

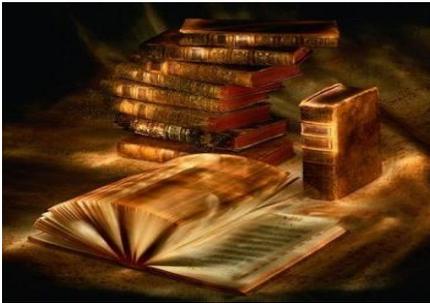
## الأعشاب والنباتات الطبية في التراث

سحر طارق محمود

مركز إحياء التراث العلمي العربي / جامعة بغداد

### طب الأعشاب والنباتات والطب النبوي

النبات هو أول خلق الله تعالى ، جعله الله غذاء الانسان والحيوان حيث لا وجود للحياة من دونه ولا تستغني عنه الحياة. ومنذ ان خُلِق الانسان والحيوان وجدت الامراض التي تنتابها ، ومثلما خلق الله الداء خلق ايضا الدواء واعطى الانسان غريزة الاهتداء الى نوع النبات الذي يشفيه من مرضه بالدراسة والتجارب والاستنتاج رحمة بالبشرية وتخفيفا عنهم بالهام من الله تعالى لهم . يعود تاريخ التطبيب بالاعشاب الى العصور الاولى من تاريخ الفراعنة حيث وجدت في قبورهم مخطوطات وتحف وآثار من اوراق البردي مليئة بأسرار الاعشاب الشافية. ثم جاء قدماء الهنود وحكماء اليونان في القرنين الرابع والخامس قبل الميلاد ووضعوا مؤلفات عديدة حول الاعشاب والتداوي بها، اشهرهم (ابو قراط) و(ثيوفراستوس) و(ديسقوريدس) و(بلينيوس) واصبحت مؤلفاتهم اساس هذا العلم حتى جاء العرب المسلمين في مقدمتهم ابن سينا والرازي و قدموا تجارب عديدة بهذا المضمار وعند فتحهم الاندلس اهتموا بهذا العلم و اضافوا اليه الكثير من اعشاب الشرق . وفي القرن الثاني عشر للميلاد اشتهر رهبان اوربا بزراعة الاعشاب الطبية و امتهنوا واحتكروا مهنة التدوي بها ، اشهرهم الراهبة (هيلديكارد) بكتابها المشهور (الفيزيكا). وازدهر العلم بعد اكتشاف القارة الامريكية لما فيها من كنوز الاعشاب الطبية، واصبحت الكتب والمؤلفات في الاعشاب الطبية تلازم الانجيل في كل بيت من بيوتات اوربا في القرن الخامس للميلاد. و اصبحت مهنة جمع الاعشاب وتحضير الدواء محصورة لدى الاطباء حتى عام ١٢٢٤ ، افتتح فيها اول صيدلية نباتي في العالم كانت في ايطاليا ، الا ان القيصر في ايطاليا قد اصدر مرسوما حصر فيه هذه المهنة لدى الصيدلة ، وجعل الطبيب من يحدد مقدار ما يستخدم منه وكيفية استخدامه. الا ان التدوي بالاعشاب



اصابه الاهمال بعد ازدهار الكيمياء في بداية القرن التاسع عشر للميلاد واصبح التدوي بالمساحيق والاقراص والاشربة المستخلصة من المواد الكيماوية غير العضوية لأنها خلاصة المواد الفعالة فيها، ولكن اثبتت التجارب ان فعالية صيدلية الله تعالى من الاعشاب اعظم من انتاج المواد الكيماوية.

## الطب النبوي

اثر ظهور الإسلام تأثيراً عميقاً في المجتمع العربي، فقد حارب الخرافات الطبية وعد المنجمين كاذبين ولو صدقوا وحض على معالجة المرضى بالصدقة وهما شكلان من أشكال المعالجة النفسية التي تستند الى الايمان وتتم بالايحاء وتقرنها بالمعالجة المادية وقد وضع للعلاج ثلاثة انواع :-

١- العلاج بالاعشاب والنباتات

٢- العلاج بالادوية الالهية

٣- العلاج بالمركب من الأمرين

تضمنت الاحاديث النبوية إثبات الاسباب والمسببات وابطال قول من انكرها بقوله " لكل داء دواء" وجعل الله عز وجل للداء أدوية تبرئها طوى علمها عن البشر لأنه لا علم للخلق الا ما علمهم الله، لذلك فقد علق النبي (ص) الشفاء على مصادفة الدواء للداء فانه لكل داء ضد من الدواء المعالج فان زاد الدواء عن الكمية المطلوبة نقله الى داء آخر، ومتى قصر عنها كان العلاج قاصراً وبقوله " لكل داء دواء" تقوية ل نفس المريض والطبيب لتعلق قلب المريض بروح الرجاء ، وامكان الطبيب التفتيش والبحث عن الدواء. ومن الاحاديث النبوية الشريفة للنبي (ص) " ما انزل الله من داء وإلا أنزل له شفاء" ، و" يعابد الله تداووا فان الله عز وجل لم يضع داء الا وضع له دواء إلا واحدا وهو الهرم". ومن النصائح التي وردت بالاحاديث النبوية فيما يتعلق العلاج الوقائي بالطب النبوي " إذا سمعتم بالطاعون بأرض فلا تدخلوها، واذا وقع بأرض وانتم بها فلا تخرجوا منها". وقد اوصى الرسول (ص) بالتداوي بالعسل وبلين الابل والحبة السوداء وغيرها .

### حبة البركة ( الحبة السوداء )

ينسب حبة البركة إلى جارية الرسول واسمها بركة . قالت سيدتنا عائشة رضی الله عنها - سمعت رسول الله (ص) يقول " إن في هذه الحبة شفاء من كل داء إلا السام " قلت وما السام قال : الموت اخرجه البخاري في صحيحه "كتاب الطب" ومسلم في صحيحه "كتاب الطب" واخرجه الترمذي في الجامع الصحيح وأبونعيم في الطب النبوي واخرجه ابن ماجة في سننه كلهم عن أبي هريرة رضي الله عنه . وقد قال ابن سينا وغيره من الأطباء بحيوية الحبة السوداء فى علاج كثير من تراكيب الأدوية المعالجة لها . وعن أنس بن مالك أن النبي صلى الله عليه وسلم كان إذا اشتكى تقمح (استنف) كفاً من شونيز ويشرب عليه ماء وعسلاً رواه الطبراني في الأوسط وفيه يحيى بن سعيد العطار وهو ضعيف.

ما هي حبة البركة : نبات حبة البركة - الحبة السوداء - نبات عشبي حولي ينمو سنوياً في منطقة البحر الأبيض المتوسط، ولكنه يزرع في مناطق عديدة أخرى في شمال أفريقيا وآسيا والجزيرة العربية. الاسم العلمي للنبات هو Nigeria Sativa، وهو نبات قصير القامة لا يزيد طول قامته عن ٣ مم، وهو ينتمي لعائلة الشمر واليانسون، حتى إنه أحياناً يتم الخلط بينه وبين نبات الشمر، وتحتوي ثمرة النبات على كبسولة بداخلها بذور بيضاء ثلاثية الأبعاد والتي سرعان ما تتحول إلى اللون الأسود عند تعرضها للهواء. الجزء الطبى من نبات الحبة السوداء هو البذور وهى سود صغيرة الحجم ولها رائحة عطرية . للحبة السوداء أسماء أخرى ، يسمونها في الهند "بالكالونجي الأسود"، وفي بلاد فارس القديمة عرفت باسم "شونيازو ( بالشوينز) فى إيران و( حبة البركة ) فى مصر الكراوية السوداء و(الكمون الأسود ) فى اليمن وباللاتيني ( الغليون) ، وهى كثيرة المنافع عظيمة الفوائد ، وهذا البرهان أكده لنا سيد المرسلين .

### مكونات الحبة السوداء

تتكون الحبة السوداء من عناصر فعالة طبية النكهة عجيبة الفوائد فيها الفوسفات والحديد والفسفور والكربوهيدرات والزيوت، كما تحتوى على مضادات حيوية مدمرة للفيروسات وما دونه من ميكروبات وجراثيم، والكاروتين المضاد للسرطان والتهابات القولون والالتهابات الصدرية وبها هرمونات جنسية قوية ومخصبة ومنشطة ويوجد بها مدرات للبول تحتوي على العديد من الأحماض الدهنية الأساسية والمهمة لصحة الجلد والشعر المهمة. واكتشف العلماء أن الحبة السوداء تحتوي على نوعين من الزيت ، الأول زيت ثابت وقد لا يكون له تأثير يوتر في الأغشية المخاطية، وكذلك عملية ضبط مستوى الدم وإنتاج الهرمونات بالجسم وغيرها من الوظائف الحيوية ، والثاني زيت طيار يعزى إليه التأثير الدوائى للحبة السوداء .

بالإضافة إلى المكونات الطبيعية السابقة، تحتوي حبة البركة على مادة "النيجيلون" "Nigellone"، وهي مادة بلورية تم استخلاصها لأول مرة في عام ١٩٢٩، والتي استخدمت منذ ذلك الحين باعتبارها المادة الفعالة الموجودة بالنبات. ويعد الـ Nigellone هو أحد مضادات الأكسدة الطبيعية مثل فيتامين "ج" و"أ" وكذلك الجلوتاثيون، والتي تلعب دوراً أساسياً في حماية الجسم ضد مخاطر ما يسمى بالشوارد الحرة "Free radicals". وهناك العديد من الأبحاث التي نشرت مؤخراً عن دور الحماية الذي يلعبه الـ Nigellone في حماية الجسم من مخاطر العديد من المواد الغريبة "Xenobiotics".

## استخدامات الحبة السوداء العلاجية

١. مصدر للطاقة: حيث وجد أن حبة البركة تساعد على الاحتفاظ بحرارة الجسم الطبيعية، خاصة وأن طبيعة الغذاء المسيطرة الآن على العادات الغذائية في بلدان العالم المختلفة، مثل: تناول الأيس كريم والبيتزا والهامبرجر وغيرها، تستهلك الكثير من الطاقة والحيوية؛ مما يؤدي لظهور الكثير من الأمراض.
٢. للحبة السوداء خصائص مضادة للسرطان، ومقوية للجهاز المناعي الذي يدافع عن الجسم ضد الجراثيم والفيروسات وغيرها، ففي دراسة الدكتور أحمد القاضي، والدكتور أسامة قنديل في الولايات المتحدة والباحثة ريماء أنس مصطفى الزرقا في جامعة كينغ في لندن، أظهروا أن تناول جرام واحد من الحبة السوداء مرتين يوميا قد ينشط الجهاز المناعي؛ مما يفسر معنى "شفاء من كل داء".
٣. الأم والطفل: تحتوي بذور حبة البركة على حمض الأرجينين، وهو حمض مهم وضروري لنمو الطفل، وتساعد حبة البركة على إدرار لبن الرضاعة، كذلك تعد مصدراً غذائياً مهماً للأم والطفل على السواء.
٤. معجون الحبة السوداء بالعسل يفتت حصى الكلى ويدفع حصى المثانة ويستعمل أيضا كمدر للبول والحيض.
٥. كما أن مطبوخ الحبة السوداء يزيل أوجاع الأسنان الحادة والمبرحة إذا استعملت كمضمضة.
٦. ولفتح الشهية ولعلاج الخمول والكسل والصداع والارق والدوخة، وللتنشيط الذهني وسرعة الحفظ.
٧. لعلاج الضعف العام والضعف الجنسي وذلك بأخذ مطحون الحبة السوداء قدر ملعقة وتضرب في سبع بيضات يوماً بعد يوم ولمدة شهر تقريباً.
٨. وتعتبر من أعظم المسهلات للولادة إذا غُليت وخطت بعسل مغلى البابونج.
٩. أثبتت دراسات أجريت قديماً وحديثاً أن الحبة السوداء تفيد كما في العسل في علاج العديد من الأمراض مثل: أمراض القلب والدورة الدموية وضغط الدم المرتفع وفرط الكوليسترول ومرض السكر والتهاب الكلية ومرض الروماتويد والتهاب الكبد، والقرحة والصداع والارق وأمراض العيون والأذن.
١٠. ويستعمل زيت الحبة السوداء ضد أمراض الصدر والكحة والسعال والربو الشعبي ولعلاج الربو القصبي والنزلات المزمنة من شدة البرد، ذلك بإضافة ٣ إلى ٥ نقاط من هذا الزيت على الشاي أو القهوة.

١١. مسكن معوى وطارد للغازات وتستعمل حبة البركة ايضا فى علاج الصداع والأرق والدوخة
١٢. للحبة السوداء مفعولا قويا طاردا للديدان الشريطية والأميبيا والبلهارسيا
١٣. يستخدم معجون الحبة السوداء مع زيت الزيتون لجلاء وصفاء الوجه .
١٤. تفيد فى علاج الأمراض الجلدية والتآليل ، ومسحوقها مع الخل مُجرب فى علاج البرص والبهاق إذا طلى به وكذلك تساقط الشعر والقراع والثعلبة.

### السنا : السنا المكي " السنامكي "

روى الترمذي فى جامعه وابن ماجه فى سننه من حديث أسماء بنت عميس، قالت: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " بماذا كنت تستمشين؟" قالت: بالشبرم، قال: " حار جاف" ، قالت: ثم استمشيت بالسنا، فقال: "لو كان شئ يشفى من الموت لكان السنا".

وقد ورد فى سنن ابن ماجه عن إبراهيم بن أبي عبلة، قال: سمعت عبد الله بن أم حرام، وكان قد صلى مع رسول الله صلى الله وسلم القبلتين يقول: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " عليكم بالسنا والسنوت، فإن فيهما شفاء من كل داء إلا السام" ، قيل: يا رسول الله ! وما السام؟ قال: "الموت".

أما السنا، ففيه لغتان: المد والقصر، وهو نبات حجازي أفضله المكي، وهو دواء شريف قريب من الاعتدال، حار يابس فى الدرجة الأولى، يسهل الصفراء والسوداء، ويقوي جرم القلب، وهذه فضيلة شريفة فيه، ويفتح العضل وينفع من انتشار الشعر، ومن القمل والصداع العتيق، والجرب والبثور والحكة. وإن طبخ معه شئ من زهر البنفسج والزبيب الأحمر المنزوع العجم، كان أصلح. فالسنا عشبة معروفة عند الأطباء والعطارين وتستخدم كعلاج ملين ، وقال عنه أهل المعرفة بأنه مأمون الغائلة يقوي القلب، وينفع من الوسواس السوداوي والصداع العتيق والبثور والحكة والصرع ويسهل بلا عنف . أما السنوت ففيه ثمانية أقوال: أحدها أنه العسل، والثاني أنه رب عكة السمن يخرج خطأ سوداء على السمن ، الثالث أنه حب يشبه الكمون وليس به، الرابع أنه الكمون الكرماني، الخامس، أنه الرازيانج، حكاها أبو حنيفة الدينوري عن بعض الأعراب، السادس أنه الشبث، السابع أنه التمر، الثامن أنه العسل الذي يكون فى رفاق السمن. قال الرازي عن السنا "السنا والشاهترج يسهلان الأخلاط المحترقة وينفعان من الجرب والحكة". وقال عنه ابن البيطار "إذا خلط بالحناء فإنه يسود الشعر وأجوده المكي، ينفع من الشقاق العارض فى البدن وينفع من الصداع المزمن ومن البثور والحكة". وقال عنه داود الأنطاكي "السنا تبقى قوته سبع سنين وهو حار يابس يسهل الأخلاط ويستخرج اللزوجات من أقصى البدن وينقى الدماغ من الصداع ويذهب البواسير وأوجاع الظهر". وقد قال الموفق عبداللطيف البغدادي فى الاربعين الطبية ونقلها عنه ابن القيم

والسيوطي "السنا دواء شريف مأمون العائلة، وقريب الاعتدال، لأنه حار يابس في الدرجة الأولى، يسهل الصفراء والسوداء، ويقوي جرم القلب، وهذه فضيلة شريفة فيه، وخاصيته النفع من الوسواس وتشنج العضل وانتشار الشعر، ومن القمل والصداع العتيق (المزمن) والجرب والبثور والحكة، وإذا طبخ في زيت وشرب نفع من أوجاع الظهر والوركين". أما في فالطب الحديث وطب العقاقير عن نبات السنا المعروف بالسنامكي *Cassia angustifolia* من الفصيلة القطنية Leguminaceae يحتوي نبات السنا على أملاح معدنية ومشتقات فلافونية ومشتقات ١-٨ دي هيدروكسي أنتراسين، والتي منها أنتراكينونات حرة كاله ثين *Reine* ، وغلوكوزيدات أنتراسينية كالسينوزيدات ومنها *Sinoside A,B,C,D*. تستعمل النبتة مسهلة وملينة لوجود المواد الأنتراكينونية، وآلية تأثيرها على جهاز الهضم أنها مخرشة حيث تزيد الحركة الحولية للأمعاء



وتزيد المفرزات الهضمية، كما أن المشتقات الأنتراكينونية تسبب احتباس الماء والأملاح المعدنية في جهاز الهضم وتمنع امتصاصها فتزداد الكتلة في جهاز الهضم، مما يحرص على طرح الفضلات من الجسم. وهي تستعمل على شكل منقوع أو مسحوق بكمية لا تزيد عن ٥ غ يومياً. ولأن مفعوله لا يبدأ إلا في القولون حيث يتم تحلله بواسطة البكتريا القولونية وعليه فإنه لا يؤثر على المعدة والأمعاء

الدقيقة ولا يؤثر بالتالي على امتصاص الغذاء بعد فترة الإسهال كما تفعل بعض المسهلات التي يحدث بعد استعمالها خمول لحركة الأمعاء فيحدث الإمساك بعد الإسهال مما يضطر المرء إلى معاودة استعمال المسهل والتعود عليها، كما لا يسبب السنا تقلصات في الأمعاء كما تفعل المسهلات الأخرى، كما أن من محاسن استعمال السنا أن الشخص يستطيع أن ينظم الوقت المريح لاستعماله فتأثيره المسهل لا يبدأ إلا بعد ما بين ٨ - ١٢ ساعة من تعاطيه ولا يمتص من الأمعاء، ويستعمل السنا على هيئة مطبوخ أو منقوع أو على هيئة أقراص وهي متوفرة في الصيدليات.

يعرف السنا على مستوى العالم باسم "سنامكي" لأن موطنه الأصلي مكة المكرمة، ويعرف محلياً باسم "سنا" وخاصة في مناطق الحجاز وفي جنوب المملكة، أما في نجد وبعض المناطق الأخرى من المملكة فيعرف باسم "عشوق" يوجد من السنا ثلاثة عشر نوعاً وأهم هذه الأنواع:

١- السنامكي والمعروف علمياً باسم *Cassia Angustifolia*

٢- السنامكي الحجازي والمعروف علمياً باسم *Cassia Acutifolia*

٣- الخرنوب ويعرف علمياً باسم *Cassia Fistuls*

النوعان الأوليان عبارة عن نباتات عشبية معمرة لا يزيد ارتفاعها في الغالب على مترين ويحمل النبات أوراقا مركبة ريشية الشكل تتكون من زوجين إلى سبعة أزواج من الوريقات، وأزهارا في قمم الأغصان على هيئة مجاميع ما بين زهرتين إلى سبع زهرات في شكل عناقيد ذات لون اصفر إلى برتقالي، الثمار قرنية تشبه ثمار الفاصوليا أو الفول وشكلها مفلطح جلدية الملمس طولها ضعف عرضها ذات لون بني مصفر تحتوي بداخلها بذورا ذات لون رمادي وقوامها صلب وتعرف باسم القرنة "الجراب". الموطن الأصلي لنبات السنّا هي الجزيرة العربية ومصر والسودان والهند والباكستان وإيران وتعتبر مصر والسودان والهند والباكستان الدول المصدرة للسنّا على مستوى تجاري كبير. الجزء المستخدم من نباتات السنّا هي الوريقات المجففة وكذلك الثمار تحتوي أوراق وثمار السنّا على جلوكوزيدات انثراكينونية وتعرف بمجموعة سننوزايد Sennosides ويوجد بها أربعة أ،ب،ج،د كما تحتوي على جلوكوزيدات نفتالينية ومواد هلامية ومواد فلافونيدية وزيت طيار.

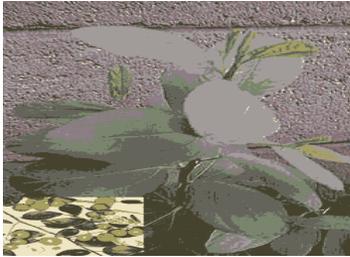
#### استخدامات السنّا العلاجية

تكون بوضع مقدار من السنّا حوالي "٢٠ غم" في لتر من الماء ويفضل أن يضاف إليه قليل من الزنجبيل والتمر الهندي والحبة السوداء وزهرة البنفسج أو البابونج وقليل من الهليلج ، ثم يوضع على نار هادئة حتى يغلي ، وبمجرد أن يغلي أنزله من النار ، واتركه حتى يبرد ومن ثم يصفى من الورق والتفل ( الرغوة ) ، ويشرب منه المريض على الريق في أول استخدام كأساً واحداً ، وعندما يعتاد عليه يشرب منه الكمية التي تتناسب مع عمره وجسمه ، يمكن إضافة العسل لتخليته ولزيادة الفائدة ، وبعد بضع ساعات يبدأ مفعول السنّا في استفراغ جميع ما في البطن من فضلات. وبإذن الله تعالى هو نافع في إخراج مادة السحر أو بعضها إذا كان السحر مأكولا أو مشروبا ومستقراً في المعدة أو الأمعاء ، وحبذا لو تكرر هذه الطريقة في كل أسبوع مرة لمدة شهر وفي كل أسبوعين مرة في الشهر الثاني وفي كل ثلاثة أسابيع مرة في الشهر الثالث.

#### السدر ziziphus

قال تعالى: {وأصحاب اليمين ما أصحاب اليمين في سدر مخضود وطلح منضود} [الواقعة: ٢٨]. وعن مالك بن صعصعة عن النبي (ص) أنه رأى سدرة المنتهى ليلة أسري به وإذا نبقتها مثل قلال هجر، [رواه البخاري]. كما ورد ذكر السدر في سورة النجم، قال تعالى: {عند سدرة المنتهى، عندها جنة المأوى، إذ يغشى السدرة ما يغشى}.

وفي الحديث الصحيح الذي رواه السنة وأحمد أن النبي (ص) قال : " اغسلوه بماء وسدر ". وقال ابن كثير عن قتادة: كنا نحث عن " السدر المخضود " أنه الموقر الذي لا شوك فيه، فإن سدر الدنيا كثير الشوك قليل الثمر. وقال الحافظ الذهبي: الاغتسال بالسدر ينقي الرأس أكثر من غيره ويذهب الحرارة وقد ذكره رسول الله (ص) في غسل الميت. والنبق ثمر السدر شبيهه بالزعرور يعصم الطبع ويدبغ المعدة. وزاد ابن القيم: أنه ينفع من الإسهال ويسكن الصفراء ويغذي البدن ويشهي الطعام وينفع الذرب الصفراوي وهو بطيء الهضم وسويقه يقوي الحشا، وهو يصلح الأمزجة الصفراوية. والسدر *Zizyphus Spina Christi* أو الشوك المقدس *Christ,s Thorn* نبات شجيري شائك، بري وزراعي موطنه شبه الجزيرة العربية واليمن ويزرع في مصر وسواحل البحر الأبيض المتوسط. وهو من الفصيلة العنابية أو السدرية *Rhamnaceae*، والنبق هو ثمر السدر حلو الطعم عطر الرائحة. أهم العناصر الفعالة الموجودة فيه هي سكر العنب والفواكهة وحمض السدر *Acide Zizyphique* وحمض العفص، ثماره مغذية وتفيد كمقشع صدري، وملينة وخافضة للحرارة ونافع في الحصبة وقرحة المعدة. مغلي أوراقه قابض طارد للديدان ومضاد للإسهال ومقوٍ لأصول الشعر، ونافع من الربو وآفات الرئة، ويمكن أن تضمد الخراجات بلبخة محضرة من الأوراق، وطبخ خشبه نافع من قرحة الأمعاء ونزف الدم والحيض والإسهال، وصمغه يذهب الحزاز.



شجرة السدر قديمة قدم الانسان، ويقال من اغصانها الشوكية صنع اليهود اكليل وضعوه على رأس ما شبه لهم بانه السيد المسيح (ع) عندما صليبه ومن هنا جاء الاسم العلمي للنبات.

والثمار تؤكل ليس كغذاء فقط، ولكن لخصائصها الطبية، اذ أنها تنظف المعدة وتنقي الدم، وتعيد الحيوية والنشاط الى الجسم، كما ان تناول كمية كبيرة من الثمار يدر الطمث عند النساء وقد يؤدي الى الاجهاض. كما تستخدم الأوراق المهروسة او المطحونة كمادة لتنظيم الجسم من الشعر، ويقال ان الشعر المغسول بهذه الاوراق يصبح ناعما ولامعا جدا. كما يستخدم مهروس الاوراق في عمل لبخات لعلاج المفاصل المتورقة والمؤلّمة"

### اليانسون *pimpinella anisum*

أسهب رواد الأنطاكي وابن البيطار والشيخ ابن سينا الذي قال في قانونه الطبى وفي حديثه عن اليانسون وفوائده: " مفتح مع قبض يسير ، مسكن للأوجاع ، معرق ، محلل للرياح ينفع فى

التهيج وفي الوجه وورم الأطراف ، مدر للبلن ، ينفع في سد الكبد والطحال من الرطوبات ، يفتح سد الكلى والمثانة والرحم ، ينفع في العتيقة ( نوع الحميات ) ويدفع ضرر السموم والهوام "



وقال عنه (جالينوس) أحد أقطاب الطب في الحضارة اليونانية القديمة أنه ينفع في علاج بعض (الأمراض الداخلية) خاصة أمراض الجهاز الهضمي . وجاء الأطباء العرب إبان العصر الوسيط ليؤكدوا أهمية اليانسون وقد استحضروا من ثماره وأوراقه العديد من الأدوية النافعة لعلاج عدد كبير من الأمراض فوائد طبية ،

كان القدماء المصريين يصفون اليانسون للوقاية من بعض الأمراض وقد عدَّ الأقربازينى الشهير (ديسقوريدوس) فوائد اليانسون للإنسان ، وذلك من خلال صفحات موسوعته (الحشائش) عشب اليانسون حولى لا يزيد طول ساقه عن ٥٠ سم ، يحتوى على ٣١,٣% مواد بروتينية ، ٢٩,٧% دهون ، ٢٩,٦% مواد نشوية وسكرية ، ١٠,٩% ألياف كما يحتوى على أنواع عديدة ومتباينة من الأملاح المعدنية . وثمة نوعان من الزيوت تستخرج من بذور اليانسون . الأول : زيت طيار ، تتراوح نسبته بين ١,٥ إلى ٤,٥% وهو يستخرج بالتقطير ، ونسبة مادة الأنيثول (Anethol) تصل إلى نحو ٩٠% ويتميز هذا الزيت بأنه عديم اللون أخف من الماء لونه فاتح ، له رائحة جميلة وطعم مستساغ . الثانى : زيت ثابت : وتصل نسبته إلى نحو ٣٠% ويستخرج بالعصر بعد تليين البذور بالبخار ويتميز هذا الزيت بلونه المائل إلى الخضرة وانعدام رائحته .

أما أهم مركبات النكهة فى اليانسون فهى مادة مثيل كافيين (Methyl Chavicol) ، وقد دخل اليانسون معامل الطب الحديث وعكف على دراسته عشرات الصيادلة والأطباء فى الشرق والغرب على حد سواء وذلك للوقوف على مدى ما يتردد فى الأوساط الشعبية من فوائد جمّة ،

### استخدامات اليانسون العلاجية

طرد البلغم والسعال إذا استعمل مغلى ثماره كشراب ساخن أو فاتر وطرد الغازات ، وشرابه الساخن يعالج المغص المعوى باضافة زيتة إلى العديد من الأدوية المسهلة. وعلاج بعض أنواع الصداع وضيق التنفس والإعياء ، ويفيد فى حالات الربو. ومنبه قوى للجهاز الهضمى عند المسنين ، ويفيد فى علاج المغص الناتج عن سوء الهضم عند الأطفال. وعلاج الاستسقاء وضعف الكلى والطحال ، ويفيد فى حالات التشنجات لاحتوائه على مادة الأنيثول . ويقوى الطلق ويدر الطمث وينظمه عند النساء ويزيد من إدرار اللبن عند الرضاعة ، ويقوى المبيض عند المرأة (بعد سن

اليأس). وفتح للشهية كما أنه ينظف الأحبال الصوتية ويحسن الصوت . ويدخل في صناعة مستحضرات التجميل والمحاليل المطهرة ومعاجين الأسنان .

## الريحان

ورد في صحيح مسلم البخاري عن النبي صلى الله عليه وسلم: "من عرض عليه ريحان، فلا يردّه، فإنه خفيف المحمل طيب الرائحة". وفي سنن ابن ماجه: من حديث أسامة رضي الله عنه، عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: "ألا مشمر للجنة، فإن الجنة لا خطر لها، هي ورب الكعبة، نور يتلألأ وريحانة تهتز وقصر مشيد ونهر مطرد وثمره نضيجه وزوجة حسناء جميلة وحل كثرية في مقام أبدأ، في حبرة ونضرة، في دور عالية سليمة بهتة"، قالوا: نعم يا رسول الله، نحن المشمرون لها قال: " قولوا: إن شاء الله تعالى"، فقال القوم: إن شاء الله.

ويعرفنا ابن قِيم الجوزية عن الريحان بأنه: " كل نبت طيب الريح، فكل أهل بلد يخصونه بشئ من ذلك، فأهل الغرب يخصونه بالأس، وهو الذي يعرفه العرب من الريحان، وأهل العراق والشام يخصونه بالحبق. وهو قاطع للإسهال الصفراوي، دافع للبخار الحار الرطب إذا شم، مفرح للقلب تفرحاً شديداً، وشمه مانع للوباء. ويبرئ الأورام الحادثة في الحالبين إذا وضع عليها، وإذا دق ورقه وهو غض وضرب بالخل ووضع على الرأس قطع الرعاف، ويقوي الأعضاء الواعية إذا ضمد به، وينفع داء الداحس، وإذا ذر على البثور والقروح التي في اليدين والرجلين نفعها، ويجلو قشور الرأس وقروح الرطبة وبثوره، ويمسك الشعر المتساقط ويسوده، وحبه نافع من نفت الدم العارض في الصدر والرئة، دابغ للمعدة وليس بضار للصدر ولا الرئة لجلوته، وخاصيته النفع من استطلاق البطن مع السعال، وذلك نادر في الأدوية، وهو مدر للبول، نافع من لذغ المثانة، ولسع العقارب.

أما الريحان الفارسي " يسمى عشبة الحبسـق *Ocimum bocilium* " : يحتوي الحبق على زيت عطري طيار معظمه لينالول *Linalol* بالإضافة إلى مواد غلوكوزيدية وسابونينات. ينفع شمه من الصداع الحار إذا رش عليه الماء، ويبرد، ويرطب بالعرض، وبارد في الآخر، فيه من الطبائع الأربع ويجلب النوم، وبزره حابس للإسهال الصفراوي ومسكن للمغص، مقو للقلب، نافع للأمراض السوداوية. أما ما وجده الطب الحديث في طب الأعشاب يعد الحبق طارد للغازات، مقشع، مضاد تشنج، مدر للحليب عند الأم، ويستعمل محلوله داخلياً لعلاج أ- التهابات المعدة المزمنة، والنفخة، ولمنع التقيؤ خلال السفر، وعلاج القبض. ب- اضطرابات الجهاز التنفسي كالسعال والشهقة. ج- التهابات المجاري البولية، وتخفيف ألم العادة الشهرية المتأخرة.

ويستعمل خارجياً: أ - في مياه الحمام الساخن كمنشط قوي. ب- وفي كمادات على الجروح بطينة الالتئام وكشراب للغرغرة. [23]i

### شفاء العليل في عجائب الزنجبيل

الزنجبيل نبات من العائلة الزنجبالية، وهو أصلاً من نباتات المناطق الحارة، يحتوي على زيت طيار، له رائحة نفاذة وطعم لاذع يكثر في بلاد الهند الشرقية والفلبين والصين وسريلانكا والمكسيك، له أسماء وأنواع عدة منها: زنجبيل بلدي وهو الراسن - زنجبيل شامي - زنجبيل العجم - زنجبيل فارسي - زنجبيل الكلاب - زنجبيل هندي، وهو المعروف المستعمل، ويسمى بالكفوف، واسمه بالفارسي أدرك، وبالإنجليزي ginger، وبالفرنسي gingerbread، الاسم العلمي له Zingiben officinale، والجزء المستعمل من الزنجبيل: جذوره وسيقانه المدفونة في الأرض (الريزومات). والزنجبيل قليل الإقامة تسقط قوته بعد سنتين بالتسويس والتآكل لفرط رطوبته الفضلية ويحفظه من ذلك الفلفل. وهو حار في الثالثة يابس في آخر الأولى أو رطب الزنجبيل في الطب النبوي: ذكر أبو نعيم في كتاب (الطب النبوي) من حديث أبو سعيد الخدري - رضى الله عنه: أهدى ملك الروم إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم جرة زنجبيل، فأطعم كل إنسان قطعة، وأطعمني قطعة، وفي الطب القديم، يقول ابن قيم الجوزية: "الزنجبيل حار في الثانية، رطب في الأولى، مسخن معين على هضم الطعام، ملين للبطن تلييناً معتدلاً، نافع من سدد الكبد العارضة عن البرد والرطوبة، ومن ظلمة البصر الحادثة عن الرطوبة أكلاً واكتحالاً، معين على الجماع، وهو محلل للرياح الغليظة الحادثة في الأمعاء والمعدة". وقال داود الأنطاكي في (( التذكرة)): زنجبيل معرب عن كاف عجمية هندية أو فارسية، وهو نبت له أوراق عراض يفرش على الأرض وأغصانه دقيقة بلا ظهر ولا بذر ينبت بدابول من أعمال الهند، وهذا هو الخشن. الضارب إلى السواد، (ويوجد) بالمندب وعمان وأطراف الشجر، وهذا هو الأحمر وجبال من عمل الصين، حيث يكثر العود وهو الأبيض العقد الرزبين الحاد الكثير الشعب، ويسمى الكفوف وهذا أفضل أنواعه. وقال صاحب المعتمد الملك المظفر يوسف التركماني: زنجبيل هو عروق تسرى في الأرض وليس بشجر ويؤكل رطباً، كما يؤكل البقل ويستعمل يابسا، وينبغي أن يختار منه ما لم يكن متأكلاً.. وقوة الزنجبيل مسخنة معينة في هضم الطعام، ملينة للبطن تلييناً خفيفاً جيداً للمعدة، وظلمة البصر، ويقع في أخلاط الأدوية المعجونة، وبالجملة في قوته شبه من قوة الفلفل في آخر الدرجة الثالثة،- رطب في أول الأولى نافع من السدد العارضة في الكبد من الرطوبة والبرودة معين على الجماع، محلل للرياح الغليظة في المعدة والأمعاء، زائد في المنى صالح للمعدة والكبد الباردتين يزيد في الحفظ، ويجلو الرطوبة عن نواقي الرأس والحلق، وينفع من سموم الهوام، وإذا

ربى أخذ العسل بعض رطوبته الفضلية، ويخرج البلغم والمرّة السوداء على رفق وسهل لا على طريق إخراج الأدوية المسهلة، وإذا خلط في الشيء مع رطوبة كبد الماعز وجفف وسحق واكتحل به نفع من الغشاوة وظلمة البصر، وإذا مضغ مع المستكى أهدر من الدماغ بلغمًا كثيرًا.

وقال ابن سينا عن الزنجبيل : زنجبيل (الماهية) قال ديسقوريدوس: ((الزنجبيل أصوله صغار مثل أصول السعد لونها إلى البياض وطعمها شبيه بطعم- الفلفل طيب الرائحة ولكن ليس له لطافة الفلفل، وهو أصل نبات أكثر ما يكون في مواضع تسمى طرغلود لطفى، ويستعمل أهل تلك الناحية ورقه في أشياء كثيرة كما نستعمل نحن الشراب في بعض الأشربة وفي الطبخ. إلى أن قال: (الأفعال والخواص): حرارته قوية ولا يسخن إلا بعد زمان لما فيه من الرطوبة الفضلية لكن إسخانه قوى ملين يحلل النفخ: وإذا ربي أخذ العسل بعض رطوبته الفضلية ويجف أكثر أعضاء الرأس) يزيد في الحفظ ويجلو الرطوبة عن نواحي الرأس والحلق (أعضاء العين)، ويجلو ظلمة العين للرطوبة كحلا وشربا (أعضاء الغذاء يهضم، ويوافق برد الكبد والمعدة، وينشف بلة المعدة وما يحدث فيها من الرطوبات من أكل الفواكه (أعضاء النفض)، يهيج الباءة ويلين البطن تليينا خفيفا.

### استعمالات الزنجبيل العلاجية

يفتح السدد ويستأصل البلغم واللزجات والرطوبات الفاسدة المتولدة في المعدة ، ويحلل الرياح وبرد الأحشاء واليرقان وتقطير البول ويدر الفضلات ويغزر وينشف البلغم الغالب على البدن ويزيد في الحفظ، ويوافق برد الكبد والمعدة، ويدفع به ضرر الأطعمة الغليظة الباردة". ولتقوية الذاكرة وللحفظ وعدم النسيان: يؤخذ من الزنجبيل المطحون قدر ٥٥ جرام، ومن اللبان الذكر (الكندر) ٥٠ جرام، ومن الحبة السوداء ٥٠ جرام تخلط معا وتعجن في كيلو عسل نحل وتؤخذ منه ملعقة صغيرة على الريق يوميا مع صنوبر وزبيب. ولتقوية النظر ولعلاج العشى الليلي: يشرب كوب عصير جزر عليه نصف ملعقة زنجبيل مطحون مع إمرار مرود معجون زنجبيل بعسل نحل على العينين قبل النوم. وهو صالح للكبد والمعدة الباردتي المزاج، وإذا أخذ منه مع السكر بالماء الحار، أسهل فضولاً لزجة لعابية، ويقع في المعجونات التي تحلل البلغم وتذيبه.

### البابونج Chamomile



البابونج ، نبات عشبي حولي يبلغ ارتفاعه نحو ١٥ - ٥٠ سم، ساقه سريعة النمو كثيرة التفرع ويزهر بعد ٦- ٨ أسابيع من انباته، وأوراقه متناوبه ريشية ومجزأة إلى أقسام صغيرة متطاولة خيطية، للنبات

رائحة منعشة مميزة، والنورة والأزهار المحيطة السيئية بيضاء اللون والأزهار الداخلية أنبوبية ولونها أصفر. يعيش البابونج في الحقول وعلى أطراف الأودية وحول المنازل وعلى أسطح المنازل في بعض البلدان. يعرف البابونج علمياً باسم *Matricaria Chamomilla* وهو النوع البري بينما يوجد نوع آخر يعرف باسم *Anthemis nobelis* وشكله مختلف عن النوع الأول وكلاهما يحتويان على المواد الفعالة أو المؤثرة.

يعد البابونج من أشهر النباتات البطنية على الإطلاق ولا يكاد يخلو منه منزل من منازلنا، فإليه يعود الناس فور شعورهم بألم في البطن، مغمصاً كان سببه أم شيئاً آخر. قال عنه ابن سينا : البابونج حشيشة ذات الوان منه اصفر الزهر ومنه ابيضه ومنه فرفيرية وهو معروف بحفظ ورقه وزهره بان يجعل اقرصاً واصله يجفف ويحفظ. وقال جالينوس: هو قريب القوة من الورد في اللطافة لكنه حار وحرارته كحرارة الزيت ملائمة وينبت في اماكن خشنة وبالقرب من الطرق ويقلع في الربيع ويجمع . ويقول ابن البيطار : في جامعه "البابونج ينفع في علاج الأعياء أكثر من كل دواء، ويسكن الوجع ويرخي في الأعضاء المتمددة ويلين الأشياء الصلبة اذا لم تكن صلابتها كثيرة ويخلخل الأشياء الكثيفة ويذهب الحميات التي تكون من ورم الأحشاء. يسقى طبيخه للنفخ والقولون ويصلح انزيمات الكبد، مدر للبول نافع من الصداع البارد. اما داود الانطاكي في تذكرته فيقول : لا شيء مثله في تفتيح السداد وازالة الصداع والحميات والنافض، يقوي الباءة والكبد ويفتت الحصى مطلقاً يدر الفضلات، وينقي الصدر من نمو الربو ويقلع البثور ويذهب الأعياء والتعب والصلابات والنزلات وفساد الأرحام وينفع من السموم ودخانته يطرد الهوام. و يفتح الصمم ويزيل الشقوق ووجع الظهر وعرق النسا والمفاصل والنقرس".

العناصر المؤثرة المتوفرة في البابونج تشمل مادة الأزولين هي المادة الفعالة التي تكسب البابونج تأثيره الشافي، ومن خواصها أنها، كزيت الزيتون الذي يحتوي على حوامض دهنية غير مشبعة، كثيرة الالفة الكيميائية، سريعة الاندماج بالمواد الأخرى لتركيب مواد نافعة منها. ولكي يجري التفريق بين مادة الأزولين الموجودة في البابونج وبين الأزولين الموجود في النباتات الأخرى، فقد أطلق على أزولين البابونج اسم شام أزولين. وهو أزرق اللون ويخرج من البابونج إذا ما صنع الشاي منه أو إذا ما جرى تعريض أزهاره لبخار الماء في المختبرات .

من الخصائص الفريدة للبابونج أن له مفعولاً مقاوماً لحدوث الأحلام المفزعة أو الكوابيس بالإضافة إلى أنه مهدئ عام للجسم و النفس معاً ، و لذلك فهو يفيد في حالات الأرق و الإكتئاب و الخوف و الأزومات النفسية بوجه عام والتي تزيد خلالها فرصة التعرض لحدوث الكوابيس . يستعمل مسحوق الأزهار من الخارج لمعالجة الالتهابات الجلدية والقروح والجروح في الفم والتهاب الأظافر.

يستعمل لعمل غسيل مهبلي لمعالجة إفرازات المهبل البيضاء أو الننتنة، أو للتقيحات الجلدية بشكل عام. حيث تجلس السيدة في مغطس به هذه الأزهار لكون مطهراً ويقتل فطر الكانديدا ويقتل البكتيريا العنقودية. وتستخدم أزهار البابونج علاج لنزيف الرحم. حيث تحتوي أزهار البابونج على زيت طيار وأهم مركب فيه هو بروزولين كما يحتوي على فلافونويدات وجلوكوزيدات مرة وكومارينات ومواد عفصية. تستعمل كمضادة للالتهابات ومضادة للمغص ومرخية لعضلات الجسم وطارد للغازات أو الأرياح ومضاد للحساسية. وتستخدم وصفة توقف الحيض المفرط بوضع ملء ملعقة كبيرة من أزهار البابونج في كوب ويصب عليها الماء المغلي ثم يترك لينقع لمدة ١٠ دقائق و يصفى جيدا ويشرب كوب ثلاث مرات في اليوم وذلك بين أو قبل وجبات الطعام ويحذر تناول مغلي البابونج بعد الأكل مباشرة لأنه قد يسبب ألما في المعدة أحيانا. مغلي البابونج مفيد لحالات الاضطرابات الهضمية ومضاد للتقلصات وخافض للحرارة. وذلك باستخدام كمادات البابونج المنقوعة بماء البابونج الحار لمعالجة المغص وغير ذلك بوضعها فوق المعدة. ويمكن مزج ٤٠ غرام من البابونج بأعشاب طبية أخرى مثل ٣٠ غراما من النعناع مع ٣٠ غراما من الترنجان، وأخذ من هذا المزيج مقدار فنجان من الشاي لهذا الغرض. أو يمكن مزج ٢٠ غراما من الشمر مع ٤٠ غراما من زيت الزيتون ومثلها من البابونج لمعالجة بعض أحوال الاضطرابات المعدية. أو بشرب شاي معمول من عرق السوس، والبابونج، والشمر والغاسول، على أن تؤخذ منها مقادير متماثلة، ولا يؤخذ من هذا الشاي سوى فنجان واحد مساء، ما لم يصف الطبيب غير ذلك. يستطيع البابونج أن يعمل نفس عمل المضادات الحيوية في شفاء الالتهابات. فإذا ماغلي شيء منه واستنشق بخار مغلي الأزهار بعد ان يغطي الرأس مع القدر بقطعة كبيرة من القماش مدة ربع ساعة على الأقل، استطاع أن يزيل الالتهاب من تجاوبفه الأنفية والجبهية بسرعة، وأن يقضي على جميع التهاب المسالك الهوائية: الأنف والحنجرة والقصبات الهوائية والنزلات الصدرية خلال مدة قصيرة. يساعد البابونج على رفع التشنجات الحاصلة في المعدة، وسائر أقسام الجهاز الهضمي، ويزيل المغص من المعدة والأمعاء والمرارة أحيانا. وعلاوة على ذلك فإن باستطاعته أن يخفف آلام العادة الشهرية. يساعد البابونج أيضا على شفاء الجراح غير الملتئمة بسرعة، وعلى الأخص في تلك الأماكن من الجسم التي تعسر معالجة الجراح فيها، كالقسم الأسفل من الساق. فهنا يمكن معالجة الجراح بكمادات البابونج أو المراهم المركبة منه، فتندمل بعد وقت قصير. كما أن البابونج يعمل على شفاء التقرحات المعدية. يحسن البابونج جهاز المناعة ويعمل على زيادة كريات الدم البيضاء. يستخدم البابونج في مستحضرات التجميل الطبية.

## الثوم

في الحديث الكريم: "من أكلهما فليمتهما طبخاً". وقد أهدى إلى رسول الله طعام فيه ثوم، فأرسل به إلى أبي أيوب الأنصاري، فقال: يا رسول الله، تكرهه وترسل به إلي؟ فقال: "إني أناجي من لا تناجي".

وما يذكره ابن قيّم الجوزية: "هو حار يابس في الرابعة، يسخن تسخيناً قوياً، ويجفف تجفيفاً بالغاً، نافع للمبرودين، ولمن مزاجه بلغمي، ولمن أشرف على الوقوع في الفالج، وهو مجفف للمني، مفتاح للسدد، محلل للرياح الغليظة، هاضم للطعام، قاطع للعطش، مطلق للبطن، مدر للبول، وإذا دق وعمل منه ضماد على نهش الحيات أو على لسع العقارب، نفعها وجذب السموم منها. وهو يقطع البلغم، ويحلل النفخ، ويصفي الحلق، وينفع السعال المزمن. وإذا دق مع الخل والملح والعسل ثم وضع على الضرس المتأكل فنته وأسقطه، وعلى الضرس الوجع سكن وجعه. وإذا طلي بالعسل على البهق نفع".

وقد ركز طب الأعشاب الحديث اهتمامه بالثوم وذكر له الخواص الآتية: يحتوي على زيوت طيارة وعلى مركب الأليلين، بالإضافة إلى ذلك فإن الثوم غني بعنصر اليود I<sub>2</sub> وكذلك فيتامينات A, B<sub>1</sub>, C وبعض المركبات الستيروئيدية. يستعمل الثوم لعلاج إصابة الأمعاء بمختلف الجراثيم، وهو يخفض من مخاطر الإصابة بالسكتة الدماغية وذلك بتخفيض نسبة الكوليستيرول في الدم وتخفيض الضغط المرتفع. الوقاية من أخطر الأمراض وأسرعها انتشاراً ... ألا وهو مرض الكوليرا بعد أن تبين أن وباء الكوليرا عام ١٧٧٦ لم يصب من تناولوا الثوم يوماً عشوائياً ثم أعلن العلم أخيراً أنه فعلاً مطهر عام خصوصاً للمعدة والأمعاء وأنه يقي من الأوبئة والأمراض المعدية. الوقاية من مرض السرطان بعد أن اتضح أنه يعيق نمو الخلايا السرطانية ... ويبقى الثوم إلى حد كبير من مرض شلل الأطفال. يقلل من مستوى السكر في الدم ويزيد هرمون الأنسولين الأمر الذي يبشر بأمال جديدة لمرضى السكري بوقايتهم من مضاعفاته، وهذا يخفض من ضغط الدم ويبقى ويعالج تصلب الشرايين إذ يمنع تكون الكولسترول على جدران الشرايين مما يسبب تصلبها ... ويعالج الإسهال مهما كانت أسبابه وأنواعه ويقلل من خطر النوبات القلبية، يستعمل ظاهرياً لتسكين الألم بوضع فصوص مهروسة على موضع الآلام الروماتيزمية أو الأسنان ... كما يعالج عصيره مرض تقيح اللثة المزمنة. الثوم يعالج السعال ويطرد البلغم ... ويريح في أزمت الربو ويدر البول ... ويخرج الغازات ومفيد للأعصاب والقوة الجنسية ... وهو لكل هذه العلاجات يطلق عليه اسم (ترياق الفقراء) ويمكن معالجة رائحة الثوم بمضغ أعواد البقدونس بعد تناوله ... ومعظم ما في الصيدليات من أدوية لعلاج الأمراض مستخدمة من الثوم أو يدخل فيها كعنصر أساسي ... وهناك

نوع من الكبسولات من الثوم وحده يوجد فى الصيدليات ويطلق عليه اسم (To mex) تو مـكس  
 الثوم يحارب مرض " السيدا " Seda " : مع أن الثوم ذو رائحة كريهة مؤذية لكن الله تعالى جعله  
 دواء فى بعض الحالات حيث يلعب دوراً هاماً فى معركة التخلص من مرض نقص المناعة  
 المكتسبة Seda . ثبت بالتجربة أن الثوم النبئ أكثر فائدة من المطبوخ فهو يقتل بعض الفيروسات  
 والفطريات والطفيليات

### الخاتمة

وتزدحم قائمة النباتات الطبية والأعشاب والحشائش الدوائية بعشرات الألوف من أصناف اخرى لا  
 مجال لذكرها هنا منها" الشوفان والشعير والطماطة والتي مع الزنجبيل وفاكهة الموز تكون  
 هورمون السعادة لدى الانسان"، هذا اضافة الى امثلة عديدة من الفواكه والخضار . ولأن الله  
 سبحانه وتعالى لم يفتح بعد على عباده بما يعلمون من أسرار هذه الأعشاب والنباتات لم يعرف العلم  
 عنها بعد أو لم يصل الإنسان إلى أصناف اخرى ، والأمر كله بيد الله سبحانه خالق الداء والدواء .  
 وصدق الله العظيم يقول : ( قل انظروا ماذا فى السموات والأرض وما تغنى الآيات والنذر عن قوم  
 لا يوقنون )سورة يونس الآية (١٠١)

### المصادر

- ١- التداوى بالقرآن: تأليف أبو حامد الغزالي - دار الكتاب الحديث ١٩٨٨م.
- ٢- معجزات الشفاء: تأليف أبو الفداء محمد عزت عارف ١٤٠٩هـ.
- ٣- الادوية والقرآن الكريم: تأليف الدكتور محمد هاشم الدار السعودية الطبعة الثانية ١٩٨٥م.
- ٤- قاموس الغذاء والتداوى بالنباتات: تأليف أحمد قدامة - دار النفائس - الطبعة الثانية ١٩٩٠م
- ٥- كتاب " ثبت علمياً " أ. محمد كامل عبد الصمد - الجزء الثانى - ص ٨٠
- ٦- مجلة "منار الإسلام" الطببائية العدد الثانى عشر - السنة الخامسة عشرة - ذو الحجة ١٤١٠هـ -  
 يونيو ١٩٩٠
- ٧- كتاب " القانون فى الطب" لابن سينا - بتصرف يسير .
- ٨- كتاب "ثبت علمياً" الجزء الثانى ، أ. محمد كامل عبد الصمد - ص ١٢١ .
- ٩- ١١- كتاب " ثبت علمياً " - الجزء الثانى - للأستاذ / محمد كامل عبد الصمد .
- ١٠- مجلة الـ (الأمة) القطرية -العدد التاسع والثلاثون - السنة الرابعة - ربيع الأول ١٤٠٤ هـ.
- ١١- من دراسة منشورة بالمجلة العربية السعودية - عدد يونيو ١٩٨٥ .
- ١٢- جريدة العالم الإسلامى " السعودية " - العدد (١٣٢٢) .
- ١٣- جريدة " الأهرام " القاهرية - العدد (٣٩٠٩٢) ١٧ ديسمبر ١٩٩٣ .
- ١٤- كتاب " ثبت علمياً " الجزء الأول للأستاذ / محمد كامل عبد الصمد .
- ١٥- مجلة " بلسم " العدد (١٨٨) السنة السابعة عشر - فبراير ١٩٩١ .
- ١٦- مقالنا بمجلة " الرابطة الإسلامية " السعودية - عدد رجب ١٤١١ هـ .
- ١٧- مجلة " الكويت " - العدد (١٠٧)
- ١٨- مجلة " الكويت " الكويتية - العدد ١٠٧
- ١٩- كتاب " التداوى بالأعشاب" - د. أمين رويحة .

- ٢٠- كتاب " معجزات الشفاء فى الحبة السوداء والعسل والثوم والبصل " أبو القدار محمد عزت عارف .
- ٢١- كتاب " دنيا الزراعة والنبات وما فيهما من آيات " - أ. عبد الرازق نوفل
- ٢٢- مجلة (منار الإسلام) الطببانية - عدد صفر ١٤١١ هـ - أغسطس ١٩٩٨ .
- ٢٣- جريدة الأهرام القاهرية - العدد (٣٩٠٩٢) - ١٧ ديسمبر ١٩٩٣ .
- ٢٤- <http://www.khayma.com/hawa>
-