ضرب من الطير. و النواهض: جمع ناهض: و هو فرخ الطير الذى استقل للنهوض.

[٢٣] (١) النزاء: الوثب.

[٢٤] (٢) الجونة: السلة.

[٢٥] (٣) الاهليج: ثمرة شجرة هندية.

[٢٦] (٤) المشان: ضرب من اجود التمر. و الرازقى ضرب من العنب.

[٢٧] (٥) البنانى: نوع من السمك.

[٢٨] (٦) الجنون.

[٢٩] (١) ملك العجين: انعم عجنه.

[٣٠] (٢) الريع: الزيادة.

[٣١] (٣) التلقامة: العظيم اللقم.

[٣٢] (١) يريد اسنانه.

[٣٣] (٢) البرنى: ضرب من اجود التمر.

[٣٤] (١) المكوك: صاع و نصف.

[٣٥] (١) الرتلان: جمع رأل، و هو فرخ النعام.

[٣٦] (٢) حريرة: دقيق يطبخ بلبن او دسم.

[٣٧] (٣) العكم: ما شد به المتاع و ربط.

[٣٨] (٤) دبل اللقمة تديلا: كبرها. و الرخال: جمع رخل، و هى الانثى من ولد الضأن.

[٣٩] (١) الغرثان: الجائع.

[٤٠] (٢) التنفج: ارتفاع البطن.

[٤١] (٣) الحبوّة: ما يحتبى به من ثوب و غيره.

[٤٢] (٤) النوى: البعد.

[٤٣] (١) الأزم: الحمية.

[٤٤] (٢) كظه الطعام: اصبح لا يكاد يطيق التنفس.

[٤٥] (١) البشم: التخمة.

[٤٦] (١) الوجبة: اكلة واحدة فى اليوم و الليلة.

- [٤٧] (٢) الوجاء: اى ان تدق عروق الخصيتين بين حجرين، و هما بحالهما.
- [٤٨] (٣) ذنين الانف: سيلان مخاطه.
- [٤٩] (١) اليفاع: ما اشرف و علا من الارض.
- [٥٠] (٢) النجم هو الثريا.
- [٥١] (١) الغراسه: فسيل النخل.
- [٥٢] (٢) يقدح: يحدث فيها أكالا.
- [٥٣] (١) الكيموس: الخلط.
- [٥٤] (٢) مستحصف: مشند.
- [٥٥] (٣) المستحصف: الذى خرج البثر فى جلده.
- [٥٦] (١) الجرم: بكسر الجيم، الجسد، و بضمه، الذنب.
- [٥٧] (١) الدرّاج: نوع من الطير يدرج فى مشيه.
- [٥٨] (٢) الطيهوج: طائر، و هو ذكر السلّكان.
- [٥٩] (٣) الماش: حبّ، و هو معرب او مولّد.
- [٦٠] (١) المرى: ضرب من الادويه القديمه.
- [٦١] (٢) حماض الاترج: ما فى جوفه. و الاترج ضرب من الفاكهه.
- [٦٢] (٣) السلجم: اللفت.
- [٦٣] (١) الكبود: جمع كبد، و تجمع على اكباد.
- [٦٤] (٢) السلجم: اللفت.
- [٦٥] (١) الخام: غير الدم.
- [٦٦] (١) الوارشين: جمع الورشان، و هو طائر من الفصيله الحماميه، اكبر قليلا من الحمام.
- [٦٧] (٢) القطا: جمع القطاء: نوع من اليمام يؤثر الحياه فى الصحراء.
- [٦٨] (٣) الزهومه: الريح التنته.
- [٦٩] (١) العفوصه: المراره و القبض.
- [٧٠] (٢) الطلع:
- [٧١] (١) القطف: بقله تشبه الرجله.
- [٧٢] (٢) الباقلى: الفول.
- [٧٣] (٣) البير: حب القمح.
- [٧٤] (١) الشاه بلوط: شجر يسمى بالفسطل.
- [٧٥] (٢) الاتن: جمع أتان، و هى انثى الحمار.
- [٧٦] (٣) الغبيرا: هو ما يسمى بالقراصيا.
- [٧٧] (٤) الزعرور: و يسمى ايضا «التفاح الجبلى»؛
- [٧٨] (٥) البطم: الحبه الخضراء، ثمرها شبيه بالفسق.

- [٧٩] (١) الخشكار: الدقيق الخشن الذى لم ينخل.
- [٨٠] (١) زهومة: الريح التنتة.
- [٨١] (٢) الكيموس: الخلاصة الغذائية.
- [٨٢] (٣) الدراج: جمع الدراجة: طائر ظاهر جناحيه اغبر و باطنهما اسود يشبه القطا، الا انه الطف منه.
- [٨٣] (٤) اللقاح: جمع لقحة، و هى الناقة الحلوب.
- [٨٤] (١) الخشكار: الخبز الاسمر غير النقى.
- [٨٥] (٢) الكيموس: الخلاصة الغذائية.
- [٨٦] (٣) الأيايل: جمع ايل: و هو الوعل.
- [٨٧] (١) المطجن: المقلو فى الطاجن.
- [٨٨] (٢) الدخن: نبات عشى من النجيليات، حبه صغير املس كحب السمسم.
- [٨٩] (٣) الهیضة: معاودة الهم و الحزن او المرض.
- [٩٠] (٤) الباذروج: بقله تسمى الريحان الاحمر.
- [٩١] (١) الكرنب: نبات يسمى فى بلاد الشام «الملفوف».
- [٩٢] (١) العجاجيل: جمع عجل، و هو ولد البقرة، و يجمع على عجول ايضا.
- [٩٣] (٢) الجرم: يكسر الجيم، الجسد.
- [٩٤] (٣) العفص: ما كان فيه العفوصة، و هى المرارة و القبض.
- [٩٥] (٤) المتلزز: المجتمع الشديد.
- [٩٦] (١) الفواخت: جمع الفاخنة: ضرب. من الحمام المطوف اذا مشى توسع فى مشيه و باعد بين جناحيه و ابطيه و تمايل.
- [٩٧] (٢) الزهومة: الرائحة التنتة.
- [٩٨] (٣) الباذروج: بقله تسمى الريحان الاحمر.
- [٩٩] (١) الخشكار: الدقيق الخشن الذى لم ينخل.
- [١٠٠] (٢) السكنجيين: كل شراب حلو حامض، يتخذ دواء للصفراء.
- [١٠١] (٣) جرم العدس: اى جسمه و مادته لا ماؤه.
- [١٠٢] (١) الكبر: نبات له شوكة.
- [١٠٣] (١) الكيموس: خلاصة الاغذية.
- [١٠٤] (٢) الحلتيت: هو صمغ الانجذان.
- [١٠٥] (١) الكاشم: نبت يشبه السذاب.
- [١٠٦] (٢) ينير: اى شهر كانون الثانى.
- [١٠٧] (١) الافستين: نبت له ورق كالصعتر.
- [١٠٨] (٢) الموم: اشد الجدرى.
- [١٠٩] (٣) المعانة: حسن السياسة.
- [١١٠] جمعى از نويسندگان، كتب طبى انتزاعى (عربى)، ١٩ جلد، چاپ: اول.

بسم الله الرحمن الرحيم

جاهدوا بِأَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ (التوبة/٤١).

قال الإمام علي بن موسى الرضا - عليه السلام: رَحِمَ اللَّهُ عَيْدًا أَحْيَا أَمْرَنَا... يَتَعَلَّمُ عُلُومَنَا وَيُعَلِّمُهَا النَّاسَ؛ فَإِنَّ النَّاسَ لَوْ عَلِمُوا مَحَاسِنَ كَلَامِنَا لَاتَّبَعُونَا... (بِنَادِرُ الْبِحَار - في تلخيص بحار الأنوار، للعلامة فيض الاسلام، ص ١٥٩؛ عُيُونُ أَخْبَارِ الرُّضَا(ع)، الشَّيْخِ الصَّدُوقِ، الباب ٢٨، ج ١/ ص ٣٠٧).

مؤسس مجتمع "القائمية" الثقافي بأصفهان - إيران: الشهيد آية الله "الشمس آبادي" - رَحِمَهُ اللَّهُ - كان أحدًا من جهايدة هذه المدينة، الذي قد اشتهر بشغفه بأهل بيت النبي (صلوات الله عليهم) و لاسيما بحضرة الإمام علي بن موسى الرضا (عليه السلام) و بساحه صاحب الزمان (عجل الله تعالى فرجه الشريف)؛ و لهذا أسس مع نظره و درايته، في سنة ١٣٤٠ الهجرية الشمسية (= ١٣٨٠ الهجرية القمرية)، مؤسسه و طريقة علم ينطفي مصباحها، بل تتبج بأقوى و أحسن موقف كل يوم.

مركز "القائمية" للتحري الحاسوبى - بأصفهان، إيران - قد ابتدأ أنشطته من سنة ١٣٨٥ الهجرية الشمسية (= ١٤٢٧ الهجرية القمرية) تحت عناية سماحه آية الله الحاج السيد حسن الإمامى - دام عزه - و مع مساعده جمع من خريجي الحوزات العلميه و طلاب الجوامع، بالليل و النهار، في مجالات شتى: دينيه، ثقافيه و علميه...

الأهداف: الدفاع عن ساحة الشيعة و تبسيط ثقافته الثقلين (كتاب الله و اهل البيت عليهم السلام) و معارفهما، تعزيز دوافع الشباب و عموم الناس إلى التحري الأذق للمسائل الدينيه، تخليف المطالب النافعة - مكان البلايى المبتدله أو الرديئه - فى المحاميل (=الهواتف المنقوله) و الحواسيب (=الأجهزة الكمبيوترية)، تمهيد أرضيه واسعة جامعته ثقافيه على أساس معارف القرآن و أهل البيت -عليهم السلام - بباعث نشر المعارف، خدمات للمحققين و الطلاب، توسعه ثقافه القراءه و إغناء أوقات فراغه هواء برامج العلوم الإسلاميه، إناله منابع اللازمه لتسهيل رفع الإبهام و الشبّهات المنتشرة فى الجامعه، و... - منها العداله الاجتماعيه: التى يُمكن نشرها و بثها بالأجهزة الحديثه متصاعده على أنه يُمكن تسريع إبراز المرافق و التسهيلات - فى آكناف البلد - و نشر الثقافه الإسلاميه و الإيرانيه - فى أنحاء العالم - من جهه أخرى. - من الأنشطة الواسعه للمركز:

(الف) طبع و نشر عشرات عنوان كتب، كتيبه، نشره شهريه، مع إقامة مسابقات القراءه

(ب) إنتاج مئات أجهزة تحقيقيه و مكتبيه، قابله للتشغيل فى الحاسوب و المحمول

(ج) إنتاج المعارض ثلاثيه الأبعاد، المنظر الشامل (= بانوراما)، الرسوم المتحركه و... الأماكن الدينيه، السياحيه و...

(د) إبداع الموقع الانترنتى "القائمية" www.Ghaemiyeh.com و عدّه مواقع أُخرى

(ه) إنتاج المُنتجات العرضيه، الخطابات و... للعرض فى القنوات القمرية

(و) الإطلاق و الدعم العلمى لنظام إجابة الأسئلة الشرعيه، الاخلاقيه و الاعتقاديّه (الهاتف: ٠٠٩٨٣١١٢٣٥٠٥٢٤)

(ز) ترسيم النظام التلقائى و اليدوى للبلوتوث، ويب كشك، و الرسائل القصيره SMS

(ح) التعاون الفخرى مع عشرات مراكز طبيعيه و اعتباريه، منها بيوت الآيات العظام، الحوزات العلميه، الجوامع، الأماكن الدينيه كمسجد جَمكران و...

(ط) إقامة المؤتمرات، و تنفيذ مشروع "ما قبل المدرسه" الخاص بالأطفال و الأحداث المُشاركين فى الجلسه

ى) إقامة دورات تعليمية عمومية و دورات تربية المرّبي (حضوراً و افتراضاً) طيلة السنة
المكتب الرئيسي: إيران/أصبهان/ شارع "مسجد سيد"/ ما بين شارع "پنج رمضان" و "مفتّرق" و فائي "بنايه" القائميّه "
تاريخ التأسيس: ١٣٨٥ الهجريّة الشمسيّة (=١٤٢٧ الهجريّة القمريّة)
رقم التسجيل: ٢٣٧٣

الهويّة الوطنيّة: ١٠٨٦٠١٥٢٠٢٦

الموقع: www.ghaemiyeh.com

البريد الالكتروني: Info@ghaemiyeh.com

المتجر الالكتروني: www.eslamshop.com

الهاتف: ٢٥-٢٣-٢٣٥٧٠ (٠٠٩٨٣١١)

الفاكس: ٢٣٥٧٠٢٢ (٠٣١١)

مكتب طهران ٨٨٣١٨٧٢٢ (٠٢١)

التجارية و المبيعات ٠٩١٣٢٠٠٠١٠٩

امور المستخدمين ٢٣٣٣٠٤٥ (٠٣١١)

ملاحظة هامة:

الميزاتية الحالية لهذا المركز، شعبيّة، تبرّعيّة، غير حكوميّة، و غير ربحيّة، اقشيت باهتمام جمع من الخيرين؛ لكتّها لا تتوافي
الحجم المتزايد و المتسعّ للامور الدينيّة و العلميّة الحالية و مشاريع التوسعة الثقافية؛ لهذا فقد ترجى هذا المركز صاحب هذا
البيت (المسمى بالقائميّة) و مع ذلك، يرجو من جانب سماحة بقيّة الله الأعظم (عجل الله تعالى فرجه الشريف) أن يوفيق الكلّ
توفيقاً متزائداً لإعانتهم - في حدّ التمكن لكلّ احدٍ منهم - إيانا في هذا الأمر العظيم؛ إن شاء الله تعالى؛ و الله وليّ التوفيق.

مركز
للبحوث والتحريات الكمبيوترية
اصبحان
الغمامة



للحصول على المكتبات الخاصة الاخرى
ارجعوا الى عنوان المركز من فضلكم
www.Ghaemiyeh.com

www.Ghaemiyeh.net

www.Ghaemiyeh.org

www.Ghaemiyeh.ir

و للايحاء من فضلكم

٠٩١٣ ٢٠٠٠ ١٥٩

