

ORIGINAL ARTICLE

اللحوم في المنظور الطبي في أرجوزة الشاعر عبدالقادر الشقروني المغربي

Meat in Abdol Ghader Chakrouni's Ourjouza from the Medical Point of View

Ati Abiat¹, Malek Kaab Omeir²

1-Department of Arabic Martyr, Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran

2- PhD candidate of Arabic Literature, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran

Correspondence: Ati Abiat; Department of Arabic martyr Chamran University, Ahvaz, Iran;

ati.abiat@yahoo.com

Abstract

To physicians, meat is considered as the best nutrition because it includes rich protein that is necessary for the construction of body cells and tissues. Also meat is regarded as the basic food meeting the nutritional and therapeutic needs of human beings.

Meat, because of containing the high nutritional value, has been a good indicator of economic growth and social welfare of communities. Various poets have long mentioned the vital medical benefits of meat and its therapeutic aspects. Among these poets, the renowned physician, Abdol Ghader Chakrouni Mknasi contributed greatly toward introducing the western culture and civilization to the world. This poet in his ourjouza made an attempt to classify different types of meat, their nutritional and therapeutic value.

This article, through descriptive-analytical method, intends to, firstly, analyze the nature of different types of meat, their benefits and harms, and secondly, discover the medical findings of the poet over meat and compare them with the findings of modern medicine. This study has concluded that eating some meat in certain quantities may help treating certain diseases. Furthermore, grill-roasted meat is considered healthier than fried meat. This research has found that the poet's findings about different types of meat and their therapeutic impacts and its treatment correspond to those of modern medicine in many respects.

Key words: Ourjouza, meat, medicine, nutrition, therapy Abdol Ghader Chakrouni

Received: 1 Des 2013; Accepted: 2 Jul 2014; Online published: 10 Nov 2014

Research on History of Medicine/ 2014 Nov; 3(4): 239-256

عاطي عبيات¹

مالك كعب عمير²

1-استاديار گروه عربي دانشكده الهيات ومعارف اسلامي

دانشگاه شهيد چمران اهواز، اهواز، ايران

2-دانشجوی دکتری رشته زبان و ادبیات عرب دانشگاه

شهيد چمران اهواز، اهواز، ايران

لکاتب المسئول: عاطي عبيات استاديار گروه عربي دانشكده

شهيد چمران اهواز، اهواز، ايران

ati.abiat@yahoo.com



المُلخَص

يعتبر اللحم عند الأطباء أقوى الأغذية نظراً لاحتوائه على الكثير من المواد البروتينية اللازمة في بناء الأنسجة والخلايا، كما يُعد الدعامة الأساسية في تغذية الإنسان وتأمين حاجياته الغذائية والعلاجية. وبناء على أهميته البالغة في الحياة البشرية أصبح علامة دالة على الغنى الاقتصادي والرخا الاجتماعي، وعلى هذا الأساس انعكست أهميته الحيوية في التغذية والعلاج في النصوص الشعرية وراح الشعراء يتغنون بفوائده، ومن جملة هؤلاء الشعراء، الشاعر والطبيب عبدالقادر الشقروني المكناسي (ت ١٧٢٧م) الذي مثل التراث والحضارة المغربية في إسهاماته العلمية، ودأب في أرجوزته على تناول أصناف اللحوم مبيناً قيمتها الغذائية ووصفتها العلاجية. في التداوي من بعض الأمراض والأسقام. يسعى هذا البحث عبر المنهج التوصيفي التحليلي إلى الكشف عن ماهية اللحم في أرجوزة ابن شقرون، وبيان منافعها ومضارها، فدرسنا أرجوزة الشاعر الذي ذكرت أنواع اللحوم واستخرجنا منها ما توصل إليه الشاعر من معلومات طبية ثمينة تدور حول اللحوم وخواصها الإيجابية والسلبية وإرشاداته بالنسبة لاستعمالها، واكتشفنا قيمة طبية مهمة تتلاقى في الكثير من الأحيان مع منجزات الطب الحديث بخصوص فوائد بعض اللحوم.

وخلصت هذه الدراسة إلى أن تناول بعض اللحوم بكميات معينة قد تساعد في معالجة بعض الأمراض والأسقام كما أن اللحوم المشوية أكثر صحية عن سائر اللحوم المقلية وغيرها.

الكلمات الأساسية: أرجوزة الشقروني، اللحوم، الطب، التغذية، عبد القادر بن شقرون

المقدمة

تشكل الحيوانات والطيور والأسماك منذ القدم إلى الآن الدعامة الأساسية في تغذية الإنسان وتأمين حاجياته الغذائية والعلاجية. وقيل قديماً عن الإنسان: إنه أكل كل شيء، أي إن تركيبه يدل على أنه مُعد ليأكل لحم الحيوان والخضروات والفواكه. بدأ الإنسان في غابر الدهر بأكل اللحم مضطراً، أكله أولاً نيئاً، ثم مشوياً على مواقد بدائية، وفي هذا حصل على أعظم اكتشاف هو "النار" التي حفظت وجوده، وعلى عادة أكل اللحم الذي أصبح مردافاً لكلمة "القوت" فالقوت الذي قدم له فيما بعد الغذاء الجوهري الذي هو رمز قيمة الحياة! إن الحقيقة الثابتة في حياة الإنسان أو الحيوان-منذ وجد على سطح الأرض أنه يأكل ليتغذى، وليعيش، وليس يعيش ليأكل- كما يجب بعض الناس أن يخرج الحقيقة عن جوهرها الصحيح. ولكي يحصل على الغذاء الذي يقيم أوده، ويحفظ القوة والنشاط في جسمه، اعتمد على أقرب وأسهل شيء إليه ليدفع بها الحاج جوعه. ولما كان الأكل ضرورياً للإنسان لصيانة حياته، والغاية منه تغذية جسمه، فقد تغذى أولاً على لحوم الحيوانات التي كانت تحبب به، وكان يتناول اللحوم النيئة، وكان أيضاً يتغذى ببعض الفواكه من أشجار الغابات وبعض الأسماك والطيور كل ذلك بهدف سد رمق جوعه. فاللحم كما يقال غذاء أساسي وضروري للإنسان لا يستغني عنه ولا سيما في أطوار النمو عند الأطفال والشبان وعند الحوامل. يوفر للإنسان البروتينات الضرورية. كما أنه خير المواد التي تزيد من إفراز العصارات الهضمية وخاصة عصارة المعدة، ولذلك يعتبر من المواد المشهية التي يوصى باستعمالها عند الضعفاء وفاقد الشهية والناقهين من الأمراض المزمنة، وعند الأطفال والشباب كما يحتوي اللحم على الحموض الأمينية الضرورية لصيانة حياة الإنسان. وهكذا كثر استهلاك اللحم، حتى أصبح علامة الغنى الاقتصادي في كل بلد تتمتع به من بلدان العالم، كما كان القاعدة الأساسية للغذاء البشري.

فالقرآن الكريم بناء على ذلك لفت أنظار الناس إلى أهمية الغذاء (التغذية باللحوم) في حياة الأمم والشعوب، وذلك من خلال ربطه بالأمن والاستقرار السياسي، وقد تجلّى ذلك المعنى من خلال سورة قريش، حيث أمّن الله عزوجل على قريش بما أفاء عليهم من نعمة الأمن الغذائي وتجلّى ذلك في الآية الرابعة من سورة قريش، حيث قال رب العزة: «الذي أطعمهم من جوع



2- baghare:172

3- baghare:173

4- baghare:57

5- maede:88

6- nahl:114

« ونعمة الأمن والاستقرار السياسي » وَأَمَنَّهُمْ مِنْ خَوْفٍ « وجعل ذلك من النعم العظيمة التي تستحق الشكر والعبادة.
فالثقافة القرآنية طبقاً لهذه المقولة الأساسية كانت دوماً وماتزال تحرص على التغذية السليمة وأكل الحلال من لحوم الحيوانات والطيور والأسماك ومعرفة الحيوان وحثت المسلمين في أكثر من موضع في هذا الصدد: ومنها قوله تعالى في سورة البقرة: « يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ تَعْبُدُونَ² » وقوله تعالى: « إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهْلَ بِهِ لِغَيْرِ اللَّهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ إِنْ لَمْ يَجِدْ فَإِنَّ اللَّهَ فَخْرٌ رَجِيمٌ³ » وقوله تعالى: « كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ⁴ » وَقَالَ تَعَالَى أَيْضاً: « وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَانْفِقُوا اللَّهُ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ⁵ » كمال قال تعالى في سورة النحل: « فَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاشْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ تَعْبُدُونَ⁶ » وعلى إثر تلك المقولة القرآنية راح علماء وأطباء المسلمين في أنحاء الحضارة الإسلامية البحث والتقصي حول معرفة الحيوان ومنافعه.

فالحضارة الإسلامية على مدى عمرها قدّمت إسهامات كبرى في العلوم الطبية، حيث تكاملت هذه العلوم مع علم الطب كما يقال في تحقيق بيته صالحة للحياة الإنسانية والحيوانية، والنباتية الأمانة. ومن جملة هؤلاء الأطباء والأدباء، والذي مثل التراث والحضارة المغربية خير تمثيل في عطائها وإسهاماتها العلمية والطبية هو "عبدالقادر الشقروني" الذي كانت له بصمات واضحة في علوم النبات والتغذية.

وقبل الدخول في صلب الموضوع يجب تسليط الضوء على بعض المفاهيم:

١- التعريف بمسألة اللحوم ومكانتها في حياة الإنسان
تعتبر اللحوم (الحمراء-البيضاء) مصدراً أساسياً في توفير الغذاء وتأمين حاجيات الإنسان منه في بناء الجسم السليم وتزويده بالطاقة اللازمة لبناء حياة كريمة واقتصاد زاهر لجميع المجتمعات. في كل الأزمان. ونظراً لأهميتها البالغة والدقيقة في تغذية وعلاج جسم الإنسان حازت على مساحة واسعة من اهتمام الإنسان ولذلك راح الإنسان يستثمر جميع طاقاته لتوليد هذا المكون الأساسي والضروري لديمومة حياته وبقاء نوعه فسعى ويسعى دوماً بشتى الوسائل للحفاظ عليه، بدءاً من تربية المواشى والدواجن ووصولاً إلى الإهتمام بالثروة السمكية وإنشاء مزارع الأسماك في الأحواض والأهوار ووظائف الأنهر والبحار.

٢- أسئلة البحث

الف: كيف عرّف ابن شقرون اللحوم في أرجوزته؟

ب: هل يعتبر ابن شقرون تناول كل اللحوم مفيدة وناقعة لجسم الإنسان؟
ت: ماهي المنافع والمضار المترتبة على تناول اللحوم على ضوء أرجوزة الشاعر؟

ث: هل يعتبر ابن الشقرون اللحوم الحمراء أكثر نفعاً من اللحوم البيضاء؟
ج: ما هو وجه التلاقي والتشابه أو الإفتراق ما بين رؤية الشاعر الطبية القديمة ورؤية الطب الحديث ومعطياته بخصوص اللحوم ومنافعها ومضارها؟

٣- أهمية البحث

نظراً لمكانة اللحوم في تغذية جسم الإنسان وعلاجه ودورها الفعال في تنشيط الحركة الإنسانية وإزدهار المجتمعات وترعرع اقتصاد البلدان. راح التوصيات القرآنية وما رافقها من أحاديث نبوية تحث الإنسان على تناول اللحوم الطيبة (لحم الحلال) وبناءً على أهميتها البالغة في حياة الأمم والشعوب على الصعيد الصحي والاقتصادي والأمني تبوأ مكانة مرموقة في السلم الغذائي البشري. ولذلك أصبحت من النعم الكبيرة التي تستوجب الشكر والعبادة.

٤- الأهداف المنشودة

نحاول في هذا البحث استجلاء المعارف الطبية الواردة بخصوص منافع اللحوم ومضارها في أرجوزة الشاعر "الشقروني" وبيان مدى أهميتها في تغذية الجسم وعلاجه، ولنسج أيضاً إلى استطلاع ما إذا كان اللحم



يُعتبر عنصراً مفيداً أو مضرراً في تغذية الجسم؟ وهل تتلاقى المعلومات الطبية في الأرجوزة مع معطيات الطب الحديث؟
5- الدراسات السابقة

عُرف الرجز عند العرب منذ عصر ما قبل الإسلام، وكانت تُنظم فيه قصائد قصار في الحماسة. والرجز هو أقرب بحور الشعر إلى النثر ولذلك سموه «حمار الشعراء». وكان ديوان العرب قبل الإسلام وبعده، وكان كتاب لسانهم وخزانة أنسابهم ومعدن فصاحتهم وموطن الغريب من كلامهم لذلك حرصوا عليه واعتنوا به حفظاً وتدويناً والرجز هو أكثر البحور استعمالاً في أشعار الحماسة كما ذكرنا، وكذلك في التعبير عن أفكار مدرسية أو علمية يُراد حفظها، وفي المواعظ والحكم، فنظمت فيه قواعد النحو والإعراب والتجويد والفقه والطب والكيمياء وغير ذلك⁷. وما هذا الاختيار للرجز إلا لسهولة نظمه ووقع جرسه المؤثر في النفوس، وسهولة حفظه وتداوله أما في الطب فقد ألفت أراجيز كثيرة لتدوين المعلومات وتسهيل حفظها نظراً لما احتواه الطب من أسماء غريبة ومعلومات دقيقة يجب التقيد بها. واشتهرت من هذه الأراجيز أرجوزة ابن سينا، وهي ألفية يتجاوز عدد أبياتها الألف بيت، وتعد من أهم وأقدم القصائد الطبية. ومن الأراجيز المهمة في الطب أرجوزة ابن طفيل التي تتكون من ٧٧٠٠ بيت أوضح فيها مختلف علوم الطب. ومن الأراجيز الطبية الأخرى نذكر منها الآتي: أرجوزة أبي عثمان الأندلسي في شراب الرب، والأرجوزة القانونية أو المنظومة القوامية التي نظمها قوام الدين محمد ابن محمد مهدي الحسني (الحسيني) القزويني، وأرجوزة شمس الدين محمد بن مكي التي تبحث في عدد العروق المفصودة، وأرجوزة في الحمى للشيخ الطبيب عبدالله أفندي، وأرجوزة علامة السعادة في حكم الأغذية المعتادة لعل بن حسن بن علي بن خلف القيسي المراكشي، وغيرها. فالشعر المغربي بسبب خصوصيته الفريدة والمتميزة التي حظي بها على الصعيد العربي والعالمي، تناولته بعض الدراسات والأبحاث في مجالات شتى ولم تختصر تلك الأبحاث على موضوع بعينه. فالدراسة التي نحن بصددتها هي دراسة جديدة من نوعها وجديرة بالاهتمام وعلى حد ظني والله أعلم، لم يفرد أحد من الباحثين بحثاً مستقلاً تناول معرفة الحيوان وخواصه لحمه ومنافعه ومضاره على الصعيد العلمي والطبي بل كل ما وجدناه هو وصف للحيوان والطيور وبعض التأليفات العلمية القديمة التي تناولت معرفة الحيوان ومن هذه الدراسات كتاب "حياة الحيوان الكبرى" لكamal الدين محمد بن موسى الدميري وكتاب "الحيوان" للجاحظ وكتاب "عجائب المخلوقات" للباحث زكريا محمود القزويني، وكتاب "ضواري الطير" لغطريف بن قدامة الغساني، وكتاب "منافع الأغذية ودفع مضارها" لأبي بكر محمد بن زكريا الرازي، وكتاب "تدبير الأطعمة" للكندي (٨٠١ق) وكتاب "تدبير الأصحاء بالمطعم والشراب" لحنين بن اسحاق (٨٠٩ق) وكتاب "الأغذية" لأبي مروان ابن زهر. وكل هذه التأليفات لم تتطرق إلى أرجوزة الشاعر وما تطرقنا إليه.

السيرة الذاتية للشاعر والطبيب "عبدالقادر بن العربي الشقروني"
صاحب هذه الأرجوزة هو العلامة "عبد القادر بن العربي بن شقرون" المنبهي المدغري المكناسي، طبيب ماهر، وفقه متمكن، وأديب بارع، أخذ العلم بمدينة فاس ومكناس عن خيرة علماء عصره، كأحمد بن الحاج، ومحمد المسناوي الدلائي، وعبد الرحمان بن عمران، وعبد السلام القادري، وأحمد بن محمد أدراق، وأبي مدين السوسي، وسعيد العميري التادلي وآخرين. حتى قال عنه العلامة محمد بن الطبيب العلمي في كتابه "الأنيس المطرب فيمن لقيته من أدباء المغرب": «شاعر مصيب، رجع من البلاغة بمرعى خصيب»⁸ وأتى له بأشعار متغزلاً ومتوسلاً وغيرها ومعلومات طبية وأحرز "الشقروني" من الدراية أوفر نصيب، ودخل بيوت العربية من أوضح المسالك، كما يقال فرَكَّب الأدوية، وانتشرت له بين الحكماء اللوية، وعرف الأمراض، وأرسل سهام الرقى فأصابته الأغراض. وله رحمه الله أعمال أخرى غير هذه الأرجوزة التي بين أيدينا، منها شرحه على كتاب البسط والتعريف للعلامة المكودي (في علم النحو) كما له أشعار وقصائد

7- Adel al-Bakri: 1970, 49

8- Quoting Tait, 1984:3/815.

9-(<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)

وعلماء التغذية والنبات والحيوان منهم مطولاً عن أقسام اللحوم وأنواعها، وعن خصائص لحم كل حيوان أو طائر- بري أو بحري - وعن فوائده وأضراره.

يعتبر اللحم عند الأطباء أقوى الأغذية، يخصب البدن ويقويه، وأفضله الضأن، حار رطب، وأجوده الحولي. ووردت كلمة اللحم في القرآن الكريم حيث قال تعالى عن طعام أهل الجنة: «وَأَمْدَدْنَاكُمْ بِفَاكِهَةٍ وَلَحْمٍ مِمَّا يَشْتَهُونَ»¹⁶ ووردت أحاديث كثيرة حول اللحم وضرورة الإطعام والتغذية، حيث قال الإمام علي (ع): عليكم بهذا اللحم فكلوه فإنه يحسن الخلق ويصفي اللون¹⁷ وقال في موضع آخر: «فمن لم يأكل اللحم أربعين يوماً ساء خلقه»¹⁸ وروي عن النبي (صلى الله عليه وآله وسلم) قوله: خير إدام الدنيا والآخرة اللحم¹⁹ وقال الإمام الصادق (ع): «أكل اللحم يزيد في السمع والبصر والقوة»²⁰ وإذا كان تناول لحم الحيوان يجلب منافع كثيرة للجسم ولكن هناك بالمقابل تحذيرات صدرت من أطباء قدماء بعدم المدوامة على تناول اللحم حيث قال الطبيب اليوناني الشهير "أبقراط": «لا تجعلوا أجوافكم مقبرة للحيوان»²¹ وكان أمير المؤمنين الإمام علي (ع) يكره الإدمان على تناول اللحم إذ يقول: «إن له ضراوة كضراوة الخمر»²² وينبغي أن لا يداوم على أكل اللحم فإنه يورث الأمراض الدموية والامتلائية والحميات الحادة وهناك العشرات من الأحاديث تناولت فضل اللحوم ومضاره ولكن مجال البحث لايسمح لنا بتناولها وشرحها.

اللحم وخواصه في الطب الحديث

اللحم غذاء أساسي وضروري للإنسان ويعتبر أغنى طعام بالمواد البروتينية، ففيه (١٨/٥-٢٢) في المئة من البروتين، ومثل هذا المقدار من المواد الدسمة، وتتبدل هذه النسبة انخفاضاً وارتفاعاً بحسب طبيعة اللحم ونوعه، فتتراوح بين (١٠-٢٥٪) وفي اللحم أيضاً أملاح معدنية، وبخاصة الفوسفور- الموجود بوفرة في لواحق اللحم بصورة خاصة، وهو فقير بالصوديوم وفي فيتامينات(ب)، والنشويات غير موجودة في لحم الحيوان مطلقاً، وهذا ما يجعل العيش على اللحم وحده غير ممكن، وتكون الحياة قصيرة جداً إذا اقتصر الغذاء على اللحم. وفي اللحم من ٢-٣ في المئة من المواد المستخلصة تظهر في اللحم بعد ذبح الحيوان، وهذه تولد الحمض البولي المسؤول عن تكوين الحمى الصفراوي، وهذا ما يسبب منع تناول اللحم في الحالات المرضية. ورغم هذا فإن اللحم غذاء حسن الهضم، مولد لطاقات من النشاط والحيوية، وهو يقدم للجسم العناصر التي لا يستغني عنها لحفظ التوازن في الخلايا، وذلك بفضل المواد التي تضاف إليه عند طبخه واستعماله، فترتفع القيمة الحرارية فيه إلى رقم يتراوح بين (١٥٠-٢٥٠) حرورياً. وعلى هذا يوصف اللحم بأنه يمد عضوية الجسم بالمواد البروتينية التي يحتاج إليها، وينشط الوظائف الهضمية والشرايين القلبية، والدفاعية، ويكافح التغيرات الأمعائية، ويزيد في تشكيل العناصر الأزوتية²³. وعلى رغم أهمية اللحم في التغذية ولكن بعض الأطباء أشاروا إلى بعض مضاره حيث قال الطبيب الشهير هوشار: «إن الغذاء الحيواني ليس بغذاء، بل هو تسمم مستمر. إن الأمراض الناتجة عن الإفراط في أكل اللحم هي: النقرس، والروماتيزم، والسكر، وتصلب الشرايين، وبعض الإصابات الكلوية والكبدية. فاللحم منبه للدماغ والعضلات، والإفراط فيه يضعف المخ والعضلات، وهو لا يكون دائماً غذاء منوعاً»²⁴ وقال أيضاً الدكتور "ودلاند" الأستاذ العالمي في التغذية: «إن الإكثار من تناول اللحوم يضر بصحة الإنسان ضرراً بليغاً، إذ يعتبر الحد الأقصى الذي يستطيع جسم الإنسان الكامل أن يهضمه ويمثله من اللحوم هو ١٤٠ غراماً في الأربع والعشرين ساعة. وعلى هذا فالأفراد الذين يسرفون في تناول اللحوم، يعرضون صحتهم للخطر، لأن كل ما يزيد عن طاقة أجسامهم، لا بد أن ينخلصوا منه، وهذا يجهد الكلتين ويرفع المخاطر في الدم ويؤدي إلى التهاب الكلية على مر الأيام»²⁵. ورغم هذه المخاطر لكن الطعام الذي يمزج فيه اللحم والخضار يكون غذاء مفيداً جداً للجسم. ولقد وضع من مختلف التجارب أن الطعام الذي يجمع بين اللحوم والخضروات

16- toor:22.

17- Baghdadi, 2005:99.

18- Ibid same.

19- Al-amilli, 1415 AH:25/42.

20- Al- Majlesi, (No date):63.73.

21-(http://www.ebnmisr.com/forum/t1633.html)

22- Aqeel, 2003:447.

23- Ibid same:278.

24- Ibid same:274.

25- Qudamah ,1982:627.



هو أصلح غذاء يؤدي إلى أحسن النتائج لسبب واحد وهو أن اللحوم أكثر الأطعمة احتواء على المركبات البروتينية (الزلائية) الضرورية لبناء الأنسجة والخلايا. وهذا مما يبرز أهمية اللحوم في التغذية، فالجسم قادر على خزن معظم عناصر الطعام الضرورية، فهو يخزن السكر في الكبد، والشحم تحت الجلد والفيتامينات في أنسجته المختلفة.

مكانة اللحوم في أرجوزة الشقروني

يعتبر الشقروني اللحوم من الأغذية الأساسية في تطعيم الجسم ويفضل لحم الحمل (الغنم) الذي لم يقض سنة واحدة من عمره فهذا النوع من اللحم يساعد في تخفيف أو إزالة الأذى من الجسم ويصلح الخلاصة الغذائية أي الكيموس، فالكيموس «هي مادة لبنية بيضاء صالحة للامتصاص تستمدّها الأمعاء من المواد الغذائية في أثناء مرورها بها»²⁶ كما أن الشاعر يوصي بتعريق اللحم لصنع أشربة منه لأن في شربه منافع كثيرة للجسم. والعلاء قديماً يعتقدون بأن شربه يقوي الطاعنين في السن ويعطيهم قوة الشباب، كما أن الشاعر يوصي بشربه وهو حار في الفطور، مخافة التعفين والتغيير الذي يطرأ عليه نتيجة عدم شربه والإهمال في تناوله. وفي هذا الصدد قال عبدالقادر الشقروني في أرجوزته الشهيرة:

القول في أَعْدِيَةِ اللَّحْمَانِ أَفْضَلُهَا حَوْلُ مَنْ الْحَمْلَانِ
يُبْرِي الْأَذَى وَيُصَلِّحُ الْكَيْمُوسَا وَيُصَلِّحُ الْجِسْمَ وَالنَّفُوسَا
وَإِنِّي أَخَذْتُ الْمَاءَ بِالتَّعْرِيقِ مِنْ لَحْمِهِ أَوْ صَنْعَةِ الْأَيْقِ
وَسَرْبِهِ عِنْدَ ذَوِي الْأَبْيَابِ تُعْطِي الشُّبُوحَ قُوَّةَ الشَّبَابِ
إِشْرَبُهُ سَخْنًا سَاعَةَ التَّفْطِيرِ مَخَافَةَ التَّعْفِينِ وَالتَّغْيِيرِ²⁷

اللحوم المشوية والمقلية

فضل الشقروني في أرجوزته اللحم المشوي ولاسيما الكباب الذي يشوى في قضيب على النار واعتبره نافعاً ومفيداً للجسم على صعيد التغذية والصحة:

خَيْرُ الشَّوَاءِ مَا عَلَى الْجَمْرِ شَوِي بِلَا دُخَانٍ فِي قَضِيبٍ يَلْتَوِي
يَفْتَحُ لِلصَّحَّةِ كُلِّ بَابٍ وَهُوَ الَّذِي يُعْرَفُ بِالْكَبَابِ²⁸

بينما نهى الشاعر في أرجوزته عن تناول اللحوم المقلية نهياً قاطعاً لمن أراد الصحة وسلامة جسمه ورغم هذا التحذير جوز تناول اللحوم المقلية لمن يعاني من مرض الاستسقاء بغية دفع مضاعفات الأمراض:

لَا تَقْرِبِ الْمَقْلِيَّ مِنْ لَحْمَانِ إِنْ كُنْتَ تَبْغِي صِحَّةَ الْجُمْآنِ
إِلَّا إِذَا رَأَيْتَ الْإِسْتِسْقَاءَ فَأَمْرٌ بِهِ الْمَرِيضُ تَنْفِ الدَّاءِ²⁹

لحوم الحيوانات

الضأن

الضأن: ذوات الصوف من الغنم، وهي جمع ضائن و الأنتى ضائنة والجمع ضوائن، وقيل هو جمع لا واحد له³⁰ ووردت لفظة الضأن في الذكر الحكيم، حيث قال الله عز وجل: «تَمَانِيَةَ أَزْوَاجٍ مِنَ الضَّأْنِ إِثْنَيْنِ وَمِنَ الْمَعْزِ اثْنَيْنِ قُلِ الذَّكْرَيْنِ حَرَّمَ أَمِ الْإِنثَيْنِ أَمَا اسْتَمَلْتِ عَلَيْهِ أَرْحَامُ الْإِنثَيْنِ نَبِئُونِي بِعَلْمِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ³¹» وقد وردت عدة أحاديث نبوية في الثناء على الغنم-الضأن والماعز- والإشادة بفوائدها ومنافعها للإنسان، والدعوة إلى الاهتمام بها وتربيتها، لأنها "بركة موضوعة ومال مبارك محبوب" كما قال الرسول (ص)³² ومن خواص لحم الضأن عند القدماء بأنه يمنع المرة السوداء ويزيد في المنى وينفع من السموم، وهو حار رطب بالنسبة إلى المعز وأجوده الحولي، وهو ينفع المعدة المعتدلة ويضر من يعتاده العشي، وتدفع مضرته بالأمرق القابضة، ولحم الضأن في الربيع أجود وأنفع منه في سائر الأزمان³³ ولحم الخصي منها يزيد في الباه، ودمها إذا أخذ وهو حار ساعة تدبج وطللي به الوضح (البرص)

26- Mu'jam Al-waseet:808.

27- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)

28- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)

29- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)

30-Demeiri, 2007:3/134.

31- anam:143.

32- Qudamah ,1982:368.

33- Qudamah ,1982:629.



غير لونه وضيعه³⁴ ولحم المسن رديء وكذلك الهزيل، ولحم الأسود أخف وألذ والخصي أفضل، والهبر أجود والمقدم أفضل من المؤخر. وقال ابن عباس (رضي الله عنه): «كان أحب اللحم إلى رسول الله (ص) الكتف والذراع³⁵» وعن فوائد لحم الضأن أشار "مصطفى عبدالرزاق نوفل" أستاذ علوم وتكنولوجيا الأغذية بزراعة الأزهر إلي أن الدراسات الحديثة أضافت فائدة أخرى للحم الضأن تصحح من المعتقدات الخاطئة عنه، وهي احتاؤه بوفرة على مغذي الكارنيتين الذي يلتقط الدهون من داخل الجسم ويضعها في الجزء الخاص من كل خلية ليتم حرقها، مما ينشط عملية تحويل الغذاء الي طاقة فيكتسب الجسم الحيوية والرشاقة. كما يساعد الكارنيتين الموجود في لحم الضأن على حماية الجسم من أضرار السموم البيئية التي ينتج عنها الشقوق الحرة المدمرة للخلايا والتي تعرضها لبداية الإصابة بالأمراض، ولحم الضأن يعتبر مصدرا جيدا لعدد من المغذيات الضرورية للجسم مثل البروتين الذي يمثل أكبر جزء في وزن الجسم بعد الماء، ويدخل في تكوين خلايا النمو والعضلات والأظافر والشعر والسوائل الحيوية والغدد والأجسام المضادة المهمة في جهاز المناعة والهرمونات والإنزيمات اللازمة لتفاعلات الهضم والتخلص من المواد الضارة والسموم وغيرها، وبروتين لحم الضأن له أهمية لقوة العضلات، حيث يتم امتصاصه في الجسم وتحويله إلي عضلات بنسبة نحو 70٪ وتزداد أهمية بروتين الضأن - وغيره من اللحوم - باكتمال وجود جميع المكونات الأمينية الضرورية به بنسب تتوافق مع إحتياجات الجسم الضرورية منها. ومن المثير للإنتباه أن الأجزاء الأمامية من ذبيحة الضأن بعد إزالة دهونها (مثل الكتف والموزة) هي الأكثر إحتواء على النواعيات المهمة من الأحماض الأمينية المفيدة بوظائفها الحيوية المهمة للجسم³⁶.

لَحْمُ إِنَاثِ الضَّأْنِ

نهى "الشقروني" في أرجوزته عن تناول لحم إناث الضأن لاسيما الضأن العجاف أو السمين. وأضاف قائلاً ربّما يسلم بعض الناس من تناوله لحم إناث الضأن، وإذا رأيت أحداً يشتكي من أوجاع وأعراض نتيجة لتناوله من هكذا للحوم فعليك بشراب المصطكي وسقيه. فالمصطك هو «شجر من فصيلة البطميات ينبت برياً في سواحل الشام وبعض الجبال المنخفضة، ويستخرج منه علك معروف³⁷» والمصطكي حارة يابسة، تذيب البلغم، وتقوي المعدة، وتفتق الشهوة، وتحرك الجشاء وتحسن البشرة، وتمضغ قبل الدواء فتمنع القيء، ومع دهن الورد تسكن وجع الجوف، ويمضغ ليطيب نكهة الفم ويشد اللثة وشرب مسحوقه يفتح الشهية ويهدئ السعال، ويقوي المعدة والكبد، ويسهل الهضم ويسكن آلام العظام ويساعد في شفاء كسورها ورضوضها³⁸. وفي هذا الصدد أتشد الشاعر:

لَا تَقْرَبَنَّ لَحْمَ إِنَاثِ الضَّأْنِ وَأَنَّهُ عَنِ الْعَجَافِ وَالسَّمِينِ
وَرُبَّمَا يَسْلَمُ بَعْضُ النَّاسِ مِنْهُ عَلَى خَلْفِ مِنَ الْقِيَّاسِ
وَمَنْ تَرَى مِنْ أَكْلِهَا قَدْ اسْتَكَى إِسْقِهِ فِي الْحَيْنِ شَرَابَ مُصْطَكِي³⁹

الجدي

الجدي هو الذكر من أولاد المعز، ويجمع على أجدي، وجداء، وجديان⁴⁰ جاء في الأمثال: قالوا: تعدّ بالجدي قبل أن يتعشى بك، يضرب للأخذ بالحزم⁴¹. ومن خواص لحمه عند القدماء هو إن لحم الجدي أقل حرارة ورطوبة من الخروف وأسرع المعز هضماً وأجوده الجدي الأحمر والأزرق، ولحمه سريع الإنهضام، لكنه يضر بأصحاب القولنج، والعسل يذهب مضرته وهو جيد الغذاء، ويكره السمين من ذكورها وإناثها لعسر انهضامها ورداءة غذائها⁴².

أكد الشاعر على تناول لحم الجدي والجدي هو الذكر من أولاد المعز، فأكل لحم الجدي يقضي على أوجاع وأسقام المرارة الصفراء، «فالمرارة كيس لاصق بالكبد، تخترن فيه الصفراء، وهي تساعد على هضم المواد

- 34- Demeiri, 2007:3/135
35- Al-hafez, 1990:118.
36- <http://dryasser73islam.ahlam-ountada.com/t15021-topic>
37-Ayed and others, 1998:1139.
38- Al-hafez, 1990:193.
39- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)
40- Mu'jam Al-waseet:112.
41- Demeiri, 2007:2/6.
42- Ibid same:6.



الدَّهْنِيَّة⁴³» كما أن تناول لحم الجدي لا ينعف المرارة السوداء:

وَالجَدِيُّ دُونَ الصَّنَانِ فِي الصَّلَاحِ وَفِي الرَّبِيعِ بَيْنَ النَّجَاحِ
يُطْفِئُ نَارَ المُرَّةِ الصَّفْرَاءِ وَلَا يَلِيْقُ بِدَوِي السَّوْدَاءِ⁴⁴

البقر

البقر اسم جنس يقع على الذكر والأنثى، وإنما دخلته الهاء للوحدة، والجمع بقرات. قال الله عز وجل: «سبع بقراتٍ سمان⁴⁵» وقوله أيضاً: «إن البقر تشابه علينا⁴⁶» فالبقر «هو جنس من فصيلة البقريات يشمل الثور والجاموس، ومنه المستأنس الذي يتخذ للبن والحرث، ومنه الوحشي⁴⁷». وقد ورد ذكر البقرة في القرآن الكريم في سورة يوسف (٢٣)، وقد ورد ذكر البقر في سورة الأنعام (١٤٤)، وسميت أطول سورة باسم البقرة وتكرر اسمها خمس مرات (٤٧-٧١) فالبقر حيوان شديد القوة كثير المنفعة خلقه الله ذلولاً ولم يخلق له سلاحاً شديداً كالسباع، لأنه في رعاية الإنسان، فالإنسان يدفع عنه ضرر عدوه، فلو كان له سلاح لصعب على الإنسان ضبطه⁴⁸، ومما ورد عن معتقدات العرب في البقر «يطعم مخه لصاحب الفالج وينفعه نفعاً شديداً، ومن يستصحب معه شعبة من قرونه نفرت منه السباع، وإذا دخن بقرنه أو ظلّفه أو جلده في بيت نفرت منه الحيات ورماده يدر على السن المتأكلة المتألّمة يسكن وجعها، وشعره يبخر به البيت يهرب منه الفأر والخنافس وقرنه يحرق ويجعل في طعام صاحب خمى الربيع تزول عنه ويشرب في شيء من الأشربة يزيد في الباه ويقوي العصب، ويزيد في الإنعاط، وينفخ في أنف الراعي يقطع دمه ويحرق قرناه حتى يصيرا رمادا ويخلط في الخل ويطلّى به موضع البرص مستقبلاً به الشمس فإنه يزول⁴⁹». عرفت البقرة بسعة عينيها وجمالها، وقد تغنى بعض الشعراء العرب بجمال البقر وفوائده للإنسان، منهم الشاعر الأصبهاني "أحمد بن علويه" من أبناء القرن الثالث الهجري، قال في عجلة:

يا حَبْدًا مَحْضُهَا وَرَائِبُهَا وَحَبْدًا فِي الرِّجَالِ صَاحِبُهَا
عَجُولَةٌ سَمْحَةٌ مَبَارِكَةٌ مَيْمُونَةٌ طَفْحٌ مَحَالِبُهَا
تُقِيلُ لِلْحَالِبِ كَلِمًا دُعِيَتْ وَرَامَهَا لِلْحَالِبِ حَالِبُهَا
كَانَهَا لَعِبَةً، مَهْدِيَةً مُعْتَفٌ فِي النَّدَى عَائِبُهَا⁵⁰

نهى الشاعر "الشقروني" الناس عن تناول لحم البقر اليابس والطري وراح يعتقد بأن هذه النوعية من اللحوم تولد الوسواس وهو مرض يحدث من غلبة السوداء، يختلط مع الذهن-⁵¹ وبعض الأقسام كالجدام-الجدام هو علة تتأكل منها الأعضاء وتتساقط-⁵² والأمراض السوداوية وبعض الإلتهابات والأوجاع في الجسم نتيجة لعسر هضمه، فالإدمان على تناوله يورث تلك الأمراض والأعراض:

لَا تَقْرَبَنَّ يَوْمًا لُحْمَ البَقْرِ لَا سَبِيْمًا يَابِسَهَا حَتَّى الطَّرِي
تُوَلِّدُ الوَسْوَاسَ وَالجَدَامَا وَالمُرَّةَ السَّوْدَاءَ وَالأَوْرَامَا⁵³

العجل

العجل ولد البقرة والجمع عجول، وبقرة معجل أي ذات عجل وقيل سمى العجل عجلاً لاستعجال بني إسرائيل عبادته، وكانت مدة عبادتهم له أربعين يوماً فعوقبوا في التيه أربعين سنة، حيث عبّر الذكر الحكيم عنه: «وَإِذْ وَاَعَدْنَا مُوسَى أَرْبَعِينَ لَيْلَةً ثُمَّ اتَّخَذْتُمُ العَجَلَ مِنْ بَعْدِهِ وَأَنْتُمْ ظَالِمُونَ⁵⁴» ومن خواصه ذكر القزويني بأن خصية العجل تجفف وتشرب بعد حرقها تهيج الباه وتعين على كثرة الجماع حتى يرى عجبا⁵⁵ ولسان الثور(العجل) فيه حرارة، وماؤه يقوي القلب، وينفع الخفقان، ويسكن وجع الفؤاد⁵⁶. يعتبر لحم العجل لدى "الشقروني" من أعدل الأغذية وأطيبها إذا كان

- 43- Mu'jam Al-waseet:862.
44- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)
45- yoosof:43.
46- baghare:70.
47- Mu'jam Al-waseet:65.
48- Demeiri, 2007:1/296.
49- Ibid same:1/306.
50- Qudamah ,1982:79.
51- Mu'jam Al-waseet:1033.
52- Ibid same:113.
53- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)
54- baghare:54.
55- Demeiri, 2007:3/202.
56- Al-hafez, 1990:184.



العجل سميناً ولم يتجاوز عمره السنة، فهو بمثابة الضأن في التغذية والقيمة الغذائية العالية التي تمد الجسم بالبروتينات وينشط الوظائف الهضمية والشرابين القلبية والدفاعية إذا نهضم لحمه بسرعة:

إِلَّا عَجُولُهَا فَكَالضَّانِ الطَّرِي مَّا لَمْ يُجَاوِزْ سَنَةً فِي الْعُمُرِ⁵⁷

الظبي

الظبي هو جنس حيوانات من ذوات الأظلاف والمجوفات القرون، أشهرها الظبي العربي، ويقال له: الغزال الأعفر. وفي المثل: «به داء ظبي»: قل أن يمرض؛ أو لا يعرف موطن دائه، جمعه أظب، وظبي، وظباء⁵⁸ فالظبي اسم لمجموعة من الحيوانات الثديية ذوات الحوافر والقرون المفرغة. وهي تنتمي لنفس الفصيلة الحيوانية مثل الماعز والثيران، إلا أنها أكثر شبهاً بالأيائل؛ لأنها نحيفة ورشيقة. والظباء تشبه مثل الماشية.

ومن خواصه عند القدماء هو ينحت قرنه ويخز به البيت لطرد الهوام، ولسانه يجفف في الظل ويطعم للمرأة السلطة تزول سلاطتها، ومرارته تقطر في الأذن الوجعة يزول وجعها، وبعره وجلده يحرقان ويسحقان ويجعلان في طعام الصبي فيأكله فينشأ ذكياً فصيحاً ذكياً، ومسكه يقوي البصر وينشف الرطوبات ويقوي القلب والدماغ ويجلو بياض العين. وفي لحمه قال الرازي: لحمه حار يابس وهو أصلح لحوم الصيد وأجوده الخشف وهو نافع للقولنج والفالج والأبدان ويدفع ضرره الأدهان والحوامض وهو يولد دماً حاراً وأصلح ما أكل في الشتاء⁵⁹ فلحمه حار يابس من أجود لحوم الصيد وأدها، مجفف وسريع الهضم⁶⁰.

اعتبر الشقروني لحم الظباء من اللحوم التي تحدث الصفراء وهو «سائل شديد المرارة يختزن في كيس المرارة، لونه أصفر⁶¹» والسوداء ولذلك يُعد لحم الظباء الدواء المناسب لذوي البلغم في طرد كل الأوجاع والأعراض والمضاعفات عنهم:

لَحْمُ الظَّبَاءِ يُحْدِثُ الصَّفْرَاءَ مِنْ أَجْلِ ذَا يَنْفَعُ أَهْلَ البَلْغَمِ وَرُبَّمَا قَدْ أَحْدَثَ السَّوْدَاءَ فَهُوَ لَهُمْ جِدًّا مُزِيلُ الأَلَمِ⁶²

الذئب

الذئب حيوان من الفصيلة الكلبيّة ورتبة اللواحم، جمعه: أدؤب، وذئاب، وذؤبان⁶³. وعن خواصه نقلوا كثيراً حتى بات الكثير مما نقلوه في عداد الأساطير ولا داعي لذكرها. قال جالينوس: «يسعط بمرارة الذئب ودهن البنفسج من به الشقيقة المزمنة فإنه يبرأ، ودمه ينضج الجراحات⁶⁴» وقالوا شحمه ينفع من داء الثعلب، وشرب مرارته ينفع من إسترخاء البطن، وإذا طلي مع مرارة نسر ودهن الزئبق هيج الباه وأنعظ وإذا خلطت مرارته بورس وطلا بها الوجه أذهب البهق وأكل كبده ينفع الكبد ويدفع الأمراض عنه⁶⁵.

وصف الشقروني لحم الذئب بأنه الدواء الأنجع والوصفة الناجعة لمعالجة الكبد والتهاباته كما أنّ لحمه يسعف المصابين بأعراض اليرقان ومرض الاستسقاء ولكن تأثيره يبدو أكثر جلاءً على ناحية الكبد دون النواحي الأخرى. وفي ذلك يقول:

الدُّنْبُ حَارٌّ يَابِسٌ مُسَخَّنٌ لِليرْقَانِ وَلا سِتْسَقَاءٍ وَالنَّفْعُ فِي الكَبِدِ مِنْهُ بَيِّنٌ وَكُلُّ مَا فِي كَبِدِ مَنْ دَاءٍ⁶⁶

الثعلب

الثعلب هو من الحيوانات المشهورة من الفصيلة الكلبيّة ورتبة اللواحم يُضرب به المثل في الاحتيال⁶⁷. والثعلب سبع جبان، مستضعف ذو مكر وخديعة. ومن خواصه عند القدماء إنّ لحمه ينفع من اللوقة (الحمق) والجذام، وشحمه يذاب ويطلى من به النقرس، وخصيته تشد على الصبي فتثبت أسنانه

57- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)

58- Mu'jam Al-waseet:575.

59- Demeiri, 2007:3/189.

60- Baghdadi, 2005:88.

61- Mu'jam Al-waseet:516.

62- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)

63- Mu'jam Al-waseet:308.

64- Demeiri, 2007:2/328.

65- Ibid same:329.

66- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)

67- Mu'jam Al-waseet:97.



بغير ألم، وفروه أنفع شيء للمرطوبين بخوراً ولبساً، ودمه إذا طلي به رأس صبي نبت شعره وإن كان أقرع، ورنثه إذا سحقت وشربت نفعت من الريح، وطحاله إذا شد على ذي الطحال الوجع أبراه، وخصيته إذا جفقت وسقي منها رجل يزيد من نشاطه الجنسي⁶⁸.
اعتبر الشقروني لحم الثعلب للتدوي والعلاج وليس للتغذية ووصفه بالدواء الأمثل لمن يعاني من مرض الاستسقاء وأوجاع المفاصل والركب، كما أنه يسعف ذوي الرعشة والفالج ويخفف من وطأة تلك الأمراض ومضاعفاتها السلبية على جسم الإنسان، وفي هذا الصدد يقول:

وَالْحَرُّ وَالْيَبْسُ مَزَاجُ الثَّعْلَبِ
لِدَاءِ الْإِسْتِسْقَاءِ وَالْمَفَاصِلِ
وَلِلْعَلِيلِ فِيهِ خَيْرٌ أَرَبٍ
وَرَعِشَةٍ وَقَالِحٍ مُوَاصِلِ⁶⁹

الْقَنْفَذُ

الْقَنْفَذُ وَالْقَنْفَذُ: الشَّيْءُ، معروف، والأُنثَى قَنْفَذَةٌ وَقَنْفَذَةٌ. وَقَنْفَذُهُمَا: تَقَبُّضُهُمَا. وَإِنَّهُ لَقَنْفَذٌ لَيْلٍ أَيْ: أَنَّهُ لَا يَنَامُ كَمَا أَنَّ الْقَنْفَذَ لَا يَنَامُ. وَيَقَالُ لَهُ: «الْعَسَاعِسُ لِكثْرَةِ تَرَدُّدِهِ بِاللَّيْلِ. حَتَّى قَالَ الْفَرَزْدَقُ عَنْ قَوْمٍ خَصَمَهُ».

قناذ هذا جون حول بيوتهم بما كان إياهم عطية عودا⁷⁰
ويقال للرجل النمام: ما هو إلا قنفاذ ليل فالقنفاذ حيوان صغير من الثدييات ينشط صيفا فهو ينام شتاء ويستيقظ في الربيع ويعتاش على أكل الحشرات يأكل الديدان والزواحف والفران الصغيرة وبيض الطيور التي تعشش في البراري كما يأكل النباتات والثمار. يسمى الشوك الذي يعتري جلد القنفاذ بالحسك بلد ويرضع صغاره وله رأس بدون رقبة ظاهرة وأذنين صغيرتين وفم مستطيل وذو أرجل قصيرة يغطي كل جسمه أشوك حادة وعند شعوره بأي خطر يكور جسمه على شكل كرة شوكية تقيه شر أعدائه يستطيع معاركة الأفاعي والثعابين والحيات وذلك بتكوره ومحاولة التقاط ذنبها بفمه المختبئ وكل حركة للحية تزيدها ألما وضررا. ينشط ليلا في الأيام المقمرة باحثا عن ما يقتات عليه. ومن خواصه إن مرارته إذا طلي بها موضع الشعر المنتوف لا ينبت فيه شعرا أبدا وإذا اكتحل بها أزلت البياض من العين وأزلت البهق من الجلد، وإن شرب من مرارته نفع من الجذام والسل والبرص والتشنج ووجع الكلى، والولادة) ولحمه إذا أكل نفع من السل والجذام والبرص والتشنج ووجع الكلى، وطحاله يشفي الطحال المصاب وكنيته تنفع من به عسر البول، ولحمه المملح ينفع من داء الفيل والجذام وهو جيد لمن يبول في فراشه، ودمه يطلى به على عضة الكلب يسكن ألمها⁷¹ وشحمه يمنع «انصباب المواد إلى الأحشاء وينفع من داء الفيل والجذام لشدة تحليله وتجفيفه. وحرارة جلد القنفاذ البري نافع من داء الثعلب ورماد جلده نافع من القروح الوسخة كما لحمه ينفع من الفالج والذبحة الصدرية والربو والتشنج وأمراض العصب كلها وداء الفيل. كما أنه يفيد المصابين بعسر البول ويدفع وجع الرأس والكلى⁷²».

أما الشقروني يرى في لحم القنفاذ منافع كثيرة ومنها: أنه يحلل الريح ويطلقه من حالة الاحتباس ويضعف التهاب القولنج ويقلل من حدته، فالقولنج «هو مرض معوي مؤلم يصعب معه خروج البراز والريح وسببه التهاب القولون⁷³». كما يصل لحم القنفاذ للكبد والطحال ويعالج اليرقان المزمن واليرقان هو «مرض يمنع الصفراء من بلوغ المعى بسهولة فتختلط بالدم فتصفر بذلك أنسجة الحيوان⁷⁴». وفي هذا الصدد يقول:

وَالْحَرُّ وَالْيَبْسُ مَزَاجُ الْقَنْفَذِ
يُحْلِلُ الرِّيحَ مِنْ أَجْبَاسِ
فِيهِ مَصَالِحٌ لِكُلِّ مُقْتَدِي
وَيُطْلِقُ الْقَوْلَنْجَ بَعْدَ الْبَاسِ
وَالْيَرْقَانَ الْمُوهِنَ الْعُضَالَ⁷⁵

الطيور

الطيور حيوانات فقريّة تمتاز عن غيرها بالرّيش الذي يُغطي أجسامها ويتصل بجذعها من الأعلى جناحان يؤلفان القائمتين وتستطيع أن تطير بهما. والقائمتان الخلفيتان تُغطيها حراشف قاسية، تنتهي كل منهما بثلاثة برائن

68- Demeiri, 2007:1/360.

69- (http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php)

70- Demeiri, 2007:4/122.

71- Ibid same:4/124.

72-http://forum.q8lots.net/t2128955.html

73- Ayed and others, 1998:1015.

74- Ibid same: 1342.

75- (http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php)



أو أربعة، لها مخالب بارزة معقوفة تنبش به الأرض مفتشة عن طعامها من الحبوب وفضلات الأطعمة. وتختلف المخالب في شكلها تبعاً لنوع الطير نفسه. تتكاثر الطيور بواسطة البيض وتحتضن أنثى الطيور البيوض مدداً متفاوتة من الزمن حسب نوع الطائر وعندئذ ينمو الفرخ داخل القشرة الكلسية ويتغذى طيلة مدة الحضن من الأحم والمخّ وبعدئذ ينقر القشرة الخارجية ويخرج منها فرخاً صغيراً كامل التكوين⁷⁶.

الدجاج

الدجاج هو نوع من طيور الدواجن. وتوصف الدجاجة بقلة النوم وسرعة الانتباه ويقال: إن نومها واستيقاظها إنما هو بمقدار خروج النفس ورجوعه. ومن خواص لحم الدجاج عند القدماء هو معتدل الحرارة وأكل لحم الفتى من الدجاج يزيد في العقل والمنى، ويصفي الصوت، لكنه يضر بالمعدة والمرطاضين، ودفع مضرته منوط بتناول شراب العسل بعده؛ لتوليد غذاء معتدلاً يوافق من الأمزجة المعتدلة⁷⁷. والبعض يعتقد أن المداومة على أكل الدجاج يورث البواسير والنقرس، لكنّ البعض اعتبر القول الأخير ضرباً من الجهل⁷⁸. ولحم الديك أسخن وأقل رطوبة، والعتيق منه دواء للقولنج والخصي سريع الهضم محمود الغذاء⁷⁹. ومرق الفراريج يسكن لهيب المعدة ذكره ابن البيطار، ولحمها سريع الهضم، ملين للطبع، يولد دماً جيداً⁸⁰. وبعض الأقوال الواردة من القدماء بخصوص منافع لحم الدجاج وبيضه وحتى ذرقه يعتبر ضرباً من ضروب الخيال. أما الطب الحديث «يعتبر تناول لحم الديك من المؤثرات الأساسية التي تعمل بقوة على تخفيض نسبة القولنج وتخفيض حملات الربو وطرده الرياح الغليظة من جسم المرء⁸¹».

فالدجاج في الطب الحديث مصدر جيّد للبروتينات عالية الجودة الضرورية لنمو الجسم وتطوره، وبناء أنسجة العضلات وتعزيز صحة الشعر والجلد ويلعب دوراً هاماً في عملية تخفيف الوزن، حيث يعطي المعدة شعوراً بالامتلاء لفترة طويلة. ويساعد كبار السن في الاحتفاظ بمستوى كتلة العظم لديهم. كما أنه غني بفيتامين "ب3"، النياسين، الذي يقي من خطر الإصابة بالسرطان. فيتامين "ب3" في لحم الدجاج يساعد أيضاً في الحفاظ على الصحة العقلية للإنسان والوقاية من الإصابة بمرض الزهايمر فاللحم الدجاج غني بمادة السيلينيوم، الضرورية لتعزيز عمليات الأيض ومنها أيض هرمون الغدة الدرقية وتعزيز أداء جهاز المناعة في الجسم، ويحتوي أيضاً على فيتامين "ب6" الذي يلعب دوراً أساسياً في تكوين خلايا الدم الحمراء ومنع تلف الأوعية الدموية، ويساهم أيضاً في تعزيز عمليات البروتين ويساعد في الوقاية من الإصابة بأمراض القلب، فحمه غني بمادة الفوسفور الضروري للحفاظ على صحة الأسنان والعظام وتعزيز أداء الكلى والكبد والجهاز العصبي المركزي. يحتوي على الحمض الأميني تريبتوفان الذي يساعد على النوم السليم وتحسين المزاج⁸². يعتبر لحم الدجاج بنوعيه الأهلي والبري من أفضل لحوم الطيور عند الطبيب "الشقروني" نظراً لكثرة البروتينات وسهولة هضمه والمواد الأخرى الذي يحتويه، فهذا النوع من اللحم يوافق الأمزجة والطباع اليابسة والرطوبة، فالشاعر يؤكد على ضرورة تناوله والكثرة منه دون اللحوم الأخرى، إذ يقول:

لِلْحَرِّ وَاللَّيْنِ نَرَاهُ يَعْجَلُ
مَسْكَنُهُ الْقَفْرُ بَغَابٍ مُوحِشٍ
مِنْ كُلِّ مَأْكَلٍ مِنَ اللَّحْمَانِ⁸³

إِنَّ الدَّجَاجَ خَيْرُ طَيْرٍ يُؤْكَلُ
وَمِنْهُ أَهْلِيٌّ وَمِنْهُ حَبِشِيٌّ
وَكُلُّهُ أَوْفَقٌ لِلْأَبْدَانِ

أما لحم الفرارج من الدجاج عند الشاعر فيبدو أكثر نفعاً من لحوم الدجاج الأخرى بحيث يزيد لحم الفرارج من النشاط العقلي وحيوية الدماغ ويعمل على تحسين اللون واسعاف الجسم وتغذيته. كما يولد دماً جيداً ومنافع هذا النوع من اللحم تعمل على رشاقة الجسم لكل الفئات العمرية وإبعاده عن النحافة والضعف كل البعد:

مُحْدِثَةٌ زِيَادَةً فِي الْعَقْلِ

وَالْفَرَارِجَ مَزِيدُ فَضْلِ

76- Library Children's World: birds, 1991:4.

77- Qudamah, 1982:630.

78- Demeiri, 2007:2/274.

79- Al-hafez, 1990:118.

80- Ibid same:118.

81- Aqeel, 2003:273.

82- <http://nwarrah.com/vb/nwr57/nwarrah16505>

83- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)



تُعْطِي الْجُسُومَ أَوْفَرَ النَّصِيبِ
تُصْلِحُ بِلَ تَوَلِي عَظِيمِ النَّفْعِ
لِكُلِّ كَهْلٍ وَشَبَابٍ وَصَبِي⁸⁴

تُحَسِّنُ الْأَلْوَانَ بِالتَّخْصِيبِ
مِنْ جَيِّدِ الدَّمِ لِكُلِّ طَبْعٍ
تَنْفِي النِّحَافَةَ وَضَعْفَ الْعَصَبِ

الحمّام

الحمّام عند العرب هو ذوات الأظواق نحو الفواخت والقماري وساق حُرّ والقطا والوارشين وأشباه ذلك، الواحدة حمامة يقع على الذكر والأنثى، والهاء للإفراد وليس للتأنيث⁸⁵. وفي ذلك قال حميد بن ثور الهلالي⁸⁶:

وَمَا هَاجَ هَذَا الشَّقُوقُ إِلَّا حَمَامَةٌ
دَعَتْ سَاقَ حُرٍّ تَرَحُّهُ فَتَرْتَمَا

ومن خواص الحمّام عند القدماء هو إذا سكن المخدور بقربها أو في بيت يجاورها أو في بيت هي فيه برئ، وفي مجاورتها أمان من الخدر والفالج والسكتة والسبات ودمها إذا اكتحل أحد به وهو حارّ نفع من الجراحات العارضة للعين والغشاوة، ودمها يعمل على قطع الرعاف، ولحمه جيد للكلى، ويزيد في المنى والدم⁸⁷. وفي الطب الحديث راح لحم الحمّام يمثل أنجع اللحوم في تغذية الجسم، نظرا لكثرة البروتينات وقلة الألياف. فاللحم الحمّام يعد من أحسن أنواع اللحوم طعاما وقيمة غذائية إذ يحتوي على نسبة عالية من البروتين وعلى نسبة صغيرة من الألياف كما أنه غني بالفوسفور وبعض فيتامينات و الكالسيوم والأحماض الأمينية التي تساهم في تفتيح البشرة ونظارتها ولحم الحمّام فوائد عديدة حيث يساعد على تقوية الكبد، ويخفف من تسمم الجسم، ويحسن الذاكرة والجسم ويخفض من ضغط الدم ويعدل نسبة السكر في الدم و جرت العادة على اعتباره من المنشطات الجنسية ودراسة علمية مصرية كشفت أن لحم الحمّام ما زال هو الأفضل بين لحوم سائر أنواع الطيور، إذ ما زال الحمّام يفرخ ويتغذى ويربى بالطرق التقليدية بعيدا عن المفرخات الآلية أو الاعلاف الصناعية وتقول الباحثة بمعهد صحة الحيوان التابع لوزارة الزراعة المصرية الدكتورة "عفت عاصم" «إن الحمّام يعد أكثر أنواع الطيور اقتراباً وإلفة من الإنسان، ويعتبر كذلك رمزا للسلام وتغذية الحمّام لا تحتاج إلى أغذية خاصة كأغذية فراخ الدواجن مثلا وهي اعلاف صناعية قد تضر أكثر مما تنفع ، ولذلك فإن مربّي الحمّام ليس عليه سوى تقديم الغذاء الاعتيادي للكبار ثم يقوم الأب والأم بتغذية صغارهما ، موضحة ان حوصلة الذكر في الحمّام كالأنثى تماما ، تحتوي على غدد تفرز سائلا لبنيا يسمى حليب الحوصلة فيقومان بتغذية صغارهما عليه حتى الفطام، وهو الأمر الذي يجعل لحوم الحمّام تحتفظ بطعمها التقليدي المعروف لأنها تتغذى على مواد طبيعية بعيدا عن أية أغذية صناعية⁸⁸».

يعتبر الشاعر لحم الحمّام من الأغذية الصالحة والمفيدة لكثرة البروتينات لإصحاب البلغم وذوي الرعشة والفالج والمصابين بداء الاستسقاء، وداء الاستسقاء هو تجمع سوائل مصلية في تجويف أو أكثر من تجاويف الجسد، أو داخل الخلايا فهو مرض يتميز بانتفاخ البطن نتيجة لوجود سائل مصلية داخل التجويف البريتوني، وأسبابه عديدة أهمها تليف الكبد نتيجة بلهارسيا وهبوط القلب⁸⁹ كما أن لحمه يزيد من النشاط الجنسي وفاعليته، حيث يقول:

فِيهِ الشِّفَاءُ مِنْ عَظِيمِ الْأَلَمِ
وَدَاءِ الْأَسْتِسْقَاءِ فِيهِ قُوَّةٌ⁹⁰

أَمَّا الْحَمَامُ فَلَأَهْلُ النَّبْعِ
لِرَعْشَةٍ وَقَالِحٍ وَقُوَّةٌ

البيمام

البيمام هو جنس طير من الفصيلة الحمامية ورتبته الحماميات وواحدته يمامة⁹¹. وقال الأصمعي: البيمام هو الحمام الوحشي وهو ضرب من طير الصحراء⁹². ومن خواص البيمام عند القدماء هو إذا سكن المخدور بقربها أو في بيت يجاورها أو في بيت هي فيه برئ، وفي مجاورتها أمان من الخدر والفالج والسكتة والسبات ودمها إذا اكتحل أحد به وهو حارّ نفع من الجراحات العارضة للعين والغشاوة، ودمها يعمل على قطع الرعاف، ولحمه

84- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)

85- razi, 2013: Article lava.

86- Demeiri, 2007:2/137.

87- Ibid same:2/137.

88-<http://www.hanaanet.com/%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%AD%D8%A9>

89- Jawziyyah, 1998:4/43.

90- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)

91- Mu'jam Al-waseet: 1066.

92- razi, 2013:161.



جيد للكلية، ويزيد في المنى والدم⁹³.
فالحمام البري لحمه أقل رطوبة، وفرخه أرطب، وأكله يعين على الجماع،
ويأكله المحرور بالحصرم⁹⁴.
أما تناول لحم اليمام (الحمام البري) عند الشاعر يعتبر من أنجح الأغذية في
تغذية الجسم وإخصاب القوة الجنسية ونضارته، لأن لحمه يابس وحار ويعمل
على إزاله الأعراض عن ذوي الرعشة والفالج، والمحرور يستطيع تقادي
أعراضه بتناول السكر والرطب:

وَفِي التَّمَامِ النَّيْسُ وَالْحَرَارَةُ يُعْطِي الجُسُومَ الخَصْبَ وَالنَّضَارَةَ
يُصْلِحُ لِلْمَلُوجِ وَالْمُرْتَعِشِ لَكِنَّهَا المَحْرُورُ مِنْهَا يَخْتَشِي
إِصْلَاحُهُ بِالسُّكَّرِ العَجِيبِ وَالرَّطْبِ كَالزَّبْدِ أَوْ الحَلِيبِ⁹⁵

القطا

القطا هو نوع من اليمام يؤثر الحياة الصحراوية ويتخذ أفوصه في الأرض،
ويطير جماعات ويقطع مسافات شاسعة واحده قطاة والجمع قطوات وقطيات⁹⁶.
وتوصف القطا بالهداية، والعرب تضرب بها المثل في ذلك لأنها تبيض بالفقر
وتسقي أولادها من بعد في الليل والنهار فتجيء في الليلة المظلمة وفي حواصلها
الماء فإذا صارت حيال أولادها صاحت قطاً قطاً، فلم تُخط بلا علم ولا إشارة
ولا شجرة فسبحان من هداها لذلك وفي هذا الصدد قال الشاعر⁹⁷:

والناس أهدى في القبيح من القطا وأضلُّ في الحُسنَى من الغربانِ

ومن خواصها عند القدماء إذا أحرقت عظام القطا وأخذ من رمادها وأغلي
بالزيت الحار وطلبي به رأس الأقرع وموضع داء الثعلب أنبت الشعر، وقال ابن
زهر: إنه جزبه ولحمها عسر الهضم رديء الغذاء⁹⁸.
في لحم القطا عن علي بن مهزيار قال: تغذيت مع أبي جعفر (عليه السلام)
فأتي بقطا، فقال: «إنه مبارك. وكان يعجبه. وكان يقول: «اطعموا صاحب
البرقان، يشوى له⁹⁹».

والدراسات الطبية الحديثة أثبتت أن لحم القطا حار يابس جيد وينفع للربو
ويصلح لأصحاب الجهد والكد يصلحها الخل والحامض وينفع للبواسير¹⁰⁰.

لَحْمُ القَطَا

تعامل الشاعر الشقروني مع لحم القطا بحذر شديد نظراً لحرارته لحمه
ويؤسسه وحذر منه ورغم ذلك تناول لحم القطا يعمل على تجفيف البلغم وتنفع
المصاب بداء الحبن وهو «داء في البطن يعظم منه ويرم¹⁰¹». وإذا أردت
إصلاح أعراض لحم القطا فعليك بكثرة تناول الزبد الطري، أو تناول
الجلاب (كغلاب، ماء الورد)، وفي هذا الصدد قال الشقروني:

وَالْحَرُّ وَالنَّيْسُ الشَّدِيدُ فِي القَطَا كُنْ وَاعِيًا وَاحْذَرْ مَوَارِدَ الخَطَا
تَجَفَّفُ التَّلْعَمَ مِنْ غَمْرِ البَدَنِ وَتَنْفَعُ العَلِيلَ مِنْ دَاءِ الحَبَنِ
إِصْلَاحُهَا بِكَثْرَةِ الزَّبْدِ الطَّرِيِّ أَوْ شَرْبَةِ الجَلَابِ مِمَّا يَغْتَرِي¹⁰²

الحجل

الحجل هو طائر من فصيلة التدرجية وهي مصنفة تحت بند طيور العالم القديم
المستوطنة، وهي طيور متوسطة الحجم متوسط حجمها يكون ما بين حجم طائر
الدراج وطائر السلوي "السمان"، يضع الحجل نحو عشرين بيضه وبيني عشه
على الأرض بين الأحرش والشجيرات، كما يتميز بقلة طيرانه، ويتراوح طول
هذا الطائر حسب نوع السلالة ما بين 24-34 سم. يعيش في جماعات صغيرة
يجري على الأرض بسرعة كبيرة نسبياً وعندما يطير يصدر بأجنته أصواتاً
كالصفيير ويتغذى على الحشرات والنبور والزهور البرية والأعشاب¹⁰³.
ومن خواص لحمه إنه معتدل وجيد وسريع الهضم، مرارته تنفع الغشاوة

93- Demeiri, 2007:1/150

94- Al-hafez, 1990:108.

95- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouni-ya-3.php>)

96- Mu'jam Al-waseet:748.

97- Demeiri, 2007:4/102.

98- Ibid same:4/106.

99- http://library.islamweb.net/newlibrary/display_book.php?idfrom=356&idto=356&bk_no=43&ID=267100- <http://www.teb-badil.com/forum/index.php?showtopic=6414>

101- Mu'jam Al-waseet:153.

102- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouniya-3.php>)103- <http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AD%D8%AC%D9%84>

المظلمة في العين اكتحالاً وتعمل على تقوية البصر وبيضه نافع وهو أجود هضماً من بيض الدجاج وإذا طبخ في الماء المغلي في الكمون والملح نفع الجسم من المغص وسائر أوجاع البطن¹⁰⁴. فلحمه «حارٌ يابس في الثانية، خفيفٌ لطيف، سريعُ الانهضام، مولدٌ للدم المعتدل، والإكتارُ منه يُجد البصر. يُولد الدم الجيد، وسريعُ الانهضام¹⁰⁵».

يتميز لحم الحجل بمميزات خاصة على سائر لحوم الطيور عند "الشقروني" ويبدو أنه مفضلاً لديه بحيث راح ينصح على أطعم المبرود دون أي خوف منه، ومن ميزاته الأخرى أنه يسخن الكبد والمعدة ويطرد كل الفضلات وأسقام الفالج الشديد والفالج هو «شللٌ يصيب أحد شقي الجسم طولاً¹⁰⁶». ويفضل الشاعر أكل لحم الحجل مشوياً نظراً لمنافعه الجمّة في تخفيف السعال وإزالة أمراض الصدر، كما ينصح ذوي المزاج الحار بتناول لحم الحجل مع السكنجبين (فارسي معرب) -وهو شراب مركب من حامض وحلو. وفي هذا يقول:

أَطْعِمُهُ لِلْمَبْرُودِ دُونَ وَجَلٍ
يَدْفَعُ كُلَّ فَضْلَةٍ مُبْرَدَةٍ
يُبْرِئُ الصُّدُورَ مِنْ سَعَالٍ قَدْ عَرَا
لِمَنْ عَلَى مِرَاجِهِ الحُرُّ غَلَبَ¹⁰⁷

وَالْحَرُّ وَالْيَبْسُ مِرَاجُ الحَجَلِ
مَسْخَنٌ لِكَبِدٍ وَمَعْدَةٍ
كَالفَالِجِ الصَّغْبِ وَمَشْوِيًّا يَبْرِئُ
أَصْلِحَهُ بِالسَّكَنْجَبِينَ المُنْتَجِبِ

الأسماك (اللحوم البيضاء) الحوت

الحوت هو نوع من السمك ويعتبر من الحيوانات الثديية من رتبة الحيتان، جمعه حيتان وأحوات¹⁰⁸. قال الله تعالى: «وَأَسْأَلُهُمْ عَنِ الْقَرْيَةِ الَّتِي كَانَتْ حَاضِرَةً الْبَحْرَ إِذْ يَعْذُونَ فِي السَّبْتِ إِذْ تَأْتِيهِمْ حِيتَانُهُمْ يَوْمَ سَبْتِهِمْ شُرَعًا وَيَوْمَ لَا يَسْبِتُونَ لَا تَأْتِيهِمْ كَذَلِكَ نَبْلُوهُمْ بِمَا كَانُوا يَفْسُقُونَ¹⁰⁹» ومما ورد عن منافع لحمه هو إن لحمه بارد رطب وتمكن منفعته في تخصيب الأبدان المعرقة ولحمه نافع لماء العين وزيادة الباه، ومرارته إذا شربت نفعت من الخفقان¹¹⁰.

لم يحظى لحم الحوت كغذاء ذات قيمة غذائية من قبل الشقروني، حيث اعتبره من الأسماك ذات المزاج البارد العسيرة الهضم ولحمه لم يكن بطراوة لحوم الأسماك الأخرى لأنه مكتنز ومعفن في كثير من الأحيان ويعمل على تعطيش وترطيب الأبدان ويسبب الإصابة بمرض القولنج ورغم مضاره ذكر الشقروني له فوائداً ومنها: تناول لحم الحوت في الصيف يصلح الصفراء ويعالج بعض الأسقام:

القَوْلُ فِي مِرَاجِ لَحْمِ الحُوتِ
الحُوتُ بَارِدُ المِرَاجِ لَيِّنٌ
مُعَطِّشٌ مُرَطِّبٌ الأَبْدَانَ
تَصْلِحُ فِي الصَّيْفِ لِذِي الصَّفَرَاءِ

وَمَا يَبْرِئُ فِي طَبْعِهِ المُنْعُوتِ
بَطِيءٌ هَضْمٌ لَحْمُهُ مُعَفَّنٌ
يُفْضِي لِقَوْلَانِجٍ بِلا تَوَانٍ
فَإِنَّهُ شِفَاؤُهُ مِنْ دَاءِ¹¹¹

السردين

السردين هو أحد أنواع الأسماك التي تعيش في المحيط الأطلسي. كما يوجد السردين في الجزء الغربي من البحر الأبيض المتوسط ويقال وجوده في شرق البحر المتوسط. كما يوجد بقلة في البحر الأسود و بحر مرمرة. والسردين من أنواع السمك التي يكثر أكلها ويعتبر من ثروات المملكة المغربية الطبيعية. تنتمي أسماك السردين إلى فصيلة الرنجة. وتشير كلمة سردين إلى عدّة مجموعات من الأسماك إلا أنها تُستخدم في الدرجة الأولى لأنواع محدّدة مثل سردين المحيط الهادي، وسردين جنوب إفريقيا، والسردين الأوروبي الذي يُسمّى البلشار. وهناك أنواع أخرى من أسماك الرنجة الصغيرة تشمل الأسيرط، وأسماك الرنجة الصغيرة في المحيط الأطلسي التي تتابع بوصفها نوعاً من السردين¹¹².

وقد أطلق اسم سردين على هذا النوع من الأسماك لأن اصطياده تم لأول

104- Demeiri, 2007:2/84.

105- http://www.4muhammed.com/zad_al-Maad/4/89%D9%84%D8%AD%D9%88%D9%85

106- Mu'jam Al-waseet: 700.

107- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouniya-3.php>)

108- Mu'jam Al-waseet: 153

109- aaraf: 163.

110- Demeiri, 2007:2/56

111- (<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouniya-3.php>)

112- <http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%B3%D8%B1%D8%AF%D9%8A%D9%86>



مرة بالقرب من جزيرة سردينيا غربي البحر الأبيض المتوسط. ويعيش السردين في مياه المحيط المعتدلة والمدارية الحارة، بالقرب من سواحل كل القارات تقريباً. ويوجد بكميات كبيرة بعيداً عن الساحل الياباني، وفي شمال غربي إفريقيا، وغربي أمريكا الجنوبية. ويبلغ متوسط طول سمكة السردين بين ٢٣ و ٣٠ سم، وتزن¹¹³ جراماً تقريباً. ولون الجزء الأعلى من جسمها رمادي ضارب إلى الزرقة، والجزء الأسفل منها فضي. وتعيش أسماك السردين الكبيرة بالقرب من سطح الماء، وعادة ما تسبح في مجموعات كبيرة، وتظهر على السطح في الليل لتتغذى بالأحياء المائية الطافية المسماة العوالق. وقد صار من المألوف رؤية السردين المملح على رفوف الأسواق المركزية. وانتشرت صناعة تعليب السردين المطبوخ. واستخدم زيت السردين في إنتاج الشمعات والدهان والورنيش. ويستعمل بعض أنواع السردين وجبات لتغذية الحيوانات وأسمدة. كما يستعمل سمك السردين الصغير طعاماً لصيد أسماك التونة بكميات تجارية. يعتبر السردين من المواد الغنية بمادة البورين التي تساعد على زيادة نسبة حمض البول في الجسم. لهذا يجب على مرضى النقرس التقليل من أكل السردين أو الامتناع عنه. وأكد مجموعة من الخبراء اليابانيين في أبحاثهم العلمية أن مادة (DHA) هي مستخلص من السمك تجعل المخ أكثر ذكاءً حيث إنها مادة دهنية تنشط نقاط الاتصال العصبي التي تنقل ما يخص الذاكرة داخل المخ، وتحمي البصر وتمنع الجلطات الدموية، وتوجد هذه المادة بصورة مركزة في شبكية عيون السمك، وخاصة أسماك السردين والتونة، ويحاول العلماء استخراج مادة (DHA) بصورة نقية لاستخدام في صناعة الأدوية وإضافاتها للأغذية¹¹³.

سمك السردين من الأسماك التي نهى "الشقروني" عن تناوله والإقبال عليه بكثرة نظراً لبعض الأعراض والأمراض التي توجد في لحم السردين ومن هذه الأمراض وجع الجنب وهو في الطب الحديث عبارة «عن التهاب في الغشاء المحيط بالرئة»¹¹⁴. ومرض الاستسقاء ومرض عرق النسا وهو «وجع يبدأ من مفصل الورك ينزل من خلف الفخذ وقد يمتد إلى الكعب، وكلما طالته مدته زاد ألمه، فيهزل معه الرجل والفخذ»¹¹⁵. فبالتالي يعتقد الشقروني إن الاكثار من تناول السردين سيجلب أسقام عديدة لمتناوليها:

فَأَحْذَرُ جَمِيعَ ضُرِّهِ الْمُبِينِ
كَوَجَعِ الْجَنْبِ وَالِاسْتِسْقَاءِ
فَمَنْ يَكْثُرْ أَكْلَهُ فَقَدْ أَصَابَ¹¹⁶

وَكُلُّ مَا مُلِحَ كَالسَّرْدِينِ
يُحْدِثُ فِي الْجَسْمِ شَرًّا دَاءً
وَطَالَمَا أَوْقَعَ فِي عَرَقِ النَّسَاءِ

نتيجة البحث

حقق الشاعر من وراء هذه الأرجوزة محاور عدة تمثلت بمعرفته العميقة باللحوم وقيمته الغذائية وتبين مدى نجاعتها في التدوي والعلاج.

وأهم ما توصلنا إليه كالتالي:

١- بما أن الشاعر كان طبيباً فمن الطبيعي أن يجنح للمبادئ الطبية السائدة آنذاك والاستفادة من أسسها وجعل تلك المعارف الطبية محوراً أساسياً فيما يتناول كل حيوان في أرجوزته على حد سواء. فهذا الأمر بحد ذاته يبرهن على مدى معرفته بالحيوان ومنافعه ومضاره على مستوى التغذية والعلاج.

٢- لقد كانت إسهامات الحضارة الإسلامية والحضارة المغربية كبيرة وشاملة، شملت ميادين الحياة العلمية والعملية، وقد حظي جانب الغذاء والتغذية الصالحة بسهم كبير وحظ وافر من قبل أطباء المسلمين.

٣- أكدت الآيات القرآنية على ضرورة التحري واختيار اللحم والغذاء السالم والتأكيد على مدى جودته وسلامته وصلاحيته في تطعيم الجسم وعلاجه من الأمراض والوقاية منها.

٤- اعتبرت اللحوم مصدراً أساسياً في توفير الغذاء وتأمين حاجيات الإنسان منه في بناء الجسم السليم وتزويده بالطاقة اللازمة لبناء حياة كريمة واقتصاد زاهر للمجتمعات.

٥- فضل الشقروني اللحوم المشوية نظراً لنفعها البالغ في تغذية الجسم على اللحوم المقلية والمسلوقة ونهى عن تناول اللحوم المقلية إلا لمن يعانى من

113-<http://www.startimes.com/?t=31906913>

114- Mu'jam Al-waseet:138.

115- Baghdadi, 2005:138.

116-(<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouniya-3.php>)



- مرض الاستسقاء.
- ٦- فضّل الشاعر لحم الحمل الذي لم يبلغ حولاً من أفضل لحوم الحيوانات نظراً لهضمه السريع وتأمين الجسم بالبروتينات اللازمة وتعزيز قوة المناعة في إزالة الخلاصة الغذائية.
- ٧- نهى الشاعر عن تناول لحم إناث الضأن لاسيّما العجاف والسمين منها، كما نهى عن تناول لحم البقر بداعي إته يولد الوسواس لدى متناوليّه.
- ٨- اعتبر الشاعر لحم الأطباء من اللحوم التي لم تنفع الجسم بل تعمل على إيجاد الصفراء، بينما لحم الجدي في منظور الشاعر يقضي على المرارة وأوجاعها.
- ٩- صنّف الشاعر لحم الذئب من اللحوم المفيدة والناجعة في معالجة الكبد والتهاباته، كما اعتبر لحم الثعلب من الأدوية المناسبة التي تستطيع معالجة اليرقان ومرض الاستسقاء ووجاع المفاصل وتعزيز القوة الجنسية.
- ١٠- وصف الشاعر لحم القنفذ بالغذاء والدواء المناسب لمعالجة ومكافحة القولنج وأمراض الكبد والطحال.
- ١١- اعتبر الشاعر لحم الدجاج لاسيّما الفرارج من أفضل لحوم الطيور نظراً لتزويدها الجسم بالبروتينات وعملها النشط في حيوية الدماغ وتحسين اللون وتوليد الدماء الجيدة.
- ١٢- فضّل الشاعر لحم الحجل على سائر لحوم الطيور البرية نظراً لمنافعه الجمة في تخفيف السعال والذبحة الصدرية، كما أوصى الشاعر أصحاب البلغم والفالج بتناول لحم الحمام واليمام.
- ١٣- امتنع الشاعر عن تصنيف لحم الحوت كوجبة غذائية نافعة للجسم لعسر هضمه واكتنازه وتعفنه في كثير من الأحيان. كما نهى عن تناول سمك السردين نظراً لبعض الأعراض التي توجد في لحمه، ولذلك نهى عن تناوله.

References

Holy Quran

- Adel al-Bakri. [Al-Arajiz al-Tebia]. *Journal al-Mourid* 1970: 49. [in Arabic]
- Al- Baghdadi AL. [al-Teb al-Ketab va Soneh]. Beirut: Alam al-Kotob; 2005. [in Arabic]
- Al- Majlesi [Bahar al-Anwar] Beirut: Dar al-Vafa. [in Arabic]
- Al-Amilli Hor [Yasaal al-Shiaa] Beirut: Dar al-Torath al-Arabi. 1995. [in Arabic]
- Al-Hafez al-Zahabi. [Al-Teb al-Nabawi]. Beirut: Dar Ahya al-Olom; 1990. [in Arabic]
- Aqeel M. [Teb al-Imam Ali]. Beirut: Dar al-Mahajah al-Biza2003. [in Arabic]
- Ahmed A, Ahmed Mukhtar O. [Al-Mojam al-Arabi al-Asasi]. Cairo: Arab Organization for Education, Science and Culture; 1988. [in Arabic]
- Demeiri KDMM. [Hayat al-Heivan al-Kobra]. Beirut: Dar al-Hilal; 2007. [in Arabic]
- <http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AD%D8%AC%D9%84>
- <http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%B3%D8%B1%D8%AF%D9%8A%D9%86>
- <http://forum.q8lots.net/t2128955.html>
- http://library.islamweb.net/newlibrary/display_book.php?idfrom=356&idto=356&bk_no=43&ID=267
- <http://nwarrah.com/vb/nwr57/nwarrah16505>
- http://www.4muhammed.com/zad_al-Maad/4/89-%D9%84%D8%AD%D9%88%D9%85



<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouniya-3.php>

<http://www.cheikh-skiredj.com/bibliotheque-ourjouza-chakrouniya-3.php>

<http://www.ebnmisr.com/forum/t1633.html>

<http://www.hanaanet.com/%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%AD%D8%A9>

<http://www.startimes.com/?t=31906913>

<http://www.teb-badil.com/forum/index.php?showtopic=6414>

Ibrahim Mustafa, Ahmed Zayat, Hamid Abdul Qader, Mohammed Najjar [*Mu'jam al-Waseet*] Istanbul: Library of Islam; 1972. [in Arabic]

Jawziyyah IQ. [*Zaad al-Ma'aad*] Beirut: Resalah Publishers; 1998. [in Arabic]

Qazwini ZMM [*Ajaeb al-Makhlukat*]. Beirut: n.p.; n.d. [in Arabic]

Qudamah A. *Foods and Therapeutics Plants*. Beirut: Dar al-Nafaes; 1982. [in Arabic]

Razi MABAQ [*Mukhtar al-Sahah*]. Beirut: Modern Library; 2003. [in Arabic]

Scientific Library for children. [*Birds*]. Tunisia: Daralamaref; 1991. [in Arabic]

Taut M [*Al-wafi fi al-Adab al-Arabi fi Maqreb al-Aqsa*]. Morocco: Dar al-Biza; 1984. [in Arabic]

