



جامعة محمد خيضر
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية
شعبة الأنثروبولوجيا

مذكرة ماستر

رقم تسلسل المذكرة:

أشربة وأطعمة القرآن الكريم

دراسة إثنوغرافية في أسلوب العلاج

مذكرة مكتملة لنيل شهادة الماستر في الأنثروبولوجيا

تخصص: أنثروبولوجيا اجتماعية وثقافية

تحت إشراف الأستاذ(ة):

حمادي حنان

تقديم الطالب(ة):

شهبه مجدة

لجنة التقييم:

الصفة

الرتبة الجامعة

العضو 1

الصفة

الرتبة الجامعة

العضو 2

الصفة

الرتبة الجامعة

العضو 2

السنة الجامعية: 2024/2023م



جامعة محمد خيضر
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية
شعبة الأنثروبولوجيا

مذكرة ماستر

رقم تسلسل المذكرة:

أشربة وأطعمة القرآن الكريم

دراسة إثنوغرافية في أسلوب العلاج

مذكرة مكتملة لنيل شهادة الماستر في الأنثروبولوجيا

تخصص: أنثروبولوجيا اجتماعية وثقافية

تحت إشراف الأستاذ(ة):

حمادي حنان

تقديم الطالب(ة):

شهبه مجدة

لجنة التقييم:

الصفة

الرتبة الجامعة

العضو 1

الصفة

الرتبة الجامعة

العضو 2

الصفة

الرتبة الجامعة

العضو 2

السنة الجامعية: 2024/2023م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
بَدَأَ خَلْقَ الْإِنسَانِ
مِنْ طِينٍ



الإهداء

إلى والديا، إخوتي طروق، ياسمين، أمينة، إسراء، محمد المالك، نزار، ريتال

والأخوة التي لم تلدها أمي هاجر

إلى من ساندني ووخج بدمته في شخصي





الشكر والتقدير

أتقدم بالشكر الجزيل لأستاذة المخرقة على جودها أتمنى لها دوام

الصحة

ولكل أستاذة شعبة الأنثروبولوجيا



فهرس المحتويات

الإهداء

شكر وعرفان

فهرس المحتويات

مقدمة.....أ.

الفصل الأول : الإطار العام للدراسة

1. أهمية الدراسة..... 13

2. أسباب اختيار الموضوع..... 13

3. أهداف الدراسة..... 14

4. إشكالية الدراسة..... 14

5. مفاهيم الدراسة..... 15

6. الدراسات السابقة..... 18

الفصل الثاني : الطعام والشراب وأهميته في القرآن

أولاً : شراب القرآن "اللبن، زيت زيتون"..... 23

1.اللبن..... 23

أ. مكوناته..... 24

ب. طريقة استعماله..... 24

ج.فوائده..... 25

2.زيت الزيتون..... 27

أ.مكوناته..... 27

ب.طريقة استعماله..... 28

30.....	ج.فوائده.....
32	ثانيا : طعام القران الكريم.....
32	1.اليقطين.....
33.....	أ.مكوناته
33.....	ب.فوائده.....
36.....	ج.طريقة استعماله.....
37	2.التمر.....
37.....	أ.مكوناته
39.....	ب.فوائده.....
40.....	ج.طريقة استعماله
الفصل الثالث : التطبيب وثقافة المجتمع	
44	أولا : المعتقدات الدينية.....
46	ثانيا : المحيط الاجتماعي.....
47	ثالثا الطب : الشعبي الطبيعي.....
الفصل الرابع : إجراءات الدراسة الميدانية	
50	1.مجالات الدراسة.....
50	1-المجال المكاني.....
51	2-المجال البشري.....
51	3-المجال الزمني.....

522. منهج الدراسة.
523. أدوات جمع البيانات.
564. صعوبات الدراسة.
565. تحليل المقابلات
81 خاتمة
83 قائمة المصادر والمراجع

الملاحق

ملخص الدراسة

مقدمة

إن خلق الله تعالى للطبيعة وجعله للدواء قبل الداء هي من المعجزات الربانية، ولها حكمة كبيرة فالإنسان لا يستطيع مقاومة كل الامراض التي تصيبه وحده وهذا ما جعله يبحث عن حلول وادوية يتعالج بها ليتخطى الحالات الصحية التي كان يمر بها، فما تحتويه الطبيعة من خيارات لها القدرة على مدوات ضعف جسم الانسان وتتوفر على مكونات علاجية تجعل الجسم يمر بمراحل بدايتها بتخفيف الآلام وصولا الى الشفاء.

ومن بين ما يوجد في الطبيعة هي أطعمة وأشربة ذكرت في القرآن الكريم لما فيها من فوائد تجعل الانسان يستطيع علاج أمراضه بها، فهي أغذية نافعه تحقق من خلالها معاني الصحة والعافية، فاستخداماتها في العلاج لها وقع ومكانة خاصة لدى المسلمين فهم في الكثير من الأحيان على قناعة بأن ما ذكر في القرآن له منافع ويجب عليهم الاستفادة من الأغذية المذكورة فيه قدر المستطاع ليحافظون من خلالها على صحتهم ومعالجة الأمراض.

إن أساليب العلاج في ثقافة كل مجتمع هي من المواضيع المهمة في الانثروبولوجيا وتحتاج إلى دراسات كل مرة لما تحمل من أهمية تاريخية ومفارقات عديدة.

فالعلاج باستخدام الأطعمة والأشربة المذكورة في القرآن لها أساليبها واستخداماتها الخاصة يستند ممارستها على معتقدات يتمسكون بها تجعل هاته الأطعمة والأشربة اساس دوائهم..، فمعرفة الأمراض التي تتعالج بهكذا أساليب وكذا التعرف على أهم الممارسات والاستخدامات والطرق التحضيرية التي تصاحب العلاج وصولا لنجاعتها هي نقاط هامة بالنسبة لهذه الدراسة، فالكشف على الاستخدامات والطرق الخاصة بالمجتمع البسكري في التداوي والعلاج والاعتقادات حول ذلك وعاداتهم المتوارثة في المجتمع المحلي تجعله من موضوع الدراسة موضوعا يستحق الكشف والملاحظة والوصف الدقيق، فهكذا ثقافة محلية يستمد من خلالها المجتمع المحلي البسكري هوية الوجود وتتمثل في صورة من صور الحفاظ على استمرار ثقافته وفق ما يوجد عليه معتقده .

لذلك هاته الدراسة ذات اهداف مسطرة تسعى إلى الكشف ومعرفة استخدامات طعام وشراب القران في ذلك ومعرفة الدوافع التي تجعل من المعالجين ينتهجون هكذا اساليب في العلاج واسباب توجه المرضى لهكذا ممارسة علاجية، فالأساليب العلاجية تتنوع وفق قناعات ضمن ثقافته كل مجتمع .

احتوت هاته الدراسة على اربعة فصول الفصل الاول يحتوي على الاطار العام للدراسة، أما الفصل الثاني فركز على نوعين لكل من الأطعمة والأشربة القرآنية وأهميتها في العلاج يليه الفصل الثالث الذي تحدث في عناصر متباينة عن التطبيب وثقافة المجتمع اما الفصل الرابع كان قد تضمن المنهج المتبع في الدراسة وتحليل الدراسة الميدانية التي تم الاعتماد فيها على اجراءات الميدانية في تحليل بيانات التي تم تحصل عليها من المعالجين والاعرابيون وكذا المرضى ومنها نتائج الدراسة .

الفصل الأول :

الإطار العام للدراسة

1. أهمية الدراسة

1. معرفة الأمراض التي تعالج بأطعمة وأشربة القرآن.
2. معرفة مدى نجاح العلاج من خلال حالات.
3. إعطاء دراسة حول العلاج بالأطعمة والأشربة في القرآن.
4. التعرف على الداء وعلاجه من خلال رصد أساليب العلاج في المجتمع.
6. فهم الفكر الغذائي العلاجي بالقرآن الكريم في المجتمع.

2. أسباب اختيار الموضوع

*أسباب ذاتية

التداوي بأطعمة وأشربة القرآن ظاهرة ملفتة الانتباه وتظهر بشكل جلي لدى الكثير من الكثير من العائلات، فقد أثار هذا الموضوع اهتماما كبيرا في نفسي للدراسة ومعرفة خصائصه في المجتمع الذي تبناه للعلاج ومعرفة اختلافات وثقافة كل أسرة وأساليبها للتداوي.

*أسباب موضوعية

1. فهم ثقافة العلاج في المجتمع البسكري .
2. معرفة طرق تحضير العلاج حسب ثقافة كل فرد.
3. تكوين مرجع آخر يتحدث على العلاج بأطعمة وأشربة القرآن.
3. السعي في فهم معاني القرآن الكريم للغذاء.
4. التعرف على معتقدات الفرد البسكري حول التداوي بهذا الأسلوب العلاجي.

3. أهداف الدراسة

1. استخلاص طرق وعلاج الفرد البسكري بأطعمة وأشربة القرآن.
2. معرف أسس العلاج للفرد البسكري وفق بيئته.
3. رصد ثقافة الفرد الجزائري "البسكري" في التداوي بالأطعمة والأشربة المذكورة في القرآن.
4. معرف الاختلاف في اسلوب وطرق العلاج وتحضيراته في المجتمع الواحد.
5. معرفة الفئة المهمة بالتداول بأطعمة وأشربة القرآن الكريم.

4. الإشكالية

يشكل موضوع الطعام والشراب عند الإنسان منذ القديم محورا أساسيا في حياته فبه يضمن استمراره ويحاول بشتى طرق لكسبهما، فهو من خلالهما يكسب صحتهم جيدة يقاوم بها الأمراض التي تجعل من الإنسان ضعيفا، فالصحة الجيدة هي أئمن جوهرة في حياة البشرية، بالطعام والشراب في وجه آخر ليسا فقط مصدران لتزويد الإنسان بالطاقة، لكنهما يعكسان أيضا ثقافة الشعوب المختلفة على مر الأزمان فهي ترتبط بعديد المجالات و من بينها العلاج من المرض، فاختلاف الثقافة يؤثر في العلاج وتختلف ممارساتها وحسب البيئة التي ينتمي إليها الإنسان.

في الدين الإسلامي وفي القرآن الكريم قد ذكرت العديد من الأطعمة والأشربة تم من خلالها حث المسلم على تناول كل ما هو مناسب لصحتهم الجسدية والروحية، قال الله تعالى "يخرج من بطونها شراب مختلف ألوانه فيه شفاء للناس"¹ ففي القرآن الكريم لم تكن هناك اشربة افضل من أخرى وإنما توجهات ليتناول الشراب المفيد لجسم الإنسان، كذلك نجد الطعام في القرآن قد ذكر من خلال عديد الآيات من بينها قوله تعالى : "الذي أطعمهم من جوع"²،

¹ سورة النحل، الآية 68 .

² سورة قريش، الآية 4 .

فقد ذكرت العديد من الأطعمة في القرآن الكريم كما ورد في الآية رقم 20 من سورة البقرة كالبقول والبقلاء والثوم والعدس والبصل، فيجدر بنا الذكر بأن الأصل في الأطعمة والأشربة الإباحة التي تتباين إلى ثلاثة أنواع : الأول النباتات و تشمل ما كان حبا كالقمح أو خضار أو فاكهة والثاني الحيوانات البرية والبحرية والطيور فهي حلال إلا ما تم استثنائه، والثالث السوائل : كالماء، العسل، الحليب... وغيرها.

فكما يتزود الإنسان في الإسلام بخلق الله فإنه يتعالج بأطعمة وأشربة القرآن وما تحتويه بيئته منها، ففي المجتمع الجزائري وخاصة المجتمع البسكري وكسائر المسلمين فهم يملكون الصدق الجازم بمدى فعالية ما ذكر القرآن فيتعالجون تبعا وثقافتهم، وفق معتقدات وممارسات منتشرة بين الناس وهناك مختصون في ممارسة هذا النوع من العلاج، فكيف هي استخدامات أطعمة وأشربة القرآن الكريم في أسلوب العلاج؟

✓ تساؤلات فرعية

1. ماهي الطرق العلاجية التي تتم بأطعمة وأشربة القرآن؟

2. كيف تتم تحضيرات العلاج؟

5. مفاهيم الدراسة

*الطعام

إذ أطلقه أهل الحجاز عنوا به "البر" خاصة، وبه فسر حديث أبي سعيد في صدقة الفطر صاعا من طعام او صاعا من شعير، وقيل أراد به التمر وهو الأشبه، لأن البركات عندهم قليلا لا يتسع لإخراج زكاة الفطر.

وفي شرح الشفاء : الطعام ما يؤكل، وبه قوام البدن، ويطلق على غيره مجازاً، وفي النهاية : الطعام عام في كل "ما يؤكل ويقنات، من الحنطة، والشعير والتمر وغير ذلك، وحيث استثنى منه السمراء، وهي الحنطة، فقد أطلق الصاع فيها عداها من الأطعمة¹."

✓ المعنى اللغوي

لفظ الطعام مصدر مشتق من مادة "طعم" بمعنى أكل، قال ابن فارس: <الطاء والعين والميم اصل مطرد> منقاس في تذوق الشيء، يقال طعمت الشيء طعماً والطعام هو المأكول، فالطعام اسم جامع لكل ما يؤكل، ويأتي الطعام مجازاً بمعنى الشبع، يقال ما يطعم أكل هذا الطعام، أي ما يشبع، ويقال إن هذا الطعام طعم، أي يطعم من أكله أي يشبع. الطعام في اللغة يطلق على كل ما يؤكل ويتغذى. عليه مما خلقه الله عز وجل.²

✓ المعنى الاصطلاحي

يطلق على كل ما يتناول من الغذاء، وكل شيء يأكله الإنسان يسمى طعاماً، فالطعام اسم لكل ما يؤكل و يطعم. فلا يختص لفظ الطعام بأصناف معينة مما يؤكل. فما يؤكل فهو طعام سواء كان مما أحله الله عز وجل لعباده أو مما لم تحله لهم.³

✓ التعريف الإجرائي للطعام

هي المواد التي يتم مضغها أولاً ليتم بعد ذلك باعها وتكون حلالاً يستفيد منها الإنسان بعناصر وحاجياته الغذائية التي بها تساعد على استمرار حياته.

¹ الزبيدي محمد الحسن، تاج العروس من جواهر القاموس، الكويت، وزارة الإرشاد والأبناء، 1965، ص 14 .

² الأطعمة والأشربة -طعام-، على الساعة 14:10 في: <https://websurahapp.com>، في 21-03-2024.

³ الأطعمة والأشربة، مرجع سبق ذكره .

***الشراب**

✓ التعريف اللغوي المختصر

الأشربة : جمع شراب ،أي مشروب، والشرابُ اسم لما شرب من اي نوع كان .ماء أو غيره.

السوائل والمائعات التي تشربُ ولا تمضغ حلالا كانت أو حراما¹.

✓ التعريف الإجرائي للأشربة

جمع شراب، هي السوائل التي يتم شربها ثم بلعها مباشرة بدون مضغ وتتنوع اصنافها كالماء و الحليب وغيرها فهي تحافظ على رطوبة جسم الإنسان وتمنعه من الجفاف.

***العلاج**

✓ التعريف اللغوي

العلاج: التطبيب وال مداواة، يقال عالج المريض معالجة وعلاجا، أي داواه، والمعالج : المداوي سواء عالج جريحا او مريضا أو دابة، واصله ممارسة الشئ، يقال عالج الشئ، يعالجه، معالجة، اي مارسه وزاوله، ومن معانيه أيضا الإصلاح².

✓ المعنى الاصطلاحي

ال مداواة لدفع المرض وتحصيل الشفاء.

¹ موسوعة المصطلحات الإسلامية، على الساعة 14:30، <https://trminologyend.com>، في 21-03-2024.

² الجمهرة، معلمة مفردات المحتوى الإسلامي، العلاج، على الساعة 18:20، <https://islemiv-content.com>، في

الشرح المختصر للعلاج فهو محاولة الشخص التخلص من المرض بهدف إزالة جميع الأعراض ومسببات المرض أو تخفيفها والوصول إلى حالة من الاتزان والاستقرار¹.

✓ التعريف الإجرائي للعلاج

هي ردة فعل تصدر من البشر باستعمال أدوات وأساليب محددة للدفاع عن أجسادهم ومساعدة جسمهم للتخلص من المرض وما يتبعه من ألام وكذا عدم الاستقرار النفسي والتكامل العضوي للفرد المصاب.

6. الدراسات السابقة

* الدراسة الأولى

مليكة بن منصور، الصيدلة النبوية وفعالية العلاج بالنباتات بمدينة تلمسان، مذكرة ماجستير، معهد الثقافة الشعبية، في سنة 1999-1998، كانت الخطة العامة تحتوي على المقدمة والمدخل الذي يحوي على لمحة تاريخية عن العلاج في العهود القديمة، يليه الباب الأول المعنون بالنباتات الطبية وخصائصها، ليحتوي بدوره على فصلين، الفصل الأول بعنوان النباتات الطبية أما الفصل الثاني فيتحدث على تحضير النباتات الطبية، بعد هاذين الفصلين، باب ثاني بعنوان الصيدلة النباتية وفعاليتها في العلاج.

ليكون بعد ذلك تمهيد يتناول موضوع للإعجاز الطبي في السنة النبوية الذي تحويه بعض الأغذية المذكورة في المذكرة والتي كانت على التوالي : التمر يليه الزيتون ثم البصل والثوم والشعير والحبّة السوداء والسواك والقثاء، اليقطين، السلق، البطيخ، الحناء، والعسل.

¹ الجمهرة، مصدر سبق ذكره .

فتم التفصيل في كل غذاء ونبات وخصائصه ومركباته وكذا استعماله على مر التاريخ وتعاقبه على الحضارات ومصادر النباتات وماهيتها وذكر مواطن الحث على استعمالها في القرآن والسنة.

وصولاً إلى الخاتمة التي كانت نتيجة ما تم دراسته في هذه المذكرة، فبرغم بالتطور المدهش الذي توصلت إليه البشرية يبقى العلاج فن وليد التجربة، التداوي بالأعشاب ظهر بظهور الإنسان على الأرض وتطور بتطور العلوم، فتحول من نباتات تغلى وتدق إلى أقراص وحبوب وحقن، وذلك بينت البحوث المخبرية لأطباء العصر أنهم يمارسون يومياً التداوي بالنباتات دون أن يشعروا بذلك لأنهم يطالبون مرضاهم بأخذ أدوية أغلبها صنع من مواد فعالة طبيعية استخلصت من النباتات، ومن ثم كان للبحث دعوة للأطباء و الصيادلة للاهتمام والانتفات إلى الصيدلة الطبيعية عامة و النبوية خاصة، بعد الخاتمة و ما ذكر فيها من استنتاجات كان الملحق الذي يضم العديد من القوائم من بينها أسماء النباتات الواردة في البحث وكذا أسماء الأمراض وأخيراً المراجع والمصادر.

الدراسة الثانية

عبد السلام صادق شريف كتاني، دور التغذية في الطب الوقائي من خلال القرآن الكريم، القدس، فلسطين، رسالة ماجستير، دراسات إسلامية معاصرة، 2009، تتكون هاته الرسالة من 3 فصول لكل فصل مباحث، فالفصل الأول معنون بمفهوم التغذية في القرآن الكريم يضم بدوره 4 مباحث.

المبحث الأول : تعريف التغذية، المبحث الثاني : تعريف القرآن الكريم، المبحث الثالث : واقع التغذية في القرآن الكريم، والمبحث الرابع : بعنوان التغذية عند العلماء القدامى والمحدثين، يليه الفصل الثاني بعنوان : مفهوم الطب الوقائي ضم أربعة مباحث عنوانها كالتالي: 1. تعريف الطب الوقائي، 2. أمثلة متنوعة من الطب الوقائي في القرآن الكريم، 3. نظرة الإسلام إلى الطب

الوقائي، 4. رأي العلماء في الطب الوقائي. بعد هاذين الفصلين الفصل الأخير المعنون بآيات التغذية في القرآن الكريم ودورها في الوقاية، يضم 5 مباحث هي كالتالي:

1-الأغذية النافعة التي ذكرت في القرآن الكريم

2-الأشربة النافعة التي ذكرت في القرآن الكريم

3-الأغذية الضارة التي ذكرت في القرآن الكريم

4-الأشربة الضارة التي ذكرت في القرآن الكريم

5-القاعدة الذهبية الطبية التي ذكرت في القرآن (وكلو واشربوا ولا تسرفوا)¹.

بعدها الخاتمة التي ذكرت فيها نتائج الدراسة والتي كانت كالتالي زخر القرآن الكريم بالأمثلة المتنوعة التي ترمي إلى وقاية النفس والمحافظة عليها، منها حضة على الطهارة والنظافة، وتشريعه للعبادة، واهتمامه بالآداب الحسنة، وكذا تنظيمه للعلاقات الجنسية بين الزوجين، وأيضاً تحرمه للفواحش، وأكل الخبائث...

توسع العلماء المحدثون في مفهوم الطب الوقائي في مختلف الميادين، ودفعهم إلى ذلك اهتمام القرآن بالموضوع، وساعدهم في ذلك التقدم العلمي والتقني المعاصر، وتوظيف هذا العلم في استنتاج آيات القرآن، وذا وعي الناس بضرورة الوقاية من المرض قبل استفحاله لأن الوقاية خير من العلاج .

كذلك تحدث القرآن الكريم عن أغذية نافعة تؤدي دوراً وقائياً مهماً في حفظ صحة الجسم، وطرد الآفات منه.

كذلك من مظاهر قدرة الله عز وجل وكمال قدرته وحكمته أن وضع في كل نوع من الأغذية النافعة عناصر غذائية محددة بنسب متفاوتة تختلف عن غيره، لها دور وقائي مهم

¹ سورة الأعراف الآية 31 .

في وقاية النفس من الأمراض، ذكر القرآن الكريم أنواعاً من الأغذية الضارة، وحذر من تناولها؛ حيث تجلب للجسم السموم.

وبعدها قدم الباحث توصيات، يليها فهرس الآيات وفهرس الأحاديث النبوية، وفهرس الأعلام، وكذا فهرس مصطلحات الأمراض وبعدها فهرس المصادر والمراجع واخيراً فهرس المحتويات.

✓ التعقيب على الدراسات السابقة

لقد تم الاستفادة من الدراسات السابقة في التصور العام لموضوعنا، فقد كانت تمهيداً يتناول الإعجاز الطبي للأغذية المذكورة في القرآن الكريم، والخصائص التي تحتويها، فقد تحدثت عن الأغذية النافعة التي تؤدي الدور الوقائي والعلاجي المهم في حفظ صحة الجسم بالإضافة إلى المنهج الذي تم انتهاجه من قبل الباحث في دراسته، فكانت إضافة لعملنا المتواضع .

الفصل الثاني :

الطعام والشراب وأهميته في

القرآن

أولاً : شراب القرآن "اللبن، زيت زيتون"

1. اللبن

قال تعالى : "وإن لكم في الأنعام لعبرة نسقيكم مما في بطونه من بين فرث ودم لبنا خالصا سائغا للشاربين"¹

ارتبطت حياة الإنسان العربي بالإبل وحيدة السنام منذ القدم، كما أنها تمثل إحدى دعائم الثروة الحيوانية للعديد من الدول ذات البيئة الصحراوية، حيث تظل الإبل مكوناً مهماً في التنوع الحيوي في المناطق الجافة وشبه الجافة؛ لما لها من قدرة فائقة على العيش والبقاء في البيئات القاسية، ومقاومتها لظروف الجفاف التي تسود معظم تلك المناطق، وتحملها الكبير لنقص المياه والعطش فيمكنها البقاء بلا سقيا لفترة تطول أو تقصر اعتماداً على عوامل بيئية كثيرة أبرزها درجات الحرارة؛ ولذلك فهي آخر الحيوانات التي تتفوق خلال موجات الجفاف لكونها الحيوان الأكفأ في التأقلم مع تلك الظروف.

كما تلعب الإبل دوراً هاماً في استغلال الموارد الرعوية المتاحة فالإبل تقتات على مدى واسع ومتنوع من النباتات الصحراوية سواء الغطاء العشبي الأرضي أو الشجري - يساعدها في ذلك التحورات العديدة في أعضائها وقتاتها الهضمية- لتمتد الإنسان بحاجته من حليب ولحم ووبر كما أنها وسيلة للتنقل في بيئته الصحراوية، ولذلك كان ارتباط الإنسان - خاصة الإنسان العربي - بالإبل ارتباطاً وثيقاً، وشكلت جزءاً أساسياً من حياته الاجتماعية والاقتصادية؛ لذا كانت الإبل داعماً أساسياً لبقاء الأجيال المتعاقبة من سكان هذه المنطقة أمام الظروف المناخية القاسية².

¹ سورة النحل، الآية 66.

² محمد وحيد كشك افاق واعدة لحليب الابل علوم وتكنولوجيا العدد 251 ابريل يونيو 2018 مركز ابحاث البيئة والعلوم الحياتية، الكويت، ص 63.

ت. مكوناته

يعتبر حليب الإبل مصدراً غنياً بالبروتينات، فهو غذاء كامل مما يعني أنه يحتوي على المغذيات الطبيعية الكافية للحفاظ على الحياة مع غياب مصادر التغذية الأخرى.

كما أنه يحتوي على مستويات عالية من البوتاسيوم والمغنيسيوم والحديد والمنغنيز والنحاس والصوديوم والزنك مقارنة بحليب البقر بالإضافة إلى احتوائه على كمية أقل من الكوليسترول. يتميز دهن حليب النوق باحتوائه على نسبة منخفضة من الأحماض الدهنية غير المشبعة مقارنة مع حليب الأبقار. مع ارتفاع في نسبة حمض اللينوليك الدهني المهم في تغذية الإنسان، كما أنه يحتوي على فيتامين (ج) أكثر بـ 3 مرات والحديد أكثر بـ 10 مرات من مستواها في حليب البقر، كما لوحظ قابلية حليب الإبل في التقليل من نسبة الكوليسترول في الجسم الأمر الذي يمنع حدوث حالة تصلب الشرايين في الجسم وبالتالي إصابة الإنسان بأمراض القلب، كما يعتبر حليب الإبل مقوياً للجسم والبصر.

ويتميز حليب الإبل باحتوائه على نسبة بروتين عالية، حيث تبلغ نسبة (الكازين) وهو البروتين الرئيسي في الحليب 70 في المئة.

كما يتصف بروتين حليب الإبل باحتوائه على نسبة عالية من الالبومين 3.22 في المئة والكلوبيولين 1.22 في المئة مقارنة مع حليب الحيوانات الحقلية الأخرى وقريب جداً من حليب الأم في الإنسان¹.

ث. طريقة استعماله

يعامل حليب الإبل في الغلي والتعقيم كما تعامل أنواع الحليب الأخرى المأخوذة من الأبقار، والماعز، رغم أنّ هناك عادة متبعة عند البدو بشرب حليب الناقة دون غلي إيماناً منهم بأنّ غلي الحليب يفقده قيمته الغذائية، ويحوّله لحليب خالٍ من أي فائدة صحية وهذا الاعتقاد

¹ ايمن الحسني معجزات الشفاء بألين الإبل مكتبة القرآن للطبع والنشر والتوزيع القاهرة سنة 2002، ص 26.

خاطئ بالتأكيد، فغلي حليب الناقة يجنب الإصابة بالعديد من الأمراض أهمها : مرض الحمى المالطية، والعدوى الفيروسية، وذلك بسبب تعرضه للتلوث أثناء عملية الحلب، أو بسبب تلوث ضرع الناقة بالبكتيريا المسببة للحمى المالطية والتي تنتقل بسهولة من الحيوان للإنسان .

لغلي الحليب يتم وضعه في قدر، ويرفع على نار هادئة مع ضرورة تحريكه بين الحين والآخر حتى لا يلتصق، ويسخن إلى أن يصل لمرحلة الغليان، ويترك مدة خمس دقائق بعد الغليان لضمان التخلص من أي ميكروبات فيه¹ .

ج. فوائده

ليس غريبا أن يكون للألبان دور بارز في معالجة الأمراض والحد من خطورتها ومضاعفاتها لما يتمتع به من خصائص فريدة ومغذيات عديدة، وتاريخ المعالجة بلبن الإبل يرجع إلى مئات السنين، فكما اعتمد البدو على تناول لبن الإبل كغذاء أساسي لهم استخدموه كذلك كدواء.

ولقد أيد كثير من حكماء العرب فكرة التداوي بلبن الإبل واسهبوا في ذكر منافعه و فوائده، دعنا نذكر شيئا مما قالو :

▪ لبن الإبل للبواسير واحتقان الكبد

ابن البيطار في كتابه "الجامع لمفردات الأدوية والأغذية" لبن اللقاح، وهي النوق، فيه حرارة وملوحة وله خفة، ينفع من البواسير والديبيلة نفعا بليغا، ويفتح السدد المتولدة في الكبد من الدم الغليظ"

▪ لبن الإبل لجمال البشرة وتأخر الحيض والربو

ويقول ابن سينا في كتابه: "القانون في الطب" ولبن اللقاح أقل دسومة وجبنية، وهو رقيق جدا، وهو خير الألبان.

¹ مريم مساعدة، طريقة غلي حليب الابل، الموضوع يونيو 2018، على الساعة 09: 15 في 2024-04-

. <https://mawdoo3-com.21>

واللبن يختلف بحسب لون الحيوان، وبحسب سنه، هل هو صغير أو كبير أو معتدل؟..
وبحسب سمته : هل هو لين اللحم أو صلبة؟.. سمين أو عجيف؟.. أبيض أو لون آخر.
واللبن يجلو الأثار القبيحة في الجلد، وأيضاً ينفع من الربو والنهش، ولبن اللقاح ينفع
البواسير، واللبن إذ جعل على أورام المقعدة وقروحها وأورام العامة وقروحها، نفع وسكن الوجع.
إن لبن الإبل سريع الانحدار عن المعدة فهو أقل الألبان دسومة وجبنية.

كذلك نجد أن دراسات الطب الحديث قد وصلت إلى نتائج تفيد بقدرة لبن الإبل في علاج
حالات العدوى بفيروس "C" يؤدي لتحسن واضح في وظائف الكبد والسيطرة على نشاط
الفيروس بشكل يعجل بالشفاء وما نعرفه حتى الآن من اسباب لذلك يرجع إلى:

- احتواء ألبان الإبل على مجموعة هائلة من مضادات الأكسدة مثل فيتامين "ج" والزنك.
- احتواء ألبان الإبل على مركبات طبيعية تقاوم العدوى الفيروسية والسموم الضارة، وهي
نفسها التي تقاوم فساد اللبن وتجنبه وتكاثر الجراثيم ولذا يحتفظ لبن الإبل بخواصه دون فساد
لفترة أطول من الألبان الأخرى كاللبن البقري... وأغلب هذه المواد طبيعية بروتينية، مثل :
مضادات التسمم والأجسام المناعية وغيرها.

المجمع الطبي الشيخ زايد يوصي بلبن الإبل، حيث أن في دولة الامارات العربية
المتحدة أظهرت دراسة أعدها مركز زايد للبحوث الاعشاب والطب التقليدي، وهو مركز حكومي
متخصص في هذا المجال، أن لبن الإبل فوائد طبية كبيرة ترجع اساساً لاحتوائه على مواد
بروتينية ذات خصائص دفاعية ضد عدد من الأمراض المعدية والخطيرة، وهذه مثل : داء
الكبد البوابي، مرض السل، مرض الإيدز.

وذكرت الدراسة أنه من الممكن تطوير مضاد حيوي من لبن الإبل يساعد في القضاء
على العدوى.

ونقلا عن موقع طبي، وفي مقالة لجريدة الإتحاد... العدد 9515 بتاريخ 2001.07.24، جاءت دراسة للدكتور محمد مراد تحت عنوان <الإبل في مجال الطب و الصحة> جاء فيها أن في الماضي البعيد استخدم العرب حليب الإبل في معالجة الكثير من الامراض، ومنها أوجاع البطن، وخاصة المعدة والأمعاء، ومرض الإستسقاء، وأمراض الكبد خاصة اليرقان (الصفراء) وتليف الكبد، وأمراض الربو، وضيق التنفس، ومرض السكري وتحمل تلك المقالة في طياتها نداء بالعودة لما اتبعه القدامى ليصبح الماضي حاضرا¹.

2. زيت الزيتون

قال تعالى : "وشجرة تخرج من طور سيناء تنبت بالدهن و صنع للآكلين"².

أ. مكوناته

يتم تصنيف زيت الزيتون إلى درجات مختلفة حسب جودته ونقاؤه أعلى درجة هي * * زيت الزيتون البكر الممتاز * * ، والذي يتم الحصول عليه عن طريق عصر الزيتون الطازج على البارد دون أي معالجة كيميائية أو حرارية.

يحتوي على حموضة حرة لا تزيد عن 0.8% ونكهة مفضلة، وتشمل الدرجات الأخرى * * زيت الزيتون البكر * * ، * * زيت الزيتون المكرر * * ، و * * زيت زيتون ثقل * * ، والتي يتم الحصول عليها باستخدام الحرارة أو المذيبات أو طرق أخرى لاستخلاص المزيد من الزيت من الزيتون أو بقايا الثقل.

زيت الزيتون عبارة عن دهون سائلة يتم الحصول عليها عن طريق عصر الزيتون، يستخدم عادة في الطبخ لقلي الأطعمة أو كصلصة للسلطة، ويمكن العثور عليه أيضاً في بعض

¹ محمد مراد، الإبل في مجال الطب والصحة، الإتحاد العدد 9515 بتاريخ 2001/7/24 دولة الامارات العربية.

² سورة المؤمنون، الآية 20 .

مستحضرات التجميل والأدوية والصابون ووقود مصابيح الزيت التقليدية. كما أن لها استخدامات إضافية في بعض الأديان.

يتكون زيت الزيتون بشكل رئيسي من ****ثلاثي الجلسرين**** (الدهون الثلاثية أو الدهون) ويحتوي على كميات قليلة من ****الأحماض الدهنية الحرة**** (FFA)، والجلسرين، والفوسفاتيدات، والأصباغ، ومركبات النكهة، والستيرول، والقطع المجهرية من الزيتون Triacylglycerols هي احتياطي الطاقة الرئيسي للنباتات والحيوانات.

يختلف تركيب زيت الزيتون باختلاف الصنف والارتفاع ووقت الحصاد وعملية الاستخراج. يتكون بشكل رئيسي من ****حمض الأوليك**** (حتى 83%)، مع كميات أقل من الأحماض الدهنية الأخرى بما في ذلك ****حمض اللينوليك**** (حتى 21%) و ****حمض البالمتيك**** (حتى 20%).

حمض الأوليك هو حمض دهني أحادي غير مشبع يخفض مستويات الكوليسترول الكلي والبروتين الدهني منخفض الكثافة. حمض اللينوليك وحمض البالمتيك هما أحماض دهنية متعددة غير مشبعة ومشبعة على التوالي.

زيت الزيتون عرضة للأكسدة والتدهور عند تعرضه للضوء أو الأكسجين أو الحرارة أو الميكروبات. الأكسدة تسبب النتانة، وفقدان النكهة، والتغيرات في اللون واللزوجة.

لمنع أو تأخير الأكسدة، يمكن تخزين زيت الزيتون في عبوات زجاجية داكنة أو أوعية من الفولاذ المقاوم للصدأ، بعيداً عن مصادر الحرارة وأشعة الشمس المباشرة. ويمكن أيضاً إثارؤه بالمضافات الطبيعية التي لها خصائص مضادة للأكسدة.

ب. طريقة استعماله

الذبحة الصدرية تحدث نتيجة عدم وصول كمية كافية من الدم المحمل بالأكسجين لإمداد عضلة القلب بالطاقة اللازمة لانقباضها، وقد وجد أن المداومة على تناول زيت الزيتون يساعد

على منع تصلب الشرايين وبالتالي يقي الجسم من خطورة هذا المرض ومضاعفاته، كذلك زيت زيتون ملطف وملين للأمعاء لذلك فهو يستعمل في حالات الإمساك و التشنج المعوي، فيمكن تناول ملعقتين كبيرتين من الزيت قبل الطعام بنصف ساعة، أو مرة في الصباح و مرة في المساء قبل النوم، ويمكن إضافة عصير الليمون له، كما يمكن استخدامه أيضا في الحقنة الشرجية كمسهل للأمعاء.

وقد وجد أن المداومة على تناول زيت الزيتون يساعد على إدرار البول ويمنع تراكمه، أو تركيز مواد، وقد يكفي باستخدام الزيت بوضعه على الطعام أو يمكن تناول ملعقة منه صباحا ومساء .

ويستخدم مرهم الزيت الزيتون والثوم وذلك بتقطيع فصوص رأس الثوم وتوضع في 200 جرام من زيت الزيتون، ويترك المخلوط لمدة يومين أو ثلاثة ثم يدلك به مكان الألم فهو يعطي نتائج ممتازة في تخفيف الآلام.

كذلك يتم علاج النقرس بزيت الزيتون ويتم ذلك بإضافة خمس زهور طازجة من نبات الكاموميل إلى كمية مناسبة من زيت الزيتون، وينقع هذا المخلوط في الشمس لمدة أربعة أيام ثم تدلك به الأماكن المصابة من المفاصل، ويساعد ذلك على تخفيف الآلام الموجودة، كذلك تدليك اللثة الملتهبة بزيت الزيتون يساعد على تخفيف حدة الإلتهابات بها.

يتم علاج أيضا القوباء (**dartre**) وهي وجود بقع بيضاء في الجلد خاصة الوجه نتيجة لنقص فيتامين (أ) ويتم ذلك بوضع 100 جرام من ورق الزيتون الأخضر في 200 جرام من زيت الزيتون لمدة اسبوع، ثم يدهن به الأماكن المصابة.

كما ينصح علماء التغذية الأمهات بضرورة إعطاء الطفل زيت الزيتون في فترة الفطام حيث يمكن تجنب حدوث أي أعراض نتيجة لنقص فيتامين "د" وفيتامين "أ"، يتم استخدام مرهم مكون من أزهار نبات الأرنیکا "**arnica mantana**" وزيت الزيتون في حمام لمدة

ساعات قليلة، ويصفى المخلوط من خلال نسيج القماش من عدة طبقات يساعد المرهم عند الإسراع في التئام الجروح والكدمات والأماكن المتهيجة من سطح الجلد .

يدخل زيت الزيتون في تركيب بعض الأدوية كقطرات للأنف أو حقن تحت الجلد و أثبتت التجارب المعملية أن إضافة زيت الزيتون إلى مزارع ميكروبات الدرن يؤدي إلى وقف نموها¹.

ج. فوائده

يوجد للزيت الزيتون فوائد عديدة، تغذي الجسم سواء استعنا بزيتته وثمره، ويستفيد منه الصغير والكبير والشاب والشيخ.

حقا إن زيت الزيتون ذو فائدة غذائية عظيمة وذلك لما يحتويه من مواد دهنية وأشباه أدهان وفيتامينات مثل فيتامين (د) وكذلك فيتامين (E) وهذه جميعا لا غنى الجسم عنها، وزيت الزيتون طعام مستساغ الطعم و يشكل مصدرا رئيسيا للطاقة الحرارية في طعام الإنسان.

هناك أحماض دهنية ضرورية لجسم الإنسان لا يقدر الاستغناء عنها، لأن الجسم لا يستطيع تركيبها وإن لم يتناول الإنسان تلك الأحماض الدهنية يتأثر الجسم وتحدث له اضطرابات وتغييرات مثل اضطرابات واختلال في النمو وهاته الإحماض الدهنية موجودة في زيت الزيتون.

هناك دراسات أثبتت أن الناس التي تستهلك زيت الزيتون كمادة دهنية أساسية كدول حوض البحر الأبيض المتوسط هم أقل عرضة للإصابة بتصلب الشرايين من سواهم.

زيت الزيتون يساعد على تقليل إفراط إفراز المعدة ليساهم بذلك في الوقاية من القرحة المعدية و الاثني عشر، وكذلك وجد أن هضم وامتصاص زيت زيتون أفضل من غيره من

¹ وفاء عبد العزيز بدوي اسرار العلاج بزيت الزيتون الطبعة الاولى دار الطلائع للنشر والتوزيع والتصدير مدينة نصر القاهرة

دهون، للزيت الزيتون مفعول جيد في نمو الدماغ للطفل سواء في مرحلة الحمل أو بعض الولادة ، لزيت الزيتون تأثير إيجابي ومفعول ممتاز في نمو العظام، كما أثبت ذلك العالمان **لابال وجانتي**.

إن معظم الزيوت المستوردة هي زيوت مكررة قد فقدت الكثير من خصائصها الطبيعية والغذائية بينما زيت الزيتون المنتج محليا هو منتج طبيعي يتحفظ بهذه الصفات.

ويقول الأستاذ الدكتور **باليو بايولا** : الإدهان تقوم بالمهمات الآتية :

- الوظيفة البنائية فالإدهان ضرورية للخلايا وباقي الأنسجة والأجهزة، كما أنها لا يمكن الاستغناء عنها في عملية النمو العادي للإنسان.
- وظيفة الوقاية الحرارية لصيانة درجة حرارة الجسم.
- وظيفة نقل الفيتامينات القابلة للذوبان والأحماض الدهنية الأساسية.

ومن صفات زيت زيتون أنه يحدث استشارة كي تتقبض وتتحرك وبذلك يساعد في عمليات الهضم والامتصاص للمواد الدهنية، وبهذا الصدد يقول الأستاذ **باليو بايولا** في كتابه **استطاع تسوشي وماستريلي** عام **1962** أن يبرهننا بواسطة تحليل إشعاعي على امتياز زيت زيتون عن زيوت البذور لاستثارة المرارة كي تتقبض وتتحرك.

وفعلا حصل الباحثان المذكوران على أحسن النتائج باستعمال زيت الزيتون، ونجد باحث يدعى "**باغليونى**" الذي يعتقد سهولة الهضم والامتصاص المميزين لزيت الزيتون يرجعان إلى تركيبه الشبيه بتركيب الدهن البشري.

زيت الزيتون يعطي حرارة للجسم ويجعل الشهية للطعام جيدة ويحوي فيتامينات قابلة للذوبان فيه، ويحوي على خصائص مهمة ومساعدة للنمو خاصة للأطفال¹.

¹ عبد الله السعيد، زيت الزيتون غذاء ودواء الطبعة الاولى دار الضياء للنشر والتوزيع عمان الاردن، 1995 ، ص 109.

ثانيا : طعام القرآن الكريم

1. اليقطين

ما ذكر في القرآن الكريم ذكر بقدر ولغاية ولا شيء في القرآن للصدفة فقصة سيدنا يونس حين ترك قومه قبل أن يأذن الله له فعاقبه بأن أرسل له حوتا في البحر التقمه حينها، ثم نفضه دون أن يؤذيه وقد خصه الله بشجرة اليقطين لسيدنا يونس دون غيرها من الثمار¹. جاء ذكر اليقطين في القرآن الكريم مرة واحدة وفي سورة الصافات عند الحديث عن سيدنا يونس، في قوله تعالى:

” وَإِنَّ يُونُسَ لَمِنَ الْمُرْسَلِينَ (139) إِذْ أَبَقَ إِلَى الْفُلِّ الْمَشْحُونِ (140) فَسَاهَمَ فَكَانَ مِنَ الْمُدْحَضِينَ (141) فَالْتَقَمَهُ الْحُوتُ وَهُوَ مُلِيمٌ (142) فَلَوْلَا أَنَّهُ كَانَ مِنَ الْمُسَبِّحِينَ (143) لَلَبِثَ فِي بَطْنِهِ إِلَى يَوْمِ يُبْعَثُونَ (144) فَنَبَذْنَاهُ بِالْعَرَاءِ وَهُوَ سَقِيمٌ (145) وَأَنْبَتْنَا عَلَيْهِ شَجَرَةً مِنْ يَقْطِينٍ (146) وَأَرْسَلْنَاهُ إِلَى مِئَةِ أَلْفٍ أَوْ يَزِيدُونَ (147) فَأَمَّنُوا فَمَرَّغَتْهُمْ إِلَى حِينٍ (148)”².

✓ اليقطين في كتب الاولين

يصنف اليقطين على انه فرع من عائلة القرع، وهو بأنواع واشكال واحجام عديدة، وهو قابل للتخزين من دون تلف لمدة طويلة لسماكة قشرته، اما قطافه فلا يحتاج الى مجهود فهو يستند على الارض كالبطيخ.

يقول ابن كثير في تفسيره عند حديثه عن اليقطين : “...وذكر بعضهم في “القرع” (يقصد اليقطين) فوائد، منها : سرعة نباته، وتظليل ورقه لكبره، ونعومته، وأنه لا يقربها الذباب، وجودة أغذية ثمره، وأنه يؤكل نيئا ومطبوخا بلبه وقشره أيضا”. ويقول الدميري في كتابه “حياة الحيوان الكبرى” عند حديثه عن الذباب : “... ولا يقع على شجرة

¹ cretoikos,2023,metrovista crative média,www.cretoikos.com.13:53,30/04/2024.

² سورة الصافات، الآية 139-148.

اليقطين، ولذلك أنبتها الله على نبيه يونس عليه الصلاة والسلام، لأنه حين اخرج من بطن الحوت لو وقعت عليه ذبابة لآلمته فمنع الله عنه الذباب بذلك، فلم يزل كذلك حتى تصلب جسمه¹.

أ. مكوناته

اليقطين مصدرًا غنيًا للعديد من الفيتامينات، منها : مجموعة فيتامينات "ب" كحمض الفوليك، وفيتامين ب3، وفيتامين ب1 التي تعد مهمة لسير العمليات الحيوية المختلفة في الجسم، وعمل الإنزيمات، والحفاظ على سلامة الاعصاب وعملها. إضافة إلى احتوائه على معادن مهمة، مثل : البوتاسيوم، والكالسيوم، والنحاس، والمغنيسيوم، والفسفور.²

ب. فوائده

• الفوائد الصحية لبذور القرع

تعرف بذور القرع أو اليقطين بعدة أسماء منها لب القرع أو الحب الأبيض أو بذور القرع العسلي والتي تستخرج من ثمرة اليقطين أو القرع وهي ثمرة تشبه البطيخ ولكنها ملساء وذات لون أصفر غامق.

ولقد ورد ذكر هذه الثمرة في القرآن الكريم في قوله تعالى: ﴿وَأَنْبَتْنَا عَلَيْهِ شَجَرَةً مِّنْ يَّقْطِينٍ﴾³، تعد بذور القرع أو اليقطين من الوجبات الخفيفة والتي لها مزايا صحية عديدة فهي تحتوي على العناصر التي يحتاجها الجسم من معادن وبروتينات اذ تحتوي على

¹ خالد حنون، اليقطين درع حماية نبي الله يونس عليه السلام، منتدى الاعجاز العلمي في القرآن والسنة، لبنان .

² حنون، المرجع السابق .

³ سورة الصافات، الآية 146.

⁴ احمد علي محمد علي مرسى، النباتات في القرآن، الاسكندرية، جمهورية مصر العربية، 2012 ، ص 87 .

المغنسيوم والمنغنيز والنحاس والبروتين والزنك كما تحتوي على المركبات النباتية المعروفة بالاستيرول النباتي والمواد المضادة للأكسدة والتي تمنع الجذور الحرة التي تتلف الخلايا .

من فوائد بذور القرع (اليقطين) لصحة الإنسان :

1. ان احتواء بذور القرع على المغنسيوم يجعله مفيد للقلب وأن ربع كوب من بذور القرع (اليقطين) تحتوي على نصف الكمية المطلوبة يوميا للجسم من المغنسيوم والتي لها وظائف فسيولوجية والعديد من الفوائد الصحية والذي يدخل في تركيب الحامض النووي وعملية ضخ القلب وسلامة العظام وتكوين الأسنان واسترخاء الأوعية الدموية ووظائف الأمعاء الغليظة، كما ان المغنسيوم له دور في علاج ضغط الدم ويساعد في الوقاية من النوبات القلبية وبقي من الجلطة او السكتة الدماغية .

2- بالنظر لكون بذور اليقطين غنية بالزنك وهذا العنصر يحتاجه الجسم في وظائف كثيرة وأهمها تقوية المناعة ونمو وانقسام الخلية كما يساعد على النوم وتعديل المزاج ويدخل في وظائف حاستي الشم والتذوق ويحسن الرؤية ومفيد للبشرة وينظم الأنسولين ويقوي الجنس لدى الرجال، كما ان الذين يعانون من نقص الزنك بسبب آثار المخدرات أو النباتيون قد يعانون من نزلات البرد والانفلونزا، والتعب المزمن، والاكنتاب، وحب الشباب، وانخفاض وزن الرضع عند الولادة، ومشاكل التعلم وضعف الأداء المدرسي لدى الأطفال.

3- ان بذور القرع أيضا غنية بأوميغا 3 مما يجعله من المصادر النباتية المهمة التي تحتوي على الأوميغا 3 من نوع ألفا لينولينيك الا انه لا يغني عن اوميغا 3 الحيواني الموجود في القشريات.

4- تعتبر بذور القرع مفيدة للبروستات اذ تعد من الأغذية الهامة لصحة الرجل فارتفاع محتوى الزنك في بذور القرع مهم لصحة البروستات لذلك تعتبر بذور القرع أو زيت بذور القرع وقاية وعلاج طبيعي لتضخم البروستات أو ورم البروستات الحميد .

5- لها فوائد لمرضى السكري حيث تشير الدراسات على الحيوانات أن بذور اليقطين قد تساعد على تحسين تنظيم الأنسولين وتساعد على منع مضاعفات السكري بسبب وجود مواد مضادة للأكسدة .

6- فوائد بذور اليقطين للنساء بعد سن اليأس لكون زيت بذور اليقطين غني بمادة ال **phytoestrogens** والتي تشير الدراسات على أنه يؤدي الى زيادة في الكوليسترول الجيد **HDL** بالإضافة انه يخفض ضغط الدم ويقلل من الهبات الساخنة والصداع وآلام المفاصل وغيره من أعراض انقطاع الطمث عند النساء.

7- فوائد بذور القرع لمرضى الكبد والقلب لكونها غنية بالدهون الصحية ومضادات الأكسدة والألياف والتي تساعد على صحة الكبد والقلب خاصة عند اضافتها مع بذور الكتان.

8- تساهم بذور القرع بتوفير نوم مريح لكونها مصدر غني بعنصر **التربتوفان** وهو حامض أميني والذي يقوم الجسم بتحويله الى **السيروتونين** ثم الى **الميلاتونين** وهو هرمون النوم لذلك ينصح بتناول بذور القرع قبل ساعات قليلة من النوم خاصة مع قطعة من الفاكهة حيث انها تساعد على النوم العميق والمريح حيث يوفر للجسم **التربتوفان** اللازمة لإنتاج **الميلاتونين والسيروتونين** الخاص للمساعدة في تعزيز النوم لليلة مريحة.

9- بذور القرع مضاد للالتهابات اذ اثبتت الدراسات على الحيوانات أن زيت بذور القرع يحتوي على مضادات للالتهابات كدواء **الإندوميثاسين** فهو يعالج الالتهابات والتهاب المفاصل بدون آثار جانبية¹.

¹ صادق جعفر باقر ،الفوائد الصحية لبذور القرع، 2022/12/31 ،قسم تقنيات المخبرات الطبية، جامعة المستقبل، الحلة، العراق .

ج. طريقة استعماله

في الطب القديم ذكروا أن اليقطين يسهم في التخلص من البلغم، ويذهب الصداع إذا شرب أو غسل به الرأس، وهو ملين للبطن كيف استعمل، وإذا لطح بعجين وشوى في الفرن أو التنور واستخرج ماؤه وشرب ببعض الأشربة اللطيفة سكن حرارة الحمى الملتهبة، وقطع العطش وأصبح غذاءً حسناً، وإذا طبخ القرع وشرب ماؤه بشيء من العسل أزاح آلام الحنجرة، وإذا دق وعمل منه ضماد ينفع الأورام الحادة في الدماغ، وإذا عصر جرادته وخلط ماؤه بدهن الورد وقطر منها في الأذن نفعت به الأورام الحارة، وأيضاً تنفع العين.

وقد تبين من تحليل القرع أنه غني بفيتامين (أ)، وأيضاً (ب)، ويؤكل القرع المطهو يومياً لطرد السوائل من الجسم بحيث يقشر لهذا الغرض مقدار نصف كيلو من الثمرة ويقطع مكعبات صغيرة تسلق مع كميات من السكر وتهرس لتصبح عجينة رخوة، ثم يضاف قليل من القرفة وتطهى حساء مع الحليب ومن دون ملح، ويستمر في تناول هذا الحساء يومياً لمدة ستة أيام، وبعد توقف بضعة أيام عن تناوله تكرر العملية ثانياً حتى تصل إلى النتيجة المطلوبة.

يعالج القرع تضخم البروستات عند كبار السن وما ينتج عنه من اضطرابات التبول اللاإرادي، وذلك باستخدام بذور القرع، بحيث تنزع منه القشور وتدق لهرسها قليلاً، ثم يضاف إليها الماء الساخن من دون غليان بنسبة فنجان واحد لكل 20 غراماً من البذور، وبعد انتظار بضع دقائق يحلى بالسكر ويشرب ساخناً، ولمعالجة العجز الجنسي تؤخذ كمية متعادلة من بذور القرع والخيار والبطيخ الأصفر، فنقشر وتدق ناعماً، ثم تمزج بمقدار من السكر وتؤكل كل يوم بمعدل ثلاث ملاعق¹.

¹ محمد سبيعان الطنجي، اليقطين غذاء نبي الله يونس، البيان، 30 يونيو 2015 .

2. التمر

قال تعال : وهزي إليك بجذع النخلة تساقط عليك رطباً جنياً فكلي واشربي وقري عينا¹"

إن إنتاج التمور من أقدم الفعاليات الزراعية في دول الشرق الأدنى وشمال أفريقيا والتي تنتج ما يقارب 99% من الإنتاج العالمي للتمور علماً أن شجرة النخيل تتميز بصلابتها وقدرتها على مقاومة ظروف الجفاف والملوحة وتنتج أذفاكهة بحلاوتها المميزة².

أ. مكوناته

1-الماء

تحتوي ثمار التمور على جميع أنواع المياه و حسب ارتباطها فمنها المياه الحرة **free water** وكذلك المياه الأزموزية **osmotic water** والمياه المتحدة وهذه المياه تكون على هيئة نسب متغيرة حسب النضج ففي مرحلة الحبابوك تكون نسبة المياه 95% أما في مرحلة الجمري فتكون 85% وفي مرحلة البسر تكون بحدود 50% وفي الرطب تتراوح ما بين 40 و30%، وأما في مرحلة التمر فتكون نسبة المياه 25 و20%.

2-الكربوهيدرات

تتميز التمور بنسبة 65 إلى 75 من الوزن الجاف سكريات حسب نوعية التمور علماً أن سكريات التمور نوعين سكريات ثنائية وسكريات أحادية.

3-النشاء

يتواجد النشاء على شكل حبيبات ذات احجام مختلفة في صفاتها، كالسودانية، والمصرية والمغربية.

¹ سورة مريم، الآية 25 .

² محمد سبيعان الطنجي، المرجع السابق .

4- السليلوز

هي مادة في جدران خلايا الثمرة وتحيط بنواة الثمرة وتقل نسبتها مع تقدم نضوج الثمرة.

5- البكتين

يتراكم البكتين خلال فترة النمو و يبلغ اقصاه عند بداية تراكم السكر في الثمار، ويلعب البكتين دور مهم في عملية النضج وأثناء الخزن ويستفاد منه في إعطاء القوام الجيلاتيني.

6- البروتينات في التمور

يحتوي لب ثمار التمر على نسب قليلة ومحددة من البروتينات تختلف باختلاف الصنف ومراحل النضج.

7- الدهون

كمية الدهون في التمور بسيطة جدا، ومعظم الدهون تتواجد على قشرة الثمار.

8- الحوامض العضوية

التمور تحتوي على بعض الأحماض العضوية التي تحدد حموضة التمر.

9- التانينات

تتواجد المواد التانينية خلال أو أثناء مراحل نمو الثمرة وقبل نضجها وهي المسؤولة على الطعم القارض أو المشلل ويتركز وجودها تحت القشرة ويتغير هذا الطعم تدريجيا بتقدم نضج الثمار.

10- المواد الملونة "الأصباغ"

تظهر الألوان المميزة لأصناف التمور عند اكتمال النضج وتتحصر الألوان غالبا ما بين اللون الأصفر أو الأحمر أو البرتقالي.

11- الأملاح المعدنية

تعتبر التمور من المصادر الغذائية المهمة المحتوية على الأملاح المعدنية مثل الكلور، البوتاسيوم، المغنيسيوم، وتستمر هذه العناصر في الزيادة خلال موسم نمو الثمار، علما أن الأملاح المعدنية لها دور في بناء الأنسجة الصلبة والعظام والأسنان وبناء الأعضاء والعضلات ولها دور وظيفي في جسم الإنسان¹.

ب. فوائده

-مقوى عام للجسم ويعالج فقر الدم ويمنع اضطراب الأعصاب لما يحتويه من نسبة عالية من السكر والبوتاسيوم.

-زيادة إفراز الهرمونات التي تحفز إفراز اللبن للمرضعة (مثل هرمون برو لاکتین) .

- يستخدم لعلاج حالات الإمساك المزمن لتنشيطه حركة الأمعاء ومرونتها بما تحتويه من ألياف سيليلولوزية.

- الوقاية من السرطان فيعتبر التمر والرطب من أهم الأغذية التي تلعب دورا وقائيا ضد مرض السرطان وذلك لما تحتويه من فينولات ومضادات أكسدة.

-كما أنه يحتوي على مضادات السرطان والهرمونات المهمة مثل هرمون البيتوسين الذي له خاصية تنظيم الطلق عند النساء بالإضافة إلى أنه يمنع النزيف أثناء وعقب الولادة ومخفض لضغط الدم عندما تتناوله الحوامل².

-يحتوي على فيتامين [أ] الذي يطلق عليه الأطباء اسم [عامل النمو].

¹ احسن خالد العكدي، القيمة الغذائية للتمور، Iraqi-date palms2023 العراق الصفحة 1-4.

² خضرة عزري،دراسة الليبيدات والفينولات في بعض انواع التمر المحلي، كلية العلوم والتكنولوجيا وعلوم المادة قاصدي مرباح ورقله الجزائر 2013/2012 ص 19.

- يحتوي على الفيتامين [ب1] [ب2] [ب المركب] ومن شأن هذه الفيتامينات تقوية الأعصاب وتليين الأوعية الدموية وترطيب الأمعاء وحفظها من الالتهاب والضعف.

- يحفظ رطوبة العين وبريقها ويمنع الغشاوة الليلية ويجعل البصر نافذاً وثاقباً في الليل فضلاً عن النهار.

-يفيد الشيوخ الذين بدؤوا يعانون قلة السمع والشعور بطنين الآذان أو بالأصح ضعف الأعصاب السمعية.

-ويساهم التمر في الوقاية من الأمراض الناتجة عن نقص الفيتامينات¹ مثل :

1- جفاف الجلد.

2- أمراض اللثة والأسنان وعدم التئام الجروح.

3-تكرار الإصابة بالسعال ونقص فيتامين أ.

4- لين عظام الحوض عند الحامل ونقص فيتامين د².

ج. طريقة استعماله

1. منقوع التمر

يعالج التمر الاضطرابات المعوية ويساعد الأمعاء على أداء مهامها بفعالية عالية، كما يساعدها على تأسيس مستعمرة البكتريا النافعة للأمعاء، ولذلك يساعد التمر على علاج الإمساك بشكل جيد ويقلص عضلات الأمعاء وينشطها بما فيه من ألياف، ويمكن الاستفادة

¹ نهاد فتح الترك التمر غذاء ودواء شمس للنشر والتوزيع الطبعة الاولى المقطم، القاهرة 2008، ص 21.

² اروى عبد الرحمن أحمد، اعجاز التمر في الشفاء والوقاية من الميكروبات الضالة والممرضة، قسم علوم الحياة ميكروبيولوجي، كلية العلوم، جامعة صنعاء ، اليمن.

القصوى من شراب التمر لعلاج الإمساك بنقع حبات من التمر خلال الليل وتناولها في صباح اليوم التالي كشراب مسهل¹.

2.التمر يعالج الاضطرابات الجنسية

يمكن استعمال شراب التمر لعلاج القلب الضعيف، كما يمكن استعماله للضعف الجنسي، وإذا مزج التمر مع الحليب والعسل فسوف يشكل شراباً فعالاً لعلاج الاضطرابات الجنسية لدى الجنسين.

-التمر يرفع مستوى الطاقة

إن مشروب التمر المنقوع بالماء يقوّي الجسم بشكل عام ويرفع مستوى الطاقة فيه. ويمكن أن يتناوله المسنون أيضاً لتحسين قوتهم وتخليصهم من السموم المتراكمة في خلاياهم طوال سنوات عمرهم.

-التمر يعالج الاضطرابات النفسية

إن احتواء التمر على الأنواع الغزيرة للمعادن والأملاح والفيتامينات سوف يؤثر على عمل الدماغ ويسدّ ما ينقصه الجسم من عناصر غذائية، وهذا يقود إلى الاستقرار النفسي لدى الإنسان. وهذا يعني أن تناول كمية من التمر كل يوم وبانتظام سوف يؤثر على الحالة النفسية فيجعلها أكثر استقراراً.

3.دبس التمر

يُحضّر دبس التمر بغمر كمية من التمر في ماء، وغليه لمدة ثلاث ساعات تقريباً، مع مراعاة زيادة كمية الماء كلما انخفض مستوى الماء عن كمية التمر، حتى لا يجفّ الدبس ويحت رق. وتركه يغلي حتى يذوب التمر، ويبدأ بالتجانس مع بعضه البعض، ثم يصفى

¹ موقع لفوائد التمر .

الدبس بمصفاة، حيث ينفصل السائل عن مادة لزجة تستخدم في الطهي والحلويات بشكل كبير .

وتتم إعادة غلي هذا السائل حتى يصبح مركزاً، وتركه يغلي حتى يصبح كثيفاً، وبذلك نكون قد حصلنا على دبس التمر¹ .

-فوائد دبس التمر

يحتوي دبس التمر على نسبة كبيرة جداً من عنصر الحديد، وهو ما يمنع حدوث فقر الدم، ويقوي الدم بشكل ملحوظ.

يحتوي دبس التمر على سكريات سريعة الامتصاص مثل الجلوكوز، الفركتوز، والتي تقوم بإمداد الجسم بالطاقة اللازمة لممارسة نشاطاته ومهامه اليومية.

يدخل الكالسيوم والفسفور في تكوين دبس التمر، لذلك فإنه مفيد جداً لتقوية العظام، والمساهمة في وقاية الإنسان من مرض هشاشة العظام، وعلاج الكساح، وهناك الكثير من الدراسات التي تشير إلى أن إضافة الحليب أو الزبدة أو القشدة إلى جانب دبس التمر، تزيد من قيمته الغذائية بشكل كبير جداً.

يحتوي دبس التمر على نسبة كبيرة جداً من الألياف، وذلك يساعد في تيسير مراحل الحمل والولادة والتخلص من حالات الإمساك.

يساهم دبس التمر في إذابة الكثير من دهون الجسم الضارة، لذلك فإنها تقي الإنسان من تصلبات الشرايين، والنوبات القلبية، والأمراض الخطيرة الأخرى الناتجة عن ارتفاع نسبة الدهون الضارة في الدم².

¹ موقع لفوائد التمر .

² أروى عبد الرحمن أحمد، المرجع السابق .

الفصل الثالث :

التطبيب وثقافة المجتمع

أولاً : المعتقدات الدينية

العلاج الديني كما يعرفه الباحثون هو أحد الوسائل العلاجية للوقاية، أو الاستشفاء أو الحماية من مرض ما أصيب به الشخص إلى استخدام المعتقدات الدينية الغيبية في علاج الأمراض النفسية والجسمية، أي أنه العلاج الذي يتكأ على الدين هادفاً إلى توظيف الدين في علاج العديد من الاضطرابات النفسية و العضوية بكافة صورها و اشكالها التي يعاني منها الفرد حتى تصل بالفرد إلى السعادة والاطمئنان ويكون في الإسلام بالاعتماد في المحل الأول على العلاج بالقرآن.

ولعل الارتياح النفسي في وجود صلة بين الدين والعلاج ينبع من ثقافة المجتمع فيما ينظر أعضاؤه إلى حماية الدين وقوته في صد الغيب عن الأفراد.

ويرى قوستر أن العلاجات الدينية والسحرية تسود في أكثر المجتمعات التي تؤمن بالأمراض فوق الطبيعة التي تسببها العوامل الخارقة للطبيعة كالسحر، الأرواح، العين...، وهذا ما يلزم اللجوء سواء لطرق العلاج الروحية والدينية أو الغيبية.

إن أغلب الباحثين ينظرون الى المعتقدات الدينية أنها مجرد أعراض مرضية نفسية من الفكر التسلطي والفعل القسري، فيما يذهب كل من "أدلر" و "يونغ" إلى أن المعتقدات الدينية مكونات اساسية في توازن الحياة النفسية، وفي رأي يونغ أن الكثير من مظاهر القلق وعدم الاستقرار والإيذاء التي يتصف بها أبناء القرن العشرين و"أبناء اليوم" إنها تتجم عن واقع أن طاقتهم لم تعد تسري في رموز دينية وأن عدد كبير من المثقفين زاد عدم اكثراتهم بمسائل الدين.

وإذا كانت الأمراض في الإسلام أخذت العديد من التصنيفات منها ما ارتبط بالروح ومنها ما تعلق بالجسد وغيرها¹.

كذلك العلاجات قد أخذت أشكالاً مختلفة تماشياً وطبيعة المرض ويمكن تصنيفها إلى مجموعتين أساسيتين :

1-العلاجات الروحية كالعلاج بالصلاة

2-العلاجات الطبيعية كالعلاج بالأعشاب والمواد الطبيعية كالعسل.

والكثير من المترددين على هؤلاء المعالجين رغم اختلاف درجاتهم ومستوياتهم العلمية يعتقدون أنه بدون العودة إلى الدين فإن المريض لا يجد الشفاء، فالناس يحتفظون بداخلهم بأفكار معقدة حول أسباب المرض وطرق العلاج، وهنا يظهر تأثير عناصر المعتقدات المترسبة داخلهم.

ومهما كانت النتائج العلاجية فإن هذه الممارسات ستقوي لديهم الشعور الديني و ترفع من درجة إيمانهم فيشعر المريض بعدها بالراحة والاسترخاء، وهذا ما وصفه كلود ليفي ستروس بـ "الفاعلية الرمزية".

كما أن اللجوء إلى بعض أشكال العلاجات النبوية حسبهم هو في حد ذاته إحياء للسنة النبوية طلباً للأجر والمحافظة على الدين لقوله صلى الله عليه وسلم : **«تلك سنتي فمن رغب عن سنتي فليس مني»**.²

¹ الطبيب العماري الدين وعلاقته بالصحة والمرض مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد 25 ، مارس 2018، جامعة الشهيد حمة لخضر، الوادي، الجزائر، ص ص 80 81.

² حديث نبوي .

ثانيا : المحيط الاجتماعي

أوضحت الكثير من الدراسات كيفية تأثير السياق الاجتماعي على استجابات الناس حيال المرض وأسلوب العلاج باختلاف المجتمعات والثقافات وتأثير الثقافة على استجابات الناس للآلام والعلل ومن بينها دراسة "ستثمان" ودراسة "زيروفسكي"، كما بين إيرل كوس "تأثير الثقافة على المعرفة الفعلية للصحة والمرض وأهمية العلاج، وعلى مدى الاعتماد على الخدمة الصحية في طبقة اجتماعية معينة دون أخرى.

كما أكدت دراسات لاحقة وجود تباين ثقافي في التعبير عن الألم وكذا التوجه للعلاج المناسب للمرضى، ولعل هذا التنوع ضمنى اساسا في ضوء التنشئة الاجتماعية، خاصة أن الاختلاف في سلوك المرضى اتجاه المرض أو العلاج، تعكس مجرد أساليب مختلفة مكتسبة ثقافيا للتوافق مع الثقافة السائدة والسياق الاجتماعي العام، وفي الكثير من الأحيان ما تتعارض مع التفسيرات الطبية الحديثة، وبالتالي تتناقض مع وسائل العلاج الطبي الحديث.

فالثقافة والتنظيم الاجتماعي والقرابة والصدقة والاتجاهات الطبية، والظروف الاقتصادية، كلها عوامل مؤثرة في عملية التوجه نحو طلب الرعاية الطبية والعلاج، وقد أوضح "فردسون" أن سلوك المريض يختلف باختلاف المحاولات التي يبذلها للتعامل مع الحالة المرضية التي يشعر بها، فقد يلجأ المريض في البداية إلى بعض أنواع العلاج، كما قد يناقش الاضطرابات التي يعاني منها مع بعض الأشخاص المحيطين بحثا عن تفسيرات مختلفة لما يشعر به، كما قد يسأل الآخرين النصح حول ضرورة اللجوء إلى الطبيب، ولهذا الأشخاص عادة ما يمرون بتجارب غير رسمية عديدة، قبل الاتجاه إلى الاستفادة من الخدمة الطبية المتخصصة، وهذه الاستشارات تجعل من الناس تلجأ إلى الطب الشعبي، أو أي نمط آخر من الطب التقليدي أو الطب الديني.

فالدراسات الأنثروبولوجيا الطبية تدل على أن اختلاف الثقافات يؤدي إلى اختلاف في التعبير عن الألم وفي تفسير الأمراض وطرق التجارب معها ولعل هذا التباين راجع إلى أسلوب التنشئة الاجتماعية والثقافية، مما ينعكس على سلوك المرضى اتجاه الأساليب العلاجية.

فالمرضى تتحكم فيه مجموعة من العوامل الاجتماعية والثقافية التي تتحكم في تحديد العلاج المناسب للمرضى وتمثل هذه العوامل في تأثير القيم والمعتقدات الدينية، وكذا الثقافية التقليدية والشعبية وتأثير الجوانب الاجتماعية، الاقتصادية، النفسية...¹

ثالثا الطب : الشعبي الطبيعي

يطلعنا د. حمد احلاج أن "الطب عند العرب كان بسيطا وبدائيا ويستند أكثره على المتعارف عليه في استعمال التعاويذ والتمايم وتناول المواد الخام القريبة من الأيدي كالأعشاب الصحراوية و أبوال الإل" إذ أنهم توصلوا إلى المعلومات الطبية بالمشاهدة والتجربة فعرفوا بعض الأمراض مقارنة بمواشيهم أو صحاريهم من تغيرات مألوفة كمرض الجدري والحصبة والطاعون وغير ذلك".

وفي هذا المنحى الأنثروبولوجي يفيدنا د.إبراهيم عن المجتمع الجزائري من جوانب اثنوغرافية فيقول : أن دراسة إنسان مشتي العربي إنسان ما قبل التاريخ بالجزائر، وهو كذلك اسم موقع بني سطيف وقسنطينة وكذلك دراسة حفريات بمنطقة بتافورالت (المغرب الأقصى) و(وكلومناطة) تيارت.

تثبت أن الإنسان الجزائري استغل موارد الطبيعة كالعنبيات الربية والجذور ونباتات مغذية لحماية نفسه، إلا أن ذلك الغذاء الطبيعي لم يمنع عنه الامراض لأن دراسة التشوهات للهياكل العظمية التي وجدها المنقبون والباحثون مسحت بتحديد أمراض أصيب بها الإنسان البدائي

¹ فيروز صولة، تأثير العوامل الاجتماعية والثقافية في تفسير المرض وتحديد انماط العلاج لدى المرضى، مجلة علوم الانسان والمجتمع العدد 08،8 ديسمبر 2001 جامعة تبسة لجزائر، ص 144 .

بالجزائر مثل مرض المفاصل والتسوس للأسنان، والكساح وسل العظام، كما أنه لوحظ ندرة انكسار العظام وكثرة تشقق الفقرات ما دل على حياة الهدوء والاستقرار، إن ذلك الوصف الحفري والجسدي والمعاشي للحياة الصحية مل يخلو من وجود معتقدات للإنسان الجزائري قبل التاريخ، إذ أن الصحة والمرض تعلقت بهم مضامين وممارسات طبية معربة عن مراحل نمو الفرد الجزائري ببيئته¹.

¹ ابراهيمي تمهيد حول ما قبل التاريخ في الجزائر ترجمة محمد البشير شنياتي رشيد بوربوينة وزارة الثقافة، الجزائر 2007.

الفصل الرابع : إجراءات

الدراسة الميدانية

1.مجالات الدراسة

1-المجال المكاني

تمت هاته الدراسة بمنطقة بسكرة الواقعة شرقي جنوب الجزائر، وتعد نقطة عبور وهمزة وصل بين الشرق والغرب، الشمال والجنوب مما جعلها مهد حضارات ومشعلا لثقافات ومعارف منيرة ، أكسبتها عراقة وأصاله.

يحد ولاية بسكرة : من الشمال ولاية باتنة.

من الشمال الغربي ولاية المسيلة.

من الشمال الشرقي ولاية خنشلة.

من الجنوب الغربي ولاية أولاد جلال.

من الجنوب ولاية الوادي.

المنطقة الجبلية

تكتنز هذه المنطقة منجما هاما من الملح كما يتواجد بها سد منبع الغزلان بالإضافة الى تنوع الصناعات والحرف التقليدية، وبحكم وقوعها بسفوح الاوراس، اهلنت ارجاءها لان تعرف تربية النحل والفلاحة الجبلية تضم هذه المنطقة كل من دائرة القنطرة، مشونش، الوطاية، جمورة .

منطقة الزاب الغربي

تغلب على هذه المنطقة زراعة النخيل المنتج لأجود انواع التمور، اشهرها دقلة نور تعد اغلب اراضي الزاب الغربي سهولا وهضابا خصبة غنية بالأراضي الفلاحية الصالحة للزراعة، تغطي هذه المنطقة كل من طولقة اورلال وبسكرة.

منطقة الزاب الشرقي

هي منطقة سهبية تسودها زراعة مكثفة للخضراوات ومحاصيل ذات فائدة صناعية كالحنة، الملوخية التوابل كما يتواجد بالزاب الشرقي سد فم الغرزة بإمكانية تخزينية بـ 43 مليون م³ تسقى منه واحات نخيل سيدي عقبة¹.

2-المجال البشري

ويتمثل في مجتمع البحث حيث تم اختيار عينة قصدية تخدم موضوع الدراسة، حيث كانت العينة أفراد تنتمي للمجتمع البشري يمثلون مجتمع البحث وكذا موضوع الدراسة.

✓ عينة الدراسة

هي مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة يتم اختيارها بطريقة مناسبة، وإجراء الدراسة عليها ومن ثم استخدام تلك النتائج وتعميمها على كامل مجتمع الدراسة.¹

منه فإن العينة القصدية تتكون من المجتمع الأصلي إمرأتين كبيرتين تمتهن هذا الأسلوب العلاجي بحكم الخبرة و التجربة و الفعالية في الشفاء من المرض وقد إختارنا 3 معالجين لهم صلة بالعلاج بالأعشاب وخاصة زيت الزيتون والتمر و 2 نساء كبار في السن تمتهن التداوي بالأعشاب و 4 مرضى من اللذين يتعالجون بهاته الأساليب عند ممارسي هذا الطب .

3-المجال الزمني

ويقصد به المجال الزمني لفترة الدراسة التي أنجزت في شقها الميداني:

***الفترة الأولى** : من 10 ديسمبر إلى غاية 24 جانفي 2024 فترة كانت هدفها تحديد العينة التي نستطيع من خلالها جمع المعلومات التي تخدم الدراسة.

¹ مديرية السياحة والصناعة التقليدية بسكرة، بسكرة حاضرة الحواضر، <https://biskra-mta.gov.dz>.

*الفترة الثانية : كانت من 3 مارس 28 أبريل 2024 تم من خلالها التقرب إلى بعض من العينة التي تم تحديدها سالفًا.

*الفترة الثالثة : من 1 إلى 20 ماي 2024 الإمام بكل المخبرين اللذين تم تحديدهم.

2. منهج الدراسة

المنهج الإثنوغرافي فهو المنهج الذي يخدم موضوع الدراسة حيث أنه يقوم بدراسة الظروف أو الظواهر أو المواقف أو العلاقات كما هي موجودة في الواقع دون أي تدخل من الباحث ثم يقوم بعمل الوصف الدقيق والتحليل الشامل والتأويل للبيانات الوصفية ومراحل التنبؤ بها¹.

3. أدوات جمع البيانات

1.أداه الملاحظة

فهي الملاحظة العلمية التي تشير إلى الاكتشاف أو الاستنتاج المستند إلى مشاهدة الظواهر وتفاصيل الظواهر الطبيعية أو الاجتماعية.

وبما أن الموضوع له جوانب عديدة من استعمال الأطعمة والأشربة والعلاج بها وتحضيرها فالملاحظة تم الاعتماد عليها لتحصيل و جمع كم معلومات وافي حول العلاج و طرق تحضير الدواء والممارسات والطقوس خلال التداوي والشفاء التام من العلل التي تم اختيار هذا الجانب من العلاج من قبل المرضى .

فالملاحظة المباشرة للغوص العميق في هذا المجتمع كانت الخيار لمعرفة الأحداث وكذا اللحظات أثناء التداوي وكذا الاطلاع على الممارسات الشعبية فيها، فالملاحظة المباشرة تساعدنا على مراقبة التصرفات التي تصدر إما من المعالجين أو المرضى وكذا معرفة طريقة

¹ شين سعيدة، التصورات الاجتماعية للطب الشعبي في منطقة الزيبان، جامعة محمد خيضر بسكرة، 2014-2015، ص

تحضير هاته العلاجات والأدوات المستعملة والأجواء التي تصاحب التحضير والعلاج وما يصاحبها من خطابات واللغة المستخدمة والتي كانت تتجلى في أهم النقاط كالتالي:

-يتم إعداد الدواء للمريض وحسب حالته المرضية التي تتطلب كل مرة طريقة تحضير و كذا طريقة لتناول الدواء.

-هناك وقت متباين لأخذ الدواء للمريض حسب كل حالة من جهة وتحضير الدواء من قبل المعالج من جهة أخرى.

-يعطي المعالج للمريض التفسير المناسب وحسب حالته المرضية.

-للمريض تفسيره الخاص للحالة التي يمر بها حسب ثقافته.

-يبحث المعالج المريض على مجموعة من السلوكيات العلاجية والوقائية.

-يجد أغلب المرضى ضالتهم في التداوي بهاته الأطعمة والأشربة لأنها تتماشى وثقافتهم المحلية.

-المعالج دائما ما يعطي المريض الفرصة في التعبير عن المشاكل التي يعاني منها سواء جسدية أو نفسية.

-دائما ما يركز المعالج على إقناع المريض وحثه على الالتزام بنظام غذائي طبيعي صحي.

-تختلف تحضيرات العلاج بالأعشاب والأطعمة والأشربة المذكورة وطرق إعدادها حسب كل حالة.

-يبحث المعالج عند قدوم المريض في جميع النواحي كالاقتصادية والثقافية وكذا الاقتصادية ليكون بذلك نظرة شاملة عن حياته.

-اقتناع معظم المرضى بأن الطب الشعبي لا يحمل أي أضرار جانبية قد تضر صحته.

-الطب الشعبي والمعالج الذي ينتهج هذا الأسلوب في العلاج يهتمان بالبناء الاجتماعي والثقافي للمريض .

-عادة ما تكون لغة المعالجين ساخطة على عدم اكتراث المرضى لأسلوبهم الغذائي بالرغم من المشاكل التي يعانون منها.

2.أداة المقابلة

يرى "بنغهام ومور" بأنّ المقابلة هي حوارٌ متّزن، لا بل عملية تواصل تسعى نحو هدفٍ محدد، وتعتبر المقابلة من الطرق و التقنيات الرئيسية لجمع المعلومات في البحث النوعي. فعن طريق المقابلة يستطيع الباحث الأنتربولوجي أن يتعرف إلى أفكار ومشاعر ووجهات نظر الآخرين، كما تمكّنه من إعادة بناء الأحداث الإجتماعية التي لم تلاحظ مباشرة.

يستلزم إجراء المقابلة في البحث الأنتربولوجي تنبّه الباحث الى ثلاث نقاط أساسية ألا وهي:

-ملائمة أحاديث المتكلم (أي من تجري معه المقابلة) لموضوع البحث.

-توفير جو من الثقة بين الباحث و"المبحوث".

-الإهتمام بنوعية التفاعل ضمن المقابلة.

بناءً عليه فإجراء المقابلة سمات منهجية لا بدّ من توفّرها، ومن ذلك ضرورة التحفيز المستمر لمن تجري المقابلة معه وذلك بهدف الحصول على أكبر قدر من المعلومات، كما يُفترض بالباحث أن يغيّر أسلوب مقابله حسب تغيّر شخصية من يقابله، بمعنى آخر فإنّ عليه دائماً أن يخلق جوّاً طبيعياً يشجّع على الثقة والصراحة ويخفف من حدّة المسافة النفسية - الإقتصادية - الإجتماعية بين الباحث و"المبحوث"، أي أنّ العلاقة بين الإثنين يفترض ألاّ توسم بأي شكل من أشكال السلطة أو التراتبية الإجتماعية أو الطبقية، فذلك قد يؤدي إما الى

الإمتناع عن تقديم المعلومات أو تقديمها مشوهة (أحيانًا كثيرة متطابقة مع آراء الباحث ووجهة نظره)¹.

ومنه فإن هاته الدراسة قد تم اعتماد فيها على المقابلة الموجهة من خلال طرح أسئلة على العينة المدروسة حول طرق وأساليب العلاج بالزيت الزيتون والتمر واليقطين وحليب الناقة وما يتأتى معها من ممارسات بين المعالج والمريض حيث أننا قد استعنا بمقابلات موجهة احتوت على 15 سؤال موجه لكل من المعالجين المختصين الذين يملكون مركز للعلاج او نساء من أسر عادية تمارسن العلاج بهاته الأطعمة والأشربة.

أما المرضى فقد احتوت الاستمارة على 6 من الأسئلة التي قد تم التركيز من خلالها على البداية العلاجية وأهم الأسباب التي دفعتهم للعلاج بهذا نوع من التطبيب... إلخ .

3. الإخباريون

هم الأشخاص الذين يكونون في العادة من السكان الأصليين للمجتمع نفسه، ويقومون بدور أساس يتمثل في تقديم المجتمع للباحث، وتعريفه بمختلف ظواهره، ومن بين المواد التي يفيد فيها الباحث الأنثروبولوجي، والتي يحصل عليها بعض الأخباريين، تلك المادة المسجلة سواء فوتوغرافية، أو أشرطة تسجيل مسجل عليها مواد ثقافية عديدة، أو أفلاما لبعض الأنشطة الاجتماعية والاقتصادية والثقافية، يمكن أن تفيد الباحث فائدة محققة في إجراء بحثه والإلمام بعناصر البناء الاجتماعي لمجتمع بحثه.

فالإخباريون في هاته الدراسة قد كان لهم جانب في إثراء هاته الدراسة من خلال إعطاء تجاربهم في هذا المجال في العلاج بأطعمة وأشربة القران الكريم وتحديد المجتمع الذي يخدم الدراسة من جانب المعالجين وكذا المرضى والتوضيح كذلك الفئة التي تعالج أمراضها في هذا

¹ سوسان جرجس، المقابلة، تقنية في البحث الانثروبولوجي، رنتروبوس، 2022، لبنان .

النوع من الطب و دوافعهم في ذلك فمن خلال الإخباريون عامة استطعت تحديد مجتمع الدراسة بدقة.

4.التسجيلات الصوتية

أثناء جمع المعلومات والملاحظة و إجراء المقابلات كانت التسجيلات الصوتية تتم عبر الهاتف النقال فأتى إجراء المقابلات أضع رؤوس أقلام للمعلومات التي يتم التزود بها من المعالجين وكذا المرضى والإخباريون وبعد ذلك عند التحليل أعود للتسجيلات الصوتية لأتدارك بعض النقائص التي ربما أغفل عنها أثناء التدوين الكتابي وعند الاستماع المتكرر لما تم تسجيله أجد بعض المعلومات التي تفيد موضوع الدراسة ولا بد ذكرها في التحليل.

4.صعوبات الدراسة

كانت الصعوبات راجعة إلى تكتم بعض المعالجين على طرق تحضير الدواء و عدم إعطاء كافة المعلومات حول العلاج على الرغم من المحاولة المستمرة ،كذلك عدم السماح لإلتقاط بعض الصور من قبل المعالجات خاصة في إلتقاط الصور لأسباب راجعة إلى خلفيتهم في المجتمع .

5. تحليل المقابلات

1-المعالجون

✓ المقابلة 1

إمرأة تبلغ من العمر 45 سنة ومتزوجة وتملك أطفال لديها شهادة في البكالوريا تملك قاعة علاجات بالحجامة والتدليك وتعالج الخلعة.

1) إستعمالات الأطعمة والأشربة في العلاج

-أستعملها لأن الرسول صلى الله عليه وسلم أوصى بهكذا أطعمة وأشربة واستخدامها في العلاج.

2) شعور المعالج وهو يعالج المرضى بتلك المواد

-أعرف أنهم في المسار الصحيح، ويجب عليهم المداومة.

3) الأوقات التي يتبعها المعالج أثناء تحضير العلاج

- كل الأيام و خاصة في الأيام البيض و العشر الأواخر من رمضان و ذي الحجة.

4) الخطوات الأساسية التي يعتمدها المعالج كل مرة في تحضير العلاج

-المستخلصات العشبية، فبداية أنا أركز في العلاج على زيت الزيتون والعسل والحبة السوداء، فالتدليك يكون بإستعمال زيت زيتون، أما الحبة السوداء دائما انصح المرضى بتناولها لأنها طبيعية، فالبذور بها زيوت طبيعية تلبى حاجيات الإنسان، فالإنسان من تراب ومصدر دواء الإنسان هي من تراب، ولكن يجب على الإنسان معرفة داءه لكي يجد العلاج المناسب لحالته، فنحن المعالجين نريد من المرضى ان يُخلق لديهم الوعي الوقائي والعلاجي.

5) استعمال العلاج بعد تحضيره

-دائما ما أستعمل الزيت الزيتون رقيقة مواد أخرى للتدليك وأحيانا أخرى لشربه.

6) الأشياء والطرق التي يعتمدها المعالج أثناء تطبيق العلاج على المريض

-الحالة النفسية، يستحيل أن أطبق علاج على المريض بدون أن أشعر براحته معي،.. لا أستطيع، يجب أن لي ثقة بيني وبين المريض وثاني شئ هي المواد الطبيعية يجب أن يكونوا خالين من المواد المصنعة، فأنا أملك دواء من صناعي أستعمله للعلاج فأنا أعتبره براءة إختراع، فالمرض قد انتشر بسبب العدوى، فالحمد لله لقد عالجت الكثير الأشخاص خاصة في

فترة الكوفيد، بزيت الزيتون والتمر والحبة السوداء والعسل..، وكذلك لا أفرق بين المرضى وأعالجهم كل سواء، فالزيت الزيتون البكر هو دواء جد قيم ومفيد ولكن سعره مرتفع جدا "تخافو من الضمان فمعظم الباعة مبييعوش الزيت البكر تع الصح" فأنا لا أجده كثيرا وعندما أجده فالسعر غالي، فالصحراء أصبحت كذلك تملك أراضٍ ومزارع شاسعة من أشجار الزيتون ذات القيمة المميزة، فلقد اشتريت من منطقة "زريبة الوادي" بسعر نوعا ما جيد، فالشئ الذي ترك الزيت الزيتون البكر سعره مرتفع هو الغش، فالمرضى عندما يأتي وأعطيه وأعالج مرضه بزيت مغشوش فهذه كارثة ولا يعطيني نتيجة الشفاء كما أريد، فأنا أريد أن يأتي المريض ليتعالج عندي أن يخرج "مرتاح"، فالكثير من زيت الزيتون الآن في السوق مغشوش و ذلك راجع لانعدام الرقابة، فيجب أن نعود إلى الإنسان فهو أصل المشكلة، فالنظام الغذائي الذي لدينا هو السبب في التدهور الصحي.

7) الأماكن التي يتم منها جلب المواد المستعملة في تحضيرات العلاج

-الأماكن متعددة فأنا أتبع الجودة والسعر كذلك، فمثلا زيت الزيتون أحضره من زريبة الواد، فالقليل من التجار اللذين يبيعونه من دون الغش فيه.

8) طريقة اكتساب المعالج معرفة التداوي بأطعمة وأشربة القرآن

-المطالعة والبحث المستمران في هذا المجال، والمعلومة العلاجية غالبا أحضرها من القرآن والسنة وكذا الطب القديم، فنحن نملك طب قديم جدا، "وين راح ؟".

9) أبرز الوسائل في نظر المعالجين التي ساهمت في انتشار هذا الطب

-هناك نتيجة رائعة للمرضى الذين اتجهوا للعلاج بهذا الطب، فالإعلام مغيب من هذه الناحية ولا يشجع كثيرا، فكل الأمراض الآن المنتشرة تقريبا وجدو المصابين بها العلاج بهاته الأساليب.

10) أكثر الأمراض التي تعالج بهاته الأطعمة والأشربة

- كل الأمراض هامة تتعالج بالأطعمة و الأشربة المحددة، فهي علاجات قديمة و دينية في آن واحد .

(11) أسباب توجه الناس إلى هذا النوع من العلاج

-نقص الدخل الفردي وكذا تعدد الأمراض في الشخص الواحد فيختار العلاج بهكذا أساليب يمكن القول بأنها طبيعية.

(12) نظرة المجتمع لهذا النوع من التداوي

-الناس تمشي بخطى متناقلة لهذا الطب، فهذا الطب يملك مستقبل عريض وزاهر، من سنة 2019، تم الرجوع إلى المواد الطبيعية.. فهم وجدو من استعمال الأساليب الطبيعية في العلاج أغلبيتهم لم يفقدوا حياتهم بسبب الإصابة ب"فيروس كوفيد 19".

(13) التكوين المعرفي تحضير هاته الأطعمة والأشربة في العلاج

أكبر كارثة أن يتم علاج المريض بدون قاعدة صحيحة، يجب البحث المعني والإخلاص في هذا العمل لكي نساعد هذه الأمة ننقذها، فالإنسان وصل فقط في هذا الكون إلى اكتشافات وحقائق بنسبة 2%، فعليه إذن التقصي والبحث الجاد.

(14) حالة المرضى عند تقديم وتطبيق العلاج

كاين حالات "رتاحت" حمدلله، فمثلا التمر والماء وخططهما وتناولهما على الريق لهما فائدة عظيمة.

(15) المدة المستغرقة في العلاج

في بعض الأحيان تصل مدة العلاج ما يقارب العام ونصف و ذلك يعود إلى المتابعة المستمرة للحالة المرضية للمرضى.

✓ المقابلة 2

تم إجراء هاته المقابلة مع رجل يبلغ من العمر 59 سنة ممرض متقاعد يملك خبرة 35 سنة في مجال الصحة، متزوج ويملك قاعة متعددة علاجات.

1) استعمالات الأطعمة والأشربة في العلاج

لقد أضفت زيت الزيتون في هاته القاعة المتعددة العلاجات وذلك لأنني عندما أستعمله في التدليك فإن درجة امتصاص الجلد له أكثر بكثير من المراهم الطبية، فزيت الزيتون يستطيع أن يصل إلى العظم بعد التدليك به.

2) شعور المعالج وهو يعالج المرضى بتلك المواد

-دائما ما أعالج بهذا التدليك باستعمال زيت الزيتون أشعر بالرضا لأن المواد الطبيعية لن تزيد سوء من حالة المرضى.

3) الأوقات التي يتبعها المعالج أثناء تحضير العلاج

كل الأوقات أستطيع فيها استعمال زيت الزيتون لمعالجة المرضى، وأحيانا يتم الاتصال بي عبر الهاتف لكي ألتحق بالعيادة و أعالج المرضى بالعلاجات المتعددة لهذه القاعة منها التدليك بزيت الزيتون والحجامة.

4) الخطوات الأساسية التي يعتمدها المعالج كل مرة في تحضير العلاج

يتم أحيانا خلطه بالكيماوي أو خلطه بالمواد الطبيعية لأنه ذا منفعة أكثر من مواد الكيماوية.

5) استعمال العلاج بعد تحضيره

مثلا عندما يأتي مريض يعاني من كسر في رجله و قد وضع الجبيرة و بعد نزعها و التأهيل الذي يصاحب العلاج، فعندما أعالج ساقه بمراهم طبيعية ربما ستكون نسبة الفعالية

50% فقط، ولكن في الجهة المقابلة وبطريقة أخرى عندما أقوم بدهن زيت الزيتون سيكون هناك عدم تخوف من اعراض جانبية قد تضر به.

6) الأشياء والطرق التي يعتمدها المعالج أثناء تطبيق العلاج على المريض

ليس هنالك طرق محددة فدائماً أحاول توفير الجو الملائم والمريح للمريض وبذل جهدي في سبيل تخلصه من الآلام.

7) الأماكن التي يتم منها جلب المواد المستعملة في تحضيرات العلاج

عادي، أشتري من أماكن متعددة، فمثلاً هاته القارورة من زيت الزيتون لقد أجريت عليها التحاليل المخبرية تستطيعين القول أنني متأكد منها بنسبة 80% بأنها طبيعية.

8) طريقة اكتساب المعالج معرفة التداوي بأطعمة وأشربة القرآن

بما أنني أعمل بقطاع الصحة أكثر فإنني على دراية بالكثير عن ما يفيد صحة الإنسان و تقديم العلاج للمرضى.

9) أبرز الوسائل في نظر المعالجين التي ساهمت في انتشار هذا الطب

فعالية المواد الطبيعية في حالات مرضية وانتشار نتائجها بين الناس جعلت المجتمع على دراية على هذا النوع من العلاج و الميل إليه في التداوي.

10) أكثر الأمراض التي تعالج بهاته الأطعمة والأشربة

- ما بعد التأهيل للكسور، كذلك وجع المفاصل، الاستعداد للحجامة حيث يدهن به المنطقة المراد تحجيمها جيداً.

11) أسباب توجه الناس إلى هذا النوع من العلاج

- عندما يكون المعالج من أهل الاختصاص يكون الاختيار الأول للمرضى في كل حالة مرضية تصيبهم، فأحياناً الحجامة بزيت الزيتون تجعل مريض السكري يشعر بتحسن.

12) نظرة المجتمع لهذا النوع من التداوي

-إن الناس دائما ما ينتظرون الشفاء بعد تلقي العلاج من خلال جلسات بأطعمة وأشربة مذكورة في القرآن تيمنا بأن ما ذكر في القرآن له فائدة عظيمة.

13) التكوين المعرفي و تحضير هاته الأطعمة و الأشربة في العلاج

-قبل أن أقوم بفتح هاته العيادة كنت قد عملت تطوعا في مساعدة المرضى حيث أنهم كانوا يطلبون مساعدتي والتنقل معهم إلى مكان علاجهم وكنت أساعدهم من خلال خبرتي أيضا، فالتكوين المعرفي ضروري في استخدام العديد من المواد، أما بخصوص عملي هذا بعد التقاعد..، إلتقيت ببروفيسور في مصطفى باشا وقد نصحني في 2019 أن أدخل هذا الجانب من التطبيق في عملي واستعمل زيت الزيتون لأنه سريع الفعالية، فالزيت الزيتون له خصوصيات خارقة للعادة.

14) حالة المرضى عند تقديم وتطبيق العلاج

-هناك أريحية، خاصة أن زيت الزيتون مذكور في القرآن تجعل من نفسيتهم جد مرتاحة.

15) المدة المستغرقة في العلاج

-قد تطول وذلك راجع للجلسات المتكررة من التدليك بزيت الزيتون وذلك للوصول إلى العظم المصاب والشفاء بإذن الله.

✓ المقابلة 3

أجريت هاته المقابلة مع امرأة عجوز تبلغ من العمر حوالي 70 سنة، تعيش برفقة ولدها وزوجته في مدينة بسكرة.

1) استعمالات الأطعمة والأشربة في العلاج

-لأنني أجيد استعمالها في تحضير العلاج هناك الكثير من الحالات التي تحسنت من خلال استعمال هاته الأطعمة والأشربة كزيت الزيتون واستعمالات التمر المختلفة.

2) شعور المعالج وهو يعالج المرضى بتلك المواد

-أنتظر بفارغ الصبر شفاءهم التام وعودتهم لي في المرة القادمة بحالة أحسن .

3) الأوقات التي يتبعها المعالج أثناء تحضير العلاج

ليس هنالك وقت، ربما في بعض الحالات من يتحكم في تحضير العلاج هو توفر المادة بكميات كبيرة في أوقات توفرها فذلك يسمح بتوفير الدواء والعلاج به.

4) الخطوات الأساسية التي يعتمدها المعالج كل مرة في تحضير العلاج

تختلف تحضيرات العلاج وحسب الحالة المرضية التي تأتي وهنا سأعطيك بعض العلاجات، فمثلا عند وضع حبات التمر في زيت الزيتون و الحبة السوداء تعالج العديد من الأمراض، وهذا ما يجعلني أحضرها دوما، كذلك خلط زيت الزيتون مع أعشاب ك الشيح و الزعتر.

5) استعمال العلاج بعد تحضيره

-يتم استعمال العلاج بطرق متعددة، كالشرب على الريق صباحا ملعقتين من زيت الزيتون أو التدليك به لبعض مشاكل الجلد وكذا الرضوض والكسور، كذلك في الصدفية يتم مزج زيت الزيتون مع العسل وشمعه ومع الاستعمال المستمر يلاحظ المريض التحسن ثم الشفاء بإذن الله.

6) الأشياء والطرق التي يعتمدها المعالج أثناء تطبيق العلاج على المريض

-أن تكون المواد المستعملة نظيفة وطبيعية والمواد متجانسة ولا تشكل خطرا على المريض.

7) الأماكن التي يتم منها جلب المواد المستعملة في تحضيرات العلاج

هناك العديد من معارفي اللذين يزودونني بهاته المواد الطبيعية ف أنا أخاف الغش فهاته المواد فعالية العلاج تكمن في طبيعتها الخالصة.

8) طريقة اكتساب المعالج معرفة التداوي بأطعمة وأشربة القرآن

-لقد ورثتها على أُمي لأنها في القديم و في صغري كانت تعالج بهكذا أساليب وكنت أجلس وأراقبها ومع مرور الوقت اكتسبت خبرة في علاج حالات مرضية تأتي طلبا لمواد تساعدها وخططات في الشفاء.

9) أبرز الوسائل في نظر المعالجين التي ساهمت في انتشار هذا الطب

-المحيط الإجتماعي، حيث أنني هنا في هذه المنطقة عالجت الكثير وتحسنت صحتهم،"وذن تكب في وذن" واصبحت معروفة، فتجارب الأشخاص بهذا التطبيب الناجحة جعلت هناك ميول من قبل الناس.

10) أكثر الأمراض التي تتعالج بهاته الأطعمة والأشربة

-كما ذكرت سالفاً، الصدفية والخلة ونقص الشهية والإرهاق والتدليك لمن يعاني الآلام وكل حالة ودواءها المختلف.

11) أسباب توجه الناس إلى هذا النوع من العلاج

-أغلب الأسباب تكمن في سعره، فالأسلوب العلاجي هذا متناول الجميع اما السبب الثاني فالكثير من عالجوا بهاته الأساليب قد تخلصوا من الأمراض التي كانوا يعانون منها.

12) نظرة المجتمع لهذا النوع من التداوي

-هنا في المنطقة التي اعيش فيها دائماً ما يميلون لهذا التطبيب فهم قبل كل شي مرتاحون لكون هاته المواد المستعملة في تحضيرات العلاج اغلبها مذكورة في القرآن.

13) التكوين المعرفي وتحضير هاته الأطعمة والأشربة

-بصراحة أنا أمارس هاته المهنة بخلفية وراثية عن أمي ولكن يجب أن يكون المعالج نفسه في هذا المجال.

14) حالة المرضى عند تقديم وتطبيق العلاج

-إن المرضى عند قدومهم يأتون بنفسية مرتاحة ينتظرون الشفاء وذلك راجع للمعتقد الديني.

15) المدة المستغرقة في العلاج

تطول المدة أحيانا وذلك لأن المواد الطبيعية فعاليتها تكمن في تكرار والإستمرار في تلقي العلاج.

✓ المقابلة 4

أجريت هاته المقابلة مع ربة منزل تملك وصفات طبية بـ "اليقطين" تبلغ من العمر 45 سنة لم تدرس من قبل، تقطن بمدينة بسكرة.

1) استعمال الأطعمة والأشربة في العلاج

أستعمل اليقطين في وصفات طبية لأنها ذات فائدة وأثبت نجاعتها.

2) شعور المعالج وهو يعالج المرضى بتلك المواد

-أتمنى لهم الشفاء .

3) الأوقات التي يتبعها المعالج أثناء تحضير العلاج

-ليس هنالك وقت محدد عند وجود اليقطين ..، ولكن يكثر وجوده في الشتاء والربيع.

4) الخطوات الأساسية التي يعتمدها المعالج كل مرة في تحضير العلاج

-يجب التنظيف الجيد لليقطين، فأحيانا تطبخ وأحيانا تهرس أوراقها .

5) إستعمال العلاج بعد تحضيره

-تختلف استعمالات العلاج باختلاف المرض فمثلا في الحروق تضمد الجراح و عند الإمساك نحضر به العصير، وعند الإسهال تصنع منه عصيدة ولمكافحة الدود والتخلص منه نستعمل البذور و هكذا.

6) الأشياء والطرق التي يعتمدها المعالج أثناء تطبيق العلاج على المريض

-أن يكون المريض مرتاحا نفسيا.

7) الأماكن التي يتم منها جلب المواد المستعملة في تحضيرات العلاج

-اليقطين هو من المواد التي تستعمل في الطهي لذلك في أغلب الأحيان متوفر في المنزل.

8) طريقة اكتساب المعالج معرفة التداوي بأطعمة و أشربة القران

-لقد اكتسبت هاته المعلومات عن التطبيب باليقطين من أمي و بدورها أمي توارثتها عن جدتي.

9) أبرز الوسائل في نظر المعالجين التي ساهمت في انتشار هذا الطب

-عامة وعلى ما يبدو لي تجارب الأشخاص والنتائج الجيدة في علاج مرضهم و نشرها في محيطهم الاجتماعي هي من ساهمت بالقسط الوفير في انتشار هذا الطب.

10) أكثر الأمراض التي تعالج بهاته الأطعمة و الأشربة

-كما ذكرت اليقطين يعالج العديد من الأمراض ك الإسهال، عسر الهضم، الدود..

11) أسباب توجه الناس إلى هذا النوع من العلاج

تختلف الأسباب من شخص إلى آخر، ولكن معظم الأسباب تكمن في فعالية هاته المواد مقارنة بسعرها، فالدخل الفردي وارتفاع الأسعار جعل من الناس يميلون إلى هذا النوع من الطب .

12) نظرة المجتمع لهذا النوع من التداوي

-هناك من يراها ممارسة عبثية وخاصة عندما يكون المعالج "مش قاري وهاز المعلومة من أمو ولا جداتو" وهناك من يثق بمدى فعالية العلاج وذلك يعود لذكرها في القران الكريم.

13) التكوين المعرفي وتحضير هاته الأطعمة والأشربة في العلاج

-في أحيان كثيرة يجب على المعالج أن يكون له دراية كبيرة بالطب والصيدلة النبوية ومنافعها والخططات المذكورة فيها.

14) حالة المرضى عند تقديم وتطبيق العلاج

-لقد شعر العديد ممن كانوا يعانون بمشاكل هضمية بالراحة خاصة بعد الاستمرار في العلاج.

15) المدة المستغرقة في العلاج

في كثير من الأحيان تطول مدة العلاج خاصة في حالات الحروق وكذا التهاب المسالك البولية.

حسب ما قدمه المعالجون من معلومات واجابات بخصوص التداوي بأطعمة واشربه القرآن الكريم فقد تبين لنا أنه هناك فئتين من المعالجين فئه قد درست وبحثت في هذا المجال من التطبيب واصبحت لها خبرة في استعمال هاته الاطعمة والاشربة في العلاج، في حين أن الفئه الاخرى من المعالجين قد ورثوا هذا التطبيب من محيط العائلة واكتسبوا من خلال الممارسة الطويلة للعلاج، والوصفات خبرة يتم في غالب الاحيان بواسطتها تشخيص ومعرفة الامراض من النظرة الاولى فهم من خلال تجاربهم المتعددة مع حالات مرضية متنوعة تصبح لهم كفاءة هائلة وقدرة في علاج العديد من الامراض وكذا معرفه خبايا العلاج بهاته الاساليب فبالنسبة لهم في معظم الأحيان، أن المستوى التعليمي والكفاءة المعرفية ليس لها دخل.

عكس الفئة الاولى التي تمارس هاته المهنة من خلال الدراسة والبحث المعرفي فهم ينظرون بانهم اساسيان في التطبيق بهكذا أساليب ويعتبرون نقص وانعدام المعرفة لدى المعالجين حول أساليب و طرق استخدام العلاج للأمراض يشكل في معظم الاحيان خطر على الصحة، فهناك مواد قد تخط و خاصة الاعشاب التي توضع في زيت الزيتون يجعل خطها بدون معرفه سامة ولا تأتي بمفعول إيجابي في التخلص من المرض، ومن زاوية اخرى ومن خلال ما قدم من المعالجين فان اختيارهم لهذا التطبيق يعود الى العديد من الأسباب أولها هي النتائج التي وصل اليها والتي ارضى بها افراد المجتمع والوصفات التي أدت إلى تخفيف والشفاء للعديد من الآلام والامراض التي عانى منها المرضى، وأحيانا أخرى في بعض الحالات التي عجز الطب الحديث في علاجها الأمر الذي جعلهم ينظرون على أن التطبيق بهاته الأطعمة والأشربة أسلوبا آمنا وفعالاً.

ومن ناحية أخرى يعود المعتقد الديني للواجهة لأن هاته الأطعمة والأشربة التي يتم استعمالها في العلاج هي مذكورة في القرآن الكريم، فهم لا يستطيعون التخلص منها فهي جزء من ثقافتهم .

إن التجارب الواسعة للمرضى لهذا النوع من الطبيب أدى إلى انتشاره في المحيط الاجتماعي وعودة الناس لاستعماله فالإنسان ابن بيئته يتأثر ويؤثر فهذا التطبيق الديني يبقى موروث ثقافي ديني خاص بالمجتمع البسكري ومن خلال الخبرات التي تم تناقلها والاعتماد عليها فهي تبقى جزء لا يتجزأ من ثقافه المجتمع والاختيار الآمن بالنسبة لهم فهو يحمل مكونات الثقافة من عادات وتقاليد واعراف وقيما تمثل هوية المجتمع وتختلف باختلاف المكان والزمان ولكن الجوهر يبقى راسخ .(أنظر الصورة رقم 01 و 02 و 03)

✓ الاخباري الأول

رجل يبلغ من العمر 66 سنة مربى للابل ورب عائلة فهو بحكم تربيته وعيشه مع الإبل يملك خبرة جد كبيرة، فهو يبيع حليب الناقة فحسبه فإن حليب الناقة يقوم بدور الأدوية التي

تعالج مختلف الامراض المستعصية، حيث انه يؤكد لي أن الناس يقومون بشراء الحليب لعلاج العديد من الامراض كالكبد مثلا، وكذا الامراض الجلدية ويضيف بأنه يعطيه مجانا في بعض الأحيان المحتاجين الذين يكونون في امس الحاجة اليه فهو مفيد جدا للسكري والمعوي الغليظ، ومزاياه كثيرة فبائع الحليب هذا له خبره واسعة بحكم المدة التي استغرقها في هذا المجال، معظم من يأتون للشراء يريدونه ذا درجة مرتفعة ليتأكدوا بأنه لم يستغرق وقت طويل بعد حلبه فهو كذلك يعالج الحساسية بهاته الخاصة "يا حسره يا بكري يا تراس من كانت الناس في البادية والنية صادقة على اساس والمعيشة حاجة دونية" هي كلمات من قصيدة شعبية ذكرها هذا الراعي وذلك وذلك لتأثره بحياة البدو والطبيعة فأضاف قائلا بان الابل هو حيوان مميز عن الحيوانات وهو صبور ويعيش في مناخ الصحراء.... كذلك يقومون بخلط حليب الناقة ببوله فهم يطلقون على بول الابل "بالعطن" فحليب الناقة حسبه كذلك مفيد للأشخاص التي تعاني من وجع المفاصل وكذا فقر الدم، ومن يعاني من ضغط الدم لا يتناول الحليب بعد شرائه مباشرة وانما يترك حوالي اربعة ايام وثم يستطيع شربه كذلك حجر المرارة والكلية هي من الامراض التي يتم علاجها بالحليب الناقه كذلك حسبه يتم علاج مرض السرطان ولكن علاجه يتطلب وقت طويل قليلا يرى مفعوله على الاقل 20 يوم مع بولها فطريقه العلاج تقوم بتناولك كاس من العطن بصحبه لتر من حليب بالابل "وما ياكل والو حتى دقق 12 النهار".

ولا تتفرق فوائد الحليب حسبه بين الكبيرة والصغيرة بين النوق، اما اللبأ يتم شربه من الاشخاص الذين يعانون من الصدفية هو "مليح ويشربوا لي في كرش معمره دائما ينحي" وحليب الناقه لا توجد به رائحة إلا إذا تم خلطه بالعطن ومن لا يعرف كيف يفرق حليب الناقه يفيدنا هذا الراعي فليمعن لنظر في حليب الناقه لان حليب الناقه ما يحمل والو كل شيء يطلع اي عند اضافته اي مادة فهي تصعد للأعلى فيبقى الحليب في الاسفل كذلك أن انواع الابل تختلف "لمخيرة تجيب ثلاث لترات زوج لترات حتى نصل للناقه التي تحلب نصف لتر" وحليب

الناقه لا يصفى فاجدادنا بكري واش كان يقول "للي يجيك حظ له العكافه فيطاس واعطيه يشرب" والعكافه هي ذيل فكيف يصفى حسب كلام الراعي ومربي الابل حليب الناقه صافي وحده "ما يتصفى ما يتمخض ما يطيب ما يتجن" حليب الناقة يبقى 20 يوما حليبيا لا يحدث له شيء "اذا دار ما هوش حليب".

فالعلاج بحليب الناقة من قبل المرضى يعود إلى تجارب الناس المتعددة والتي اعطت نتائج مرضية في معالجة الداء الذي كانوا يعانون منه، فبالرغم من عدم اكتساب الأفراد للمعارف التي تعالج وكذا التي توفر هذه العلاجات للمرضى فإن الاشخاص يميلون اليهم فمارساتهم ونصائحهم غالبا متفي بالغرض ويتعافى المريض، واختيار هذا العلاج يعود إلى المعتقدات الدينية والثقافية وتمسكهم بالدين الاسلامي فالأطعمة والأشربة المذكورة في القرآن الكريم تجعل المرضى يحملون في داخلهم الايمان والجازم بماذا فعالية في علاج مرضهم فالعلاج هذا يعود لتلك المعلومات الدينية التي يحتفظ بها الفرد والبسكري في مخيلته وتوارثها جيلا عن جيل فالعديد من الأطعمة والأشربة التي يصدق فعاليتها المجتمع حتى من دون تجريب وذلك يعود الى ذكرها في القرآن.

فالعلاج هذا يعود لتلك المعلومات الدينية التي يحتفظ بها الفرد البسكري في مخيلته وتوارثها فهي تجعل من الافراد لهم الايمان التام بفعاليتها في العلاج فمعتقداتهم الدينية جعلت هذا التطبيب وليد افكارها فمارساتهم تدل على معتقداتهم في الطب وفائدة القرآن في ذلك والتي يؤمنون بها لما فيها صلة تتعلق بحرص الدين الاسلامي على الحفاظ على النفس البشرية، فهم يرفضون في الكثير من الاحيان التشكيك في الممارسات والمعارف التي يبني عليها المعالجون طريقه علاجهم وقد يصل الى تكفيرهم فالإجراءات التي يقوم بها المعالجون وينصح بها الأفراد الآخرين المرضى مسقاه من الدين ومن أطعمة وأشربة قد ذكرت في القرآن وهنا لا مجال الى النقاش فهم لا يتقبلون اي اعتراض عن ما يقولونه حول طرق الاستخدام والتحضير والتداوي فليدهم قناعة تامة على أن ما يقومون به هو الأصح ويقوم على اساس صحيح فربما

تعود نظره هؤلاء المعالجين نتيجة ترسبات تاريخية، كذلك ازاء الاستعمار الذي دخل ليمحو هوية وثقافة الفرد الجزائري، فالمجتمع المحلي آنذاك لم يتقبل ذلك الطب الذي قدم به المستعمر وسعوا الى الحفاظ على عاداتهم وتقاليدهم في العلاج في المجتمع ونجد كذلك من يقومون بالتداوي بهذا أشكال وخاصة حليب الناقة لديهم تجاربهم سابقه مع الطب الحديث ولكن من دون جدوى، فيميلون الى هذا التطبيق بهاته الأشربة والأطعمة المذكورة في القرآن الكريم فيما نجد ايضا من لا يتقون ولا يحبون علاج الطبيب في الطب الحديث فهم يملكون في معتقداتهم أن المرض بلاء عند الله وسيرفعهم عنهم متى شاء وأحيانا اخرى فإن المرض الكثير عند الانسان دليل على ذنوبه والله يطهره بهذا المرض من ذنوبه.(أنظر الصورة رقم 04)

✓ الإخباري الثاني

شيخ يبلغ من العمر 69 سنة من ولاية بسكرة، يعمل في مجال التمر منذ وقت طويل فاصبح يملك خبرة بحكم عمله والمدة التي زاول مهنته هذه فقد أصبح دليل لا يستغنى عنه في معرفة أنواع التمور وخصائصها في ولاية بسكرة، كدقلة نور، ميش دقلة، منقر الذي عندما ينضج يصبح غرس حمراية والوطنطوبوشت غازي، زقراي، يتيمة، دقلة بيضاء، لرشى... فهذه الأنواع تنضج كلها في الخريف في بعض الحالات هناك من تتأخر أو تنضج أولا وذلك على حسب المنطقة وحرارتها .

ويكمل القول هذا الشخص بأن المنقر ووطنطوبوشت فهذه الأنواع تنضج قبل الأنواع الأخرى أواخر الصيف في شهر أوت ولكي ينضج التمر تصحبه بعض الخطوات كتلقيح النخل بحبوب الطلع وينقص من حجم العرجون قبل أن يصبح اكثر ليحصل على الجودة والحجم الجيدان للتمر ويضيف بعض المواد العضوية كذلك ليحافظ الفلاح على جودة التمر، ويستعمل الناس التمر لمعالجة فقر الدم وهبوط نسبة السكر في الدم، أما أكثر الأنواع المستعملة في العلاج حسبه للعلاج بالتمر هي الدقلة نور دقلة يضاء، مش دقلة، غرس، لأنها تتواجد و تتوفر بكميات كثيرة، أما دبس التمر وكما يطلق عليه هنا في مدينه بسكرة "بالرب" يتطلب

للكثير من التمر ليصبح ذا جودة عالية، اكتسب هذا الشاب الخبرة في الجانب الفلاحي من خلال ممارسة هذه المهنة فلقد تعلم طرق واستخدام وأساليب التعامل مع اشجار النخيل وثمارها من اشخاص يملكون خبرة كبيرة، وقد أدى تفاعله مع الوسط الفلاحي في اكتساب معرفة حول التمر وأنواعه المتواجدة في المنطقة والخصائص التي يتمتع بها كل نوع على حده فهو عازم على الاستمرار في هذا الميدان وكسب معرفه أخرى.

تمر مش دقلة هو تمر مشهور في مدينه بسكرة له فوائد مختلفة غني بالكالسيوم، فالكثير من الاشخاص الذين يعانون من قصور كلوي يدخلونه في نظامهم الغذائي ويتناولونه بكثرة، وذلك للفائدة التي يحتويها في تقوية العظام كذلك ينصح بتناوله لمن يعانون من الارهاق والنسيان بكثرة فالبيوت السكرية في العادة لا تخلو من هذا النوع من التمور وذلك راجع إلى توفره بكثرة في المدينة، **روينة التمر سكر التمر، ودبس التمر** هي أنواع من الأطعمة والأشربة المصنوعة من التمر ولها فوائد عظيمة في معالجه فقر الدم وذلك لاحتوائهم على نسبة كبيرة من الحديد كذلك هاته الانواع يتم العلاج بها هشاشة العظام وهي مفيدة في تقوية العضلات لاحتوائه على الكالسيوم والفسفور والفيتامين أ، كذلك نجد الحوامل يتناولنها اثناء فترة الحمل وكذا النفاس فهي تعمل على ادرار لحليب للمرضعة **فرب التمر** يستعمل كبديل على السكر الأبيض ويساهم في علاج السعال الحاد ويتم وصفه كذلك في علاج النحافة، كذلك نجد منتج آخر من التمر هو قهوة نواة التمر فتتكون من نواة التمر محمصة ومطحونة فهي تعالج آلام المفاصل والآلام الحادة حسب مستعملها، وتعديل معدل السكر في الدم كما توصف وتعالج تستعمل في تخفيض الكولسترول. (أنظر الصورة رقم 05 و06)

✓ الإخباري الثالث

طبيبة عامة تبلغ من العمر 60 سنة زاولت مهنة الطب مطولا ما جعلها توظف خبراتها الطبية في حياتها اليومية، سألتها عن فوائد اليقطين في العلاج وقد كان ردها حول اليقطين بأنه صيدلية متكاملة فهو الوصف حسبها الأقرب لليقطين نظرا لفوائده الصحية في العلاج

أمراض الجهاز الهضمي امراض القلب والكبد، وكذلك مفيد للعظام والاسنان ولضغط الدم وتضخم البروستات فإنه حسب الدراسات الحديثة انه مثبت للعقل والذاكرة .

أن اليقطين معروف عندنا في الجزائر باسم "الكابوية" يعتبر فاكهة ولكن غالبا ما يستعمله الجزائريون كخضر، غني بالألياف والفيتامينات والاملاح المعدنية ولهذا السبب استهلاكه يفيدنا في الجهاز الهضمي خاصة للإمساك وكذلك الوقاية من مختلف الامراض التنفسية والسرطانية كسرطان البروستات، ومفيدا في ضبط معدل السكر في الدم فحسبها فإن اليقطين هو اول نبات ذكر في القران الكريم كعلاج فهو غذاء سهل الهضم فليقطين هو اكثر النباتات الغنية بالزنك لذلك هو مفيدا في علاج الالتهابات والجروح فهو يخفف العديد من أمراض التنفسية وأعراضها ويحافظ على ذاكرة كبار السن ويساهم أيضا في علاج الأرق ويهدئ التوتر العصبي ويحسن المزاج.(أنظر الصورة رقم 01 و 02)

✓ المرضى

*المريض الاول

طالبة في الجامعة تبلغ من العمر 25 سنة تدرس الثانية ماستر عازية مكان اقامتها بسكرة فهي طالبة مقيمة تتحدر من مدينة سكيكدة.

1)بدايا العلاج بهاته الاساليب العلاجية

-منذ ان كنت ابلغ من العمر 10 سنين في منزلنا عندما اعاني من ب مغص في بطني ويسألون على احساسني بالوجع وشكله فيعطونني زيت الزيتون مباشرة.

2)الدوافع التي جعلت المرضى يختارون العلاج بهذا الطب وهاته الاساليب

-أنا هكذا عندما أشربه أشعر بالراحة فعندما أشكو من شيء وأشربه وارتاح فمثلا عندما اشعر بألم في المعدة أشربه بعده بخمس دقائق أو عشر دقائق أشعر بالراحة فأنا بسبب استعمالني

زيت الزيتون الدائم في معالجه الآلام تعودت عليه فأنا اقطن بمدينة سكيكدة وهي مدينة يتوفر فيها الزيتون بكميات وفيرة وانواع كثيرة "احنا مين نضنا واحنا نداوو بيه" فانا أتأقلم معه ومع خصائصه فمثلا عندما أشعر بوجع في راسي استعمل زيتون فاضع البصل معه وأطبق كعلاج.

3) قناعات المرضى حول الطبيب بهذه الأطعمة والأشربة

- افادنتي كثيرا وهذا ما جعلني استعملها لكل الآلام اشعر بها فالكثير من الامراض بعد استعماله اشعر بالراحة وهو علاج مفيد.

4) الأطعمة والأشربة التي تم نصح المرضى بها

- بحكم تواجدي في منطقة تحتوي على زيتون فنحن نستعمله في علاج العديد من الامراض ونتوارثه دائما عن بعضنا البعض باستخدام في الوصفات العلاجية بالمواد الطبيعية.

5) نجاعة الاسلوب العلاجي في الشفاء

"دواني"، حتى في منزلنا أمي وأبي واخوتي نستعمله في المرض فمثلا عند الامساك الحاد نشرب زيتون ونطهو به كثيرا فمعظم طعامنا به.

6) النصيحة المقدمة للمرضى

-انهم يتعالجون به فهو احسن من المواد الكيميائية لكي لا يضررون صحتهم فهو يقوي العظام، يستطيع المريض ان يقرأ عليه بعض الآيات ثم يقوم به بالدهن بعد ذلك فهو مفيد جدا .

تؤثر العوامل الثقافية والبيئية على صحة الإنسان ويشمل ذلك العلاج الذي يختاره الناس، فالموارد الطبيعية الغذائية مثلا تؤثر على أسلوب العلاج للإنسان، ثقافته وتقاليد والمعتقدات الدينية تشمل الجمع بين بيئته وإختياره لأسلوب العلاج، فلا يمكن الفصل بينهما.

فالمعتقدات الثقافية العامة ، تساهم في التداوي بممارسات واستخدام أساليب متباينة. والانثروبولوجيا الطبية تنظر إلى الصورة بأكملها، وإعطاء نظرة شاملة لتأثير المعتقدات الدينية والثقافية والبيئية على أسلوب العلاج.

فالأنثروبولوجيا الطبية في منظورها البيئي مقدمة جيدة لهذا المجال المعقد.

*المريض الثاني

رجل يبلغ من العمر 44 سنة يحمل شهادته البكالوريا متزوج وابو لثلاثة اطفال يعمل بتجارة المجوهرات والحلي ،مكان اقامته بسكرة.

1)بداية العلاج بهاته الاساليب العلاجية

من الصغر فهي عادة تربينا عليها، فأبائنا وامهاتنا "كبرونا بها" فهذه الأطعمة والأشربة كانوا في القديم جزء من الغذاء اليومي قبل العلاج فأصبحت من عاداتهم اليومية في الطعام.

2)لدوافع التي جعلت المرضى تختار العلاج بهذا الطب وهاته الاساليب

لأنها بديل الكيماوي الذي في كثير الذي في كثير من الاحيان يضر بصحتنا، فالناس من قبل لم يستعملوا المواد الكيماوية في علاج الامراض التي كانوا يصابون بها فالعلاج الامثل آنذاك هي هذه الأطعمة والأشربة فهي لا تحمل اضرار جانبية كثيرة ولديها منافع من بدايه تناولها.

3)قناعات المرضى حول التطبيب بهاته الأطعمة والأشربة

-لأنها بديلة على الطب الحديث وعن الاسعار المرتفعة التي تصاحب التداوي بالطب الحديث.

4) الأطعمة والأشربة التي تم نصح المرضى بها

تم نصحي بكل الأطعمة والأشربة الطبيعية وخاصة الأطعمة والأشربة المذكورة في القرآن الكريم لأنها طبيعية ومفيدة وهامة لصحة لإنسان فالأشربة وكذا الأطعمة المذكورة في القرآن

الكريم هي بديل عن تلك الأدوية المسرطنة فهي أساسية على تلك الأطعمة والمشروبات الضارة.

(5) نجاعة الاسلوب العلاجي في الشفاء

هذه الأطعمة والأشربة لها فعالية في علاج الداء، أساليبها تعتبر غذاء وعلاج في آن واحد فتكثيفها من خلال تناولها تجعل من تأثيرها فعال على الصحة.

(6) النصيحة المقدمة للمرضى

أن يعتبروا أن يعتبروا هاته الأطعمة والأشربة الحديثة دخيلة عن المجتمع المحلي الجزائري فيجب على الانسان ان يعود الى العلاجات التي تحتوي على الأطعمة والأشربة المذكورة في القران الكريم لأنه ذات منفعة عامة كذلك يجب ان نشير إلى نقطه هامة في اساليب العلاج بهاته الأطعمة والأشربة هي مرافقة هاته العلاجات بالصيام، فصيام بالنسبة للصحة هي مكمل لتلك الأطعمة والأشربة المفيدة، كذلك الحركة تتبع العلاج بهذه الأطعمة والأشربة لتفيد الانسان اكثر.

ان السياق الاجتماعي له تأثير كبير على تحديد نمط العلاج والأساليب حيال المرض فهو يؤثر على استجابة الناس للعلاج كذلك التنشئة الاجتماعية هي عامل مؤثر في اختيار وطلب العلاج فتجعل المريض يختار الاسلوب العلاجي و يختلف باختلاف التنشئة الاجتماعية، فالمريض من خلالها يستمر في الانماط والاتجاهات التي نشأ عليها في الصغر ويحاول ان يعيش بها في كل الاوقات فهناك صلة جد متينة بين اختيار العلاج والنسق الثقافي والاجتماعي لاي مجتمع كان فبعد هذا التطور الهائل في الطب نجد فئة من المجتمع المحلي تتمسك بهذا أسلوب يندرج ضمن معتقداتهم الدينية وما تأثرت به من عوامل ثقافية واجتماعية على فهم المرض ومعالجته، فالإنسان عامة والمريض خاصة هو كائن اجتماعي له ثقافة خاصة يتأثر بالعديد من العوامل التي يتم من خلالها اختيار نمط العلاج المناسب فتقافته لها

بالغ الأهمية كذلك في تحديث في تحديد العلاج في ظل اختلاف وتنوع اساليب العلاج الحديث والديني والبديل.

✓ نتائج الدراسة

استخلصنا من دراستنا لموضوعنا "أشربة وأطعمة القرآن الكريم دراسة اثنوغرافية في أسلوب العلاج" مجموعة من النتائج التي تظهر استخدامات وتصورات المجتمع لظاهرة التداوي بهاته الأساليب، والتي كانت كما يلي:

- 1- أن المجتمع السكري يميل إلى التداوي بأطعمة واشربة القرآن الكريم لأنه يرى فيها بعد ديني يتعلق بالخالق عز وجل وكلامه في القرآن الكريم.
- 2- استخدام أطعمة واشربة القرآن في الوصفات العلاجية وعدم الاستغناء عنها نتيجة فوائدها القيمة.
- 3- يحضر الفرد السكري دوائه من البيئة التي يعيش فيها ويكيف مواردها وفق المرض الذي يعاني منه.
- 4- التداوي بأطعمة واشربة القرآن جزء من الثقافة المحلية، وأصبح اليوم مقنن عن طريق العلم وابحائه.
- 5- يقدم المجتمع السكري النصائح العلاجية فيما بينه المستمدة من أطعمة واشربة القرآن الكريم والصيدلة النبوية نتيجة تجاربهم .
- 6- صلابة الثقافة المحلية ومثانة العلاقات في المجتمع في ظل التداوي بهذه الاساليب العلاجية الدينية لأنها تمثل صميم الثقافة في المجتمع.
- 7- التداوي بهذه الاساليب العلاجية كان في القديم يمارس في ظل العلاقات الاجتماعية والثقافية، اما اليوم فاصبح هناك مراكز مختلفة لهذا النمط العلاجي.

8- يميل المجتمع البسكري للتداوي بهذا الاسلوب العلاجي نتيجة معتقداتهم الدينية فهو يحتل مرتبة اولى في بعض الاحيان اكثر من الطب الحديث.

9- التداوي بأطعمة واشربة القران له نتائج مبهرة ومنافع لا تحصى في علاج العديد من الامراض التي تصيب الانسان.

✓ نتائج الدراسة في ضوء الدراسات السابقة:

*نتائج الدراسة في ضوء الدراسة الاولى:

جاءت نتائج دراساتنا لأطعمة واشربة القران دراسة اثنوغرافية في اسلوب العلاج على ضوء الدراسات كما يلي :

-في الدراسة الأولى:

كانت نتائج دراساتنا متشابهة لنتائج دراسة مليكة بن منصور حول الصيدلة النبوية وفعالية العلاج بالنباتات اذ كانت التشابه في النقاط التالية :

1-لتداوي بهاته الأساليب وليد التجربة .

2- ظهور هذا التداوي في المجتمعات وتطور بتطور العلوم.

3-فائده الصيدلة الطبيعية عامة والصيدلة النبوية خاصة والدعوة الى الاهتمام بها.

5- التفصيل في العديد من الأطعمة المذكورة في القران الكريم والتفصيل في مكوناتها وخصائصها .

*نتائج الدراسة في ضوء الدراسة الثانية

كانت نتائج دراساتنا متشابهة لنتائج دراسة عبد السلام صادق الشريف كتاني حول دور التغذية في الطب الوقائي من خلال القران الكريم في عدة نقاط هي:

- 1-توضيح الأطعمة والأشربة النافعة المستعملة في العلاج المذكورة في القرآن الكريم.
- 2- زخر القرآن الكريم بالأطعمة والأشربة النافعة التي تهدف الى وقاية النفس والمحافظة عليها.
- 3- زيادة لاهتمام بالقرآن والأطعمة والأشربة المذكورة فيه وفق التقدم العلمي والتقني المعاصر .
- 4- وعي الناس بأهمية العلاج بهذا الاسلوب.
- 5- قدرة الله في وضع عناصر مختلفة في كل نوع من الاغذية التي التي تعالج بها الامراض.

خاتمة

في ختام هذه الدراسة يمكن إجمال القول أن العلاج بأشربة وأطعمة القرآن الكريم أحد الأساليب الموجودة والرائجة في المجتمع البسكري، وذلك راجع للمعتقد الديني والثقافة المحلية التي تنتقل من جيل الى آخر، إضافة الى الكفاءة المعرفية والخبرة التي يكتسبها الأفراد من التقصي والبحث من خلال العيش في المجتمع.

المعالجون في مدينة بسكرة يتعملون هاته الأطعمة والأشربة لأنها طبيعية ومذكورة في القرآن الكريم وتوجد أحاديث عن الرسول صلى الله عليه وسلم عن فوائدها العظيمة، والتداوي بهاته المواد الطبيعية والمذكورة في القرآن تمثل اعتقادات وممارسات ثقافية واجتماعية تكتسب عن طريق التجربة وكذا التقصي.

فالتطبيب بهاته الأطعمة والأشربة هي موروث ثقافي في بسكرة فهو بالنسبة لهم مجموعة القدرات والمعتقدات للحفاظ على الصحة والوقاية من الأمراض، فهم ينظرون على أنه التطبيب الذي يعالج كل الأمراض وغالبا التي عجز الطب الحديث عن علاجها.

فقد تعددت الطرق التي يستعملونها المعالجون بأطعمة وأشربة القرآن فبعض العلاجات تتم من خلال شربها أو أكلها على الريق، ومنها ما يتم عن طريق الدهن والتدليك، فيما يستعمل كذلك المعالجون العلاج بالتضميد .

أما تحضيرات هذه العلاجات تختلف باختلاف المرض الذي يعاني منه المريض فيتم خلطها أحيانا بمكونات لكي تزيد فعاليتها خاصة الأشربة فهي عند الدهن تخلط مع أعشاب ونباتات وأحيانا بذور، فيما عند العلاج عند طريق الشرب فهي تخلط بمواد سائلة تسهل على المريض شربها والانتفاع بها، فهي تحضيرات علاجية تتم بعناية وفي كثير من الأحيان بمقادير مضبوطة ليكون العلاج فعالا ويتم شفاء المرضى من الداء الذي يعانون منه.

قائمة المصادر

والمراجع

القرآن الكريم

الكتب

1. ابراهيمي تمهيد حول ما قبل التاريخ في الجزائر، ترجمة محمد البشير شنيقي، رشيد بوربوينة، وزارة الثقافة، الجزائر 2007.
2. احمد علي محمد علي مرسى، النباتات في القرآن، الاسكندرية، جمهورية مصر العربية، 2012 .
3. ايمن الحسني، معجزات الشفاء بألبن الإبل، مكتبة القرآن للطبع والنشر والتوزيع، القاهرة، 2002.
4. خالد حنون، اليقطين درع حماية نبي الله يونس عليه السلام، منتدى الاعجاز العلمي في القرآن والسنة، لبنان .
5. الزبيدي محمد الحسن، تاج العروس من جواهر القاموس، الجزء 33، وزاره الإرشاد والأنباء، الكويت، 1965 .
6. سوسان جرجس، المقابلة، تقنية في البحث الانثروبولوجي، رنتروبوس، 2022، لبنان .
7. عبد الله السعيد، زيت الزيتون غذاء ودواء الطبعة الاولى دار الضياء للنشر والتوزيع عمان الاردن، 1995.
8. محمد سبيعان الطنجي، اليقطين غذاء نبي الله يونس، البيان، 30 يونيو 2015.
9. نهاد فتح الترك، التمر غذاء ودواء شمس للنشر والتوزيع الطبعة الاولى المقطم، القاهرة 2008 .
10. وفاء عبد العزيز، بدوي اسرار العلاج بزيت الزيتون، الطبعة الأولى، دار الطلائع للنشر والتوزيع والتصدير، مدينة نصر القاهرة .

11.cretoikos, 2023, metrovista crative média, www.cretoikos.com.
13:53,30/04/2024.

الرسائل الجامعية

1.خضرة عزري، دراسة اللبيدات والفينولات في بعض انواع التمر المحلي، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير، كلية العلوم والتكنولوجيا وعلوم المادة قاصدي مرياح ورقلة الجزائر، 2013/2012.

2.اروى عبد الرحمن أحمد، اعجاز التمر في الشفاء والوقاية من الميكروبات الضالة والممرضة، قسم علوم الحياة ميكروبيولوجي، كلية العلوم، جامعة صنعاء، اليمن.

3. شين سعيدة، التصورات الاجتماعية للطب الشعبي في منطقة الزيبان، جامعة محمد خيضر بسكرة، 2014-2015.

4.صادق جعفر باقر، الفوائد الصحية لبذور القرع، 2022/12/31، قسم تقنيات المختبرات الطبية، جامعة المستقبل، الحلة، العراق.

المقالات العلمية

- 1.احسن خالد العكيدي، القيمة الغذائية للتمور، Iraqi-date palms2023 العراق .
- 2.الطيب العماري الدين وعلاقته بالصحة والمرض مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد 25 ، مارس 2018 جامعة الشهيد حمة لخضر، الوادي، الجزائر.
- 3.فيروز صولة، تأثير العوامل الاجتماعية والثقافية في تفسير المرض وتحديد انماط العلاج لدى المرضى، مجلة علوم الانسان والمجتمع العدد 8، 08 ديسمبر 2001 جامعة تبسة لجزائر.
- 4.القيمة الغذائية للتمور، الشبكة العراقية لنخلة التمر، 2023/6/15، العراق .

5. محمد مراد، الإبل في مجال الطب والصحة، الإتحاد العدد 9515 بتاريخ 2001/7/24 دولة الامارات العربية.

6. محمد وحيد كشك افاق واعدة لحليب الابل علوم وتكنولوجيا العدد 251 ابريل يونيو 2018 مركز ابحاث البيئة والعلوم الحياتية، الكويت.

📖المواقع الإلكترونية

1.الجمهرة معلمة مفردات المحتوى الاسلامي، العلاج -<https://islamiv-content-com> على الساعة 18:20 في 19-04-2024 .

2.موقع لفوائد التمر.

3.مديرية السياحة والصناعة التقليدية بسكرة، بسكرة حاضرة الحواضر،-<https://biskra.mta.gov.dz>

4.مريم مساعدة، طريقة غلي حليب الابل، الموضوع يونيو 2018، على الساعة 15: 09 في <https://mawdoo3-com>.21-04-2024.

5.الأطعمة والأشربة-الطعام-، على الساعة 14:10 <https://websurahapp.com> في 21-03-2024.

6.موسوعة المصطلحات الإسلامية على الساعة 14:30 <https://trminology-end.cem.com> في 21-03-2024.

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر بسكرة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

ملحقة دراسة ميدانية في مدينة بسكرة

دليل مقابلة مع المعالجين لعنوان الدراسة أشربة و أطعمة القران
الكريم-دراسة إثنوغرافية-في أسلوب العلاج

إشراف الأستاذة :

✓ حمادي حنان

إعداد الطالبة :

✓ شهبه مجدة

السنة الجامعية

2024-2023

• دليل مقابلة موجهة المعالجين

1. لماذا تستعملون هاته الأطعمة والأشربة في العلاج؟
2. بماذا تشعر وأنت تعالج المرضى بهاته المواد؟
3. ماهي الأوقات التي تتبعونها أثناء تحضير العلاج؟
4. ماهي الخطوات الأساسية التي تعتمدونها كل مرة في تحضير العلاج؟
5. كيف يتم استعمال العلاج بعد تحضيره؟
6. ماهي أكثر الأشياء والطرق التي تعتمدون عليها أثناء تطبيق العلاج على المريض؟
7. هل هنا أماكن محددة يتم من جلب المواد قبل استعمالها في تحضيرات العلاج؟
8. من أين اكتسبت هاته المعرفة ؟
9. ماهي أبرز الوسائل في نظرك التي ساهمت في انتشار هذا الطب.
10. ماهي أكثر الأمراض التي تعالج بهاته الأطعمة والأشربة؟
11. ماهي أسباب توجه الناس إلى هذا النوع من العلاج؟
12. كيف ينظر من قبل المجتمع لهذا النوع من التداوي
13. هل التكوين المعرفي ضروري في استخدام وتحضير هاته الأطعمة والأشربة في العلاج؟
14. هل هناك أريحية للمرضى عند تقديم العلاج؟
15. هل مدة العلاج استغرقت وقتا طويلا في ذلك؟

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر بسكرة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

ملحقة دراسة ميدانية في مدينة بسكرة

دليل مقابلة مع المرضى لعنوان الدراسة أشربة و أطعمة القران
الكريم-دراسة إثنوغرافية-في أسلوب العلاج

إشراف الأستاذة :

✓ حمادي حنان

إعداد الطالبة :

✓ شهبه مجدة

السنة الجامعية

2024-2023

• دليل مقابلة موجه للمرضى

1. متى كانت بداياتك في العلاج بهاته الأساليب العلاجية؟
2. ما هي الدوافع التي جعلتك تختار العلاج بهذا الطب وهاته الأساليب؟
3. ما هي قناعاتك حول التطبيب بهاته الأطعمة والأشربة؟
4. ما هي الأطعمة والأشربة التي تم نصحك بها؟
5. هل اختيارك لهذا الأسلوب من العلاج أتى بنجاحته في الشفاء؟
6. ما هي النصيحة التي ستقدمها من قبلك للمرضى؟

الصورة رقم 01 : اليقطين



الصورة رقم 02 : بذور اليقطين



الصورة رقم 03 : زيت الزيتون



الصورة رقم 04 : حليب الناقة



الصورة رقم 05 : دبس التمر (رب التمر)



الصورة رقم 06 : التمر



ملخص الدراسة

إن موضوع المرض واختيار أسلوب علاجه من أهم المواضيع التي تلقي لها الدراسات الأنثروبولوجية الميدانية أهمية كبيرة، موضوع الأطعمة والأشربة المذكورة في القرآن الكريم هي دراسة اثنوغرافية في أسلوب العلاج تحت ضوء الدراسات الأنثروبولوجية، تم طرح تساؤل رئيسي كان يمثل المضمون في هاته الدراسة.

فقد شملت على بعض الأغذية من طعام وشراب التي ذكرت في القرآن الكريم وكذا أهميتها في العلاج والدوافع التي جعلت المريض ليتخذ هكذا أسلوب في العلاج بداية من المعتقدات الدينية والمحيط الاجتماعي.

فالمعالجين والاختباريون هم يمثلون مجتمع الدراسة وهم على دراية بكل تفاصيل هذا الأسلوب العلاجي في هذا المجتمع بالاستعانة بهم حققت الدراسة الاهداف وأهم الجوانب التي سعت من خلالها لفهم والغوص العميق والكشف عن استخدامات وطرق العلاج والتحضيرات التي تصاحب العلاج بالأطعمة والأشربة المذكورة في القرآن الكريم.

Summarizing

The subject of the disease and the choice of the treatment method is one of the most important subjects to whichh field anthropology studies attach great importance.

The topic of foods and beverages mentioned in the Holy Quran is an ethnographic study in the method of treatment under the light of anthropological studies, a major question was raised that represented the content of this study.

It included some of the food and drink mentioned in the Holy Koran and how important it is In treatment and the motivations that led the patient to take such a method of treatment starting from religious beliefs and social surroundings.

Therapists and experts represent the study community and are familiar with all the details of this therapeutic method in this society using them. The study achieved the objectives and the most important aspects through which it sought to understand and dive deep and to reveal the uses and methods of treatment and preparations that accompany the treatment of foods and beverages mentioned in the Holy Quran.