

مقدمة
أشكر الله

تاريخ الطب العربي

مقدمة

تاريخ المطبخ العربي

هناك علاقة مباشرة بين قوائم الطعام ونوعية المطبخ الذي يقدم هذا الطعام، والعرب لهم باع طويل في هذا المضمار الذي يتمشى مع حضارتهم.

لذا فإننا نقبس المقال المنشور في جريدة الأهرام الصادرة يوم ٦ مارس عام ٢٠٠١ حتى نتعرف على تاريخنا المجيد في هذا المضمار.



المرآة من كتاب السيرة النبوية ورحلات - الصادر عن دار اسنور الفرنسية وهي للفنان جورج نورديك لويس (١٨٠٥ - ١٨٧٢). وهي بعنوان راحة مستشفى مناء فاهري - ريت على نوال (١٨٧٢ - ١٨٨٥) ومسرحتها بيت في حي الأريكة كان يقطنه الفار.

المطبخ العربى .. علم .. وفن .. وصيدلة:

المطبخ فن .. وصناعة الطبخ حضارة .. أو على الأقل مؤشر .. والشعوب ذات التاريخ البسيط أطعمتها بسيطة .. والبلدان الموعلة فى العمق، تراكمت معارفها المطبخية .. وتعددت .. والطبخ فى حالة كونه فناً - هو نوع من "الكيمياء" لأنه يعتمد على خلط مقادير من مواد خام وإعادة تركيبها بمهارة وحنق لتنتج عنها ألوان متباينة من "المذاقات" والروائح .. نقرب المعنى أكثر ونسبته. لو أشرنا على سبيل المثال إلى حبة الفول البسيطة التى يستخرج المصريون منها ثمانية عشر طعاماً مختلفاً سنجد أن وراءها زمناً وخبرة أو معرفة .. وموضوعنا هو "المذاقات" التى قال عنها العرب "الطيبات" وربطها بالرائحة الزكية الجميلة، وهى عندهم "الطيب" بكسرة تحت الطاء والياء .. والطيبات والطيب هما "الوصلة" التى نصحوا بها لتكون الطريق إلى "الحبيب" فكان كتاب "الوصلة إلى الحبيب فى وصف الطيبات والطيب" ومؤلفه ابن العديم الحلبي المتوفى فى ٦٦٠ هجرى .. ١٢٦٢ ميلادياً .. والكتاب الذى يقع فى جزئين يقارب مجموع صفحاتهما الألف وخمسمائة صفحة حققته باحثان سوريان هما سليمى محبوب ودرية الخطيب، وأخرجه معهد التراث العلمى العربى بجامعة حلب، وهو ليس مجرد كتاب طعام أو وصف للمأكولات كما قد يتبادر للذهن للوهلة الأولى، لكنه واحد من جملة كتب ألقت فى الطب والصناعة والصيدلة لأن المخطوط الأصيل الذى توجد منه نسخة فى دار الكتب بالقاهرة تحمل رقم ٥٧٤ م فهرس فى باب الطب والصيدلة سواء فى نسخته القاهرية أو النسخة الموجودة فى المكتبة الشرقية العامة فى مدينة نيكيبور فى الهند أو نسخة المكتبة الأحمدية فى حاب.

وكتاب "الوصلة" ربط بين الغذاء والدواء، كما أنه يتكلم عن مجموعة من العطور والمواد زكية الرائحة ويذكر طرق صناعتها وفائدة كل منها.. ويخصص باباً "للأشربة" أو المشروبات والأدوية وطريقة صنعها وفائدتها وكيفية "تطيب" رائحة الفم والبدن وفي مساحة كبيرة منه يصف طريقة تحضير ألوان من الطعام.

والمحققان البارعتان لم تجدا صعوبة في إقناعنا بأن الطبخ "فن وعلم وصناعة"، وهو وسيلة للكشف عن أخلاق الأمم، والعرب كانوا أسبق من الباحثين الغربيين في إيضاح العلاقة بين الغذاء والداء والدواء، لذلك قسموا الغذاء إلى مراتب ثلاث: مرتبة الحاجة ثم الكفاية وأخيراً الفضيلة، وإستنتجوا هذا التقسيم نوعين من الأمراض: أمراض ناتجة عن زيادة مادة أفرطت في البدن حتى أضرت بأفعاله، وهى الأمراض الأكثرية، ثم الأمراض الناتجة عن الزيادة في القدر الذى يحتاجه البدن. طعام العرب قبل الإسلام كان شديد البساطة، لم يعرفوا فى جاهليتهم فكرة "خلط" مقادير أو أنواع، حتى اللحم كان طهوه لا يتجاوز الشئ بحالته الخام أو السلق بالماء والملح دون "تفنن" فى الطبخ، كان مجمل الهدف من الغذاء هو "سد الجوع" وليس التمتع، ومن أطعمتهم "الثريد" أى الفتة، خبز مبلل فى مرق ولحم و"البسيصة" وهى كل طعام خلط فيه صنفان، و"العصيدة" .. و"القديد" و"الصفيف" وهى شرائح اللحم، الأطعمة التى كانت تطبخ فى قدور يسهل حصرها، وهى أطعمة أهل اليسار وتربع اللبن والتمر على عرش أغذيتهم وفرقوا بين السيد والعبد بواسطة اللبن، فالسيد له الحليب والعبد له اللبن الحامض الذى لا خير منه.

ألم العرب بفوائد الطعام وإمتلكوا قبل الإسلام تراثاً فى آداب الضيافة والكرم وإحترموا آداب الطعام وأطلقوا على من يخالفها ألقاباً عديدة منها "النشال" الذى ينزع من الطعام قبل النضج و"اللطام" الذى يضع اللقمة فى فمه ثم يلحقها بأخرى

و"المصاص" الذى يمص جوف الطعام وضموا "القطاع" و"اللطاع" و"النهاش" و"المداد" و"المتحول" وكل هؤلاء خارجون على آداب الطعام، ومن عيوب المؤكلة أن يزحف المرء للمائدة قبل الجماعة فيكون "الزاحف" والذى يطيل إنتظار ضيوفه للطعام فهو "مجوع" وإليك بعضاً من آخر من الأوصاف "المبلغ" أى الذى لا يمضغ بل يزلط و"المبجع" الذى يتكلم وفمه مملوء و"المفرقع" الذى لا يضم شفثيه عند المضغ، و"الدفاع" الذى يدخل جزءاً من أصابعه وراء اللقمة و"الحاس" أو "اللطاع" و"المعطاش"، وأيضاً "المستبد" الذى يستأثر بالصحن و"العائب" الذى ينتقد الطعام و"المرشش" الذى يبرم ويلوى قطع اللحم بيديه ليقطعها و"الممعلق" الذى يحول الخبز إلى ملعقة و"المحدث" الذى يلهى ضيوفه عن الطعام والكلام و"المستأثر" الذى يدعو ضيفاً ويستأثر بأفضل الطعام.

يعرض الكتاب إلى الأظعمة فى عصر الرسول صلى الله عليه وسلم وصدر الإسلام ويؤكد بساطة وخشونة حياة الرسول وأصحابه ومجافاتهم "لحم" وزهدهم فى أطايب الطعام رغم أن الله قد أباحها.

والإسلام الذى أحل الطيبات للمسلمين ورسم أصولاً وأخلاقاً وآداباً من الآداب الإجتماعية التى جاء بها الإسلام فيما يتعلق بالطعام أن يجتهد المسلم فى إكثار الأيدى على الطعام ولو من أهله وولده، قال صلى الله عليه وسلم "اجتمعوا على طعامكم ببارك لكم فيه" وقال أنس رضى الله عنه "كان رسول الله صلى الله عليه وسلم لا يأكل وحده، كما قال النبى صلى الله عليه وسلم "خير الطعام ما كثرت عليه الأيدى"، ودخل فى آداب طعام الإسلام البدء بحمد الله أول وآخر الطعام والأكل باليمنى والبدء بالملح وتصغير اللقمة وجودة المضغ وعدم دم مأكول ولا الأنفة أو إظهار كراهية لنوع، كان صلى الله عليه وسلم لا يعيب مأكولاً، فإن أعجبه أكل وإلا تركه، ومن آداب الشرب أن يشرب الشارب "مصاً" لا "عباً" والإمساك عن الأكل قبل الشبع من أشهر آداب الإسلام.

وقد عرف العرب نوعاً من الطب أو فن المداواة غير التشخيص أو المعالجات السريرية والمداخلات الجراحية ذلك هو "الغذاء الدواء" أو كما قال أبو قراط "ليكن غذاؤك دواءك" وقد ترك أبو قراط قائمة بأربعمائة عشب استخدمت في الطب في القرن الرابع ومازال جزء كبير يستخدم حتى اليوم، ويقول ابن القيم الجوزية في كتاب الطب النبوي "إن الأدوية من جنس الأغذية، وأهل المدن الذين غلبت عليهم الأغذية المركبة يحتاجون إلى الأدوية المركبة" وفي مؤلف ابن البيطار "الجامع لمفردات الأدوية والأغذية" ذكر لأغذية هي أدوية، فالعسل على سبيل المثال الذي أجوده أسرع في النضج "يجفف ويحبس البطن"، أما البصل "فيدفع رياح السموم ويفتق الشهوة ويقوى المعدة ويقطع البلغم ويجلو المعدة وينقى الرأس ويذهب طنين الأذن، والنعناع يسكن القيء، والجزر يشفى القولون، أما العسل فمنافعه العظيمة التي ذكرها القرآن الكريم ويؤكد بها الطب الحديث فكان الرسول يشربه على الريق ويقول عليكم بالشفاءين "العسل والقرآن" ويقترب التمر من مكانة العسل والعجوة شفاء من السقم، والكرنب مدر للبول، والكراث إذا سلق تضمد به البواسير، والبطيخ قبل الطعام "يغسل البطن" ويذهب الداء، والرمان قابض للمعدة، والعنب يسهل الطبع ويسمن، والتين يجلو الكلى والمثانة وينفع خشونة الحلق.

إيجازاً يمكن وصف أطعمة العرب في العصرين الجاهلي وصدر الإسلام بالسذاجة، لكن فتوحات المسلمين لبلاد الروم والفرس ومصر والهند طعم مطبخهم وضح فيه من أنفاس حضارات هذه البلاد، وأتخمت مطابخهم وكان معاوية بن أبي سفيان أول من طور وتأنق في طعامه وشرابه، ومن أخباره في الطعام أنه كان ذواقة وكان يفضل "الكبة" السورية التي هي أصلاً من أطعمة الروم، ويتخلل يومه المليء بالمقابلات عدة مقبلات طعامية، فهناك الغذاء الأصفر : جدى بارد أو فرخ، ثم الغذاء والأقراص المعجونة باللبن والسكر

والكعك بالفواكه والحلوى وغيرها، كانت له خمس وجبات آخرها أغلظها ويروى أنه أكل عجلًا مشويًا ومعه دسنة من الخبز وجدى حار وآخر بارد، ثم قال : **يا غلام ارفع الطعام فوالله ما شبع**".

استحدث أكل الوز والدجاج من إختلاط العرب بالفرس وعرفوا الحساء المتبل والمنبه للشهية والفوط والملاعق المصنوعة من الخشب والكراسي أمام الموائد المفروشة بالمفارش وتأثر العرب بالفرس في البذخ والترف، ويعلل **ابن خلدون** هذا السلوك من قبل الخلفاء والأمراء، فمن قواعد العمران إذا تكاثرت الأموال في أيدي الناس أن يتوسعوا في الإنفاق ويتمتعوا بمعيشتهم فيتأنقوا فى الطعام والشراب والسماع وغيرها من الملذات الجسدية ويتنغموا بالألبسة الثمينة والريش الفاخر ثم يطلبوا الملذات والمجوهرات النفيسة ثم يلتمسوا سعة الشهرة فيقربوا الشعراء ورواة الأخبار فى ذلك العهد كما يفعل بعض أغنياء زماننا بالتقرب من أرباب الصحافة.

العصر العباسى شهد أوجاً أو ذروة للمطبخ العربى وإتسع الفارق بين حياة البداوة والإسراف فى الرفاهية وظهرت التخصصات وتعددت الأدوار داخل المطبخ فكان **"الخباز"** للخبز و**"الخباص"** للحلوى و**"الشرابي"** للشراب و**"الطباخ"** للطهى، وبلغت أفانين الطبخ مدى لم تصله عند العرب من قبل حتى تغنى الشعراء بالأطعمة والفواكه، فنرى **ابن الرومى** ينشد **أبياتاً للمشمس**:

وإذا ما رأيت الدهر بستان مشمس . . . فإتقن خلق أنه لطيب

والموز:

للموز إحسان بلا ذنوب . . . ليس بعدود ولا محسوب

يكاد من موقعه المحبوب . . . يدفعه البلع إلى القلوب

وتحتل الكمثرى والبطيخ والرمان مساحات في شعر "المأمونى".

أما المربى والجيلي والفواكه المسكرة فلها دواوين كاملة، كانت نفقة المأمون العباسي في اليوم ستة آلاف دينار، بينما ينفق وزيره ابن خالد على طعامه ألف دينار يومياً ونفس هذا المبلغ كان ينفقه إبراهيم الموصلي!

أما الرشيد الذي كانت أصناف المائدة الواحدة عنده لا تقل عن ثلاثين صنفاً، فقد كان ينفق على طعامه عشرة آلاف درهم في اليوم، وهكذا فكما أن الطبخ والمطبخ من زاوية هو المؤشر على حضارة ما، قد يكون أيضاً واحداً من أسباب إنهيار الحضارات!!