الفصل السابع:

بسبب الإسهال.

الطريقة: تسخن كمية من الماء تكفي لتغطية القدم، وبدرجة حرارة معقولة يتحملها الجسم، ويوضع الماء في إناء كبير، ويوضع به القدم بعناية لمدة ١٠ دقائق.

٤٠- كمادات الزيت:

الفائدة: للمساعدة في حالات الحروق.

الطريقة: تؤخذ قماشة قطنية نظيفة معقمة، وتوضع في زيت طبيعي مكبوس على البارد، وتغطى المنطقة المصابة بالحرق بهذه الكمادة.

٤١- لصقة النوري والخضراوات:

الفائدة: الإقلال من الالتهابات والمساعدة في علاج الالتهابات.

الطريقة: تقطع الخضراوات وأوراق النوري، ويتم سحق الجميع سوياً، ويوضع على مكان الألم، ويغير عندما يسخن.

٤٢- لصقة فول الصويا:

الفائدة: علاج الحمى والالتهابات.

الطريقة: ينقع كوب من فول الصويا في ٥ أمثال حجمه ماء لمدة ٢٤ساعة، ثم يسحق ويضاف إليه حوالي ١٠٪ طحين أبيض، ويستخدم مباشرة.

---

(١) أحمد ٢٧٨/٤ .

(٢) ابن ماجه ٣٤٤٢، أحمد ٣٦٤/٦.

obeikandl.com

٤٣- لصقة الكلوروفيل:

الفائدة: المساعدة في علاج الحمى.

الطريقة: تسحق أوراق خضروات ورقية كبيرة، ثم تفرد على قطعة قماش وتستخدم.

٤٤- غرغرة شاي البنشا مع الملح:

الفائدة: للمساعدة في علاج حالات ألم وورم الحلق.

الطريقة: غرغرة بكوب من شاي البنشا المخلوط بربع ملعقة شاي ملح بحري.

٤٥- غرغرة شاي شوبان:

الفائدة: المساعدة في علاج حالات التهاب اللوز.

الطريقة: غرغرة بكوب شاي بنشا مضافاً إليه صلصة صويا.

٤٦- عصير جذور اللوتس:

الفائدة: تنظيف الجيوب الأنفية المغلقة أو الملتهبة.

الطريقة: تبشر جذور اللوتس الطازجة بشراً ناعماً، ويستخرج عصيرها، ويؤخذ مقدار من العصير على قطعة قطن، وتوضع في الأنف، لمدة ٣٠ دقيقة أو أكثر.

٤٧- تمرين تنفس:

---

(١) ابن ماجه ٣٤٤٣.

(٢) أحمد ٤٢٧/٥ و٤٩٨، الترمذي ٢٠٣٦ وهو حديث صحيح.

(٢) الصحيحين: البخاري ١٤٦/١٠، ومسلم ٢٢٠٩.

obeikandl.com

الفائدة: المساعدة في علاج حالات الأنيميا والأرق، لأن وجود الأكسجين بكمية كافية في الرئتين، يساعد في تكوين دم جيد النوعية مما يساعد في علاج الحالات المذكورة وغيرها.

الطريقة: اجلس منتصب الظهر، أخرج نفساً ببطئ من الفم، واجعل البطن للداخل، ثم يؤخذ نفس سريع من الأنف، وادفع البطن للخارج، ويكرر التمرين ٥ أو ٦ مرات.

وحاول النوم خال الذهن من الصعوبات التي واجهتك أثناء اليوم، واحرص على الوضوء قبل النوم وتلاوة الأذكار بقلب حاضر، وتذكر حديث رسول الله ﷺ الذي معناه: « **من بات آمنا في سربه، معافاً في بدنه، عنده قوت يومه، فقد حيزت له الدنيا بحذافيرها**»

٤٨- شاي البنشا:

الفائدة: يقوي الأيض (الاستقلاب) في كل الأمراض، ويقلل من الاحتياج للسكريات عقب الطعام، وهو يزرع طبيعياً ويصنع بطريقة طبيعية.

الطريقة: ملعقة مائدة من الشاي لكل كوب ماء، وعند بداية الغليان تقلل الحرارة أسفل البراد ويترك دون الغليان لمدة حوالي خمس دقائق. ويصير أثقل قليلاً لو ترك مدة أطول.

---

(١) هناك أحاديث تدل على معاني مشابهة، ولكن النص المذكور ليس بحديث كما يقول الإمام ابن القيم.
(٢) الحاكم في المستدرك ٢٠٠/٤ .
(٣) من الكمادات الباردة للحمى لصقات التوفو، وهي مذكورة في فصل الوصفات الطبيعية.
(٤) رواه أبو نعيم في الطب بإسناد حسن.
(٥) الترمذي ٢٠٤١، وابن ماجه ٣٤٤٤.
(٦) البخاري ١٠٣/١٠.

obeikandi.com

٤٩- لصقة الأرز البني:

الفائدة: تساعد في إقلال الالتهاب حول الخراج.

الطريقة: ٧٠٪ أرز بني مطهو، و ٢٠٪ أوراق خضراء طازجة، ١٠٪ نوري طازج، يطحن الجميع حتى تمتزج تماماً، وتوضع على مكان الإصابة، وتزال بالماء الدافئ، وتزال إذا أحدثت حرقان.

(م ١-٢-٣-١٠-١٦-٢٠-٢٢).

مسك الختام في هدي المصطفى عليه الصلاة والسلام

هديه ﷺ في العلاج والحمية والتغذية أثناء المرض

في الحديث: «**إن الله لم ينزل داء إلا أنزل له شفاء، علمه من علمه وجهله من جهله**»[(١)]، وكان من هديه ﷺ التداوي في نفسه والأمر به لمن أصابه مرض من أهله أو أصحابه، ولم يكن من هديه ولا هدي أصحابه استعمال الأدوية المركبة، بل كان غالب أدويتهم بالمفردات، وربما أضافوا إلى المفرد ما يعاونه أو يكسر سَوْرَتَه.

وكان ﷺ يحمي المريض عن بعض الأغذية التي تضره ويأمر ببعض الأغذية التي تنفعه، وقد ورد ذلك في أحاديث كثيرة تدل على أنه ﷺ كان

---

(١) أبو داود ٤٥٨٦، والنسائي ٥٣/٨، وابن ماجه ٣٤٦٦ ولعل في هذا الحديث رادع لمدعي الطب، وحافز لأولى الأمر والمشرعين أن يأخذوا على أيديهم بشدة، فإن الله يزع أحياناً بالسلطان ما لا يزع بالقرآن والله المستعان.

(٢) البخاري ٦٨/١٠.

(٣) أبو داود ٣٨٧٠، وأحمد ٣٠٥/٢.

(٤) أبو داود ٣٨٧٣، وابن حبان ١٣٧٧ .

(٥) مسلم ٢٧٠٩.

يجيد العلاج بالغذاء ويبدأ به.

فعن أم المنذر بنت قيس الأنصارية قالت: دخل عليّ رسول الله ﷺ ومعه علي، وعليّ ناقه من مرض ولنا دوالي معلقة، فقام رسول الله ﷺ يأكل منها، وقام علي يأكل منها فطفق رسول الله ﷺ يقول لعلي: «**إنك ناقه**»، حتى كف، قالت: وصنعت شعيراً وسلقاً فجئت به، فقال النبي ﷺ لعلي: «**من هذا أصب فإنه أنفع لك، وفي لفظ قال: «من هذا أصب فإنه أوفق لك**»[٢].

وعن صهيب قال: قدمت على النبي ﷺ وبين يديه خبز وتمر، فقال: ادن فكل، فأخذت تمراً فأكلت، فقال: «**أتأكل تمراً وبك رمد**»، فقلت: يا رسول الله، أمضغ من الناحية الأخرى، فتبسم رسول الله ﷺ [١]، فهو هنا طلب من المريض أن يحتمي من الرطب لرمد أصابه، ولم يمنعه من أخذ اليسير منه لعدم حرمانه بالكلية مما يشتهيه.

وفي الحديث عنه ﷺ: «**إن الله إذا أحب عبداً حماه من الدنيا كما يحمي أحدكم مريضه عن الطعام والشراب**»، وفي لفظ: «**إن الله يحمي عبده المؤمن**

(١) سنن أبو داود.
(٢) الصحيحين البخاري ٣٧٧/٦، ومسلم ٢٢١٨.
(٣) الصحيحين البخاري ١٦٢/١٠، ومسلم , ١٩٦١

obeikandl.com

من الدنيا»[٢]، فهذا الحديث يثبت وجوب حمية المريض عن بعض الأطعمة والأشربة.

وقال بعض الحكماء: رأس الطب الحمية، وأنفع ما تكون للناقه من المرض؛ لأن طبيعته لم ترجع بعد إلى قوتها، والقوة الهاضمة ضعيفة، والطبيعة قابلة والأعضاء مستعدة، وبالجملة فالحمية من أكبر الأدوية، فهي قبل المرض تمنع حصوله، وإذا حصل تمنع تزايده وانتشاره.

ومما ينبغي أن يعلم، أن كثيراً مما يحمى عنه العليل والناقه والصحيح، إذا اشتدت الشهوة إليه، ومالت إليه الطبيعة فتناول منه الشيء اليسير الذي لا تعجز الطبيعة عن هضمه، لم يضره تناوله، بل ربما انتفع به، فإن الطبيعة والمعدة تلقيانه بالقبول والمحبة فيصلحان ما يخشى من ضرره، وقد يكون أنفع من تناول ما تكرهه الطبيعة، وتدفعه من الدواء، ولهذا أقر النبي ﷺ صهيباً وهو أرمد على تناول التمرات اليسيرة وعلم أنها لا تضره، ومن هذا ما يروى عن علي أنه دخل على رسول الله ﷺ وهو أرمد وبين يدي النبي ﷺ تمر يأكله فقال «**يا علي تشتهيه**» ورمى إليه بتمرة ثم بأخرى حتى رمى إليه سبعاً ثم قال: «**حسبك يا علي**»[٣].

ويقول الحارث بن كلدة طبيب العرب والملقب (أبو قراط العرب): الحمية رأس الدواء، والمعدة بيت الداء، وعودوا كل جسم ما اعتاد. وهذا الكلام ليس

---

(١) الصحيحين البخاري ١٢١/١٠، ومسلم ٢٢١٥.
(٢) صحيح مسلم ٢١٨٦.
(٣) البخاري ١٧٦/١٠، ومسلم ٢١٩٤.
(٤) مسلم ٢٢٠٢.

بحديث كما اشتهر على ألسنة الناس[١].

هديه ﷺ في علاج الحمى

ورد عن النبي ﷺ قال: «**إنما الحمى أو شدة الحمى من فيح جهنم فأبردوها بالماء**»[٢] ويكون ذلك عن طريق الكمادات الباردة أو المثلجة، من أجل خفض درجة الحرارة أو بالفم أثناء الحميات لمساعدة أعضاء الجسم، وبخاصة الكليتين على القيام بوظيفتها[٣].

وعنه ﷺ: «**إذا حم أحدكم فليرش عليه الماء البارد ثلاث ليال من السحر**»[٤].

هديه ﷺ في التعامل مع المرضى

قال رسول الله ﷺ: «**لا تكرهوا مرضاكم على الطعام والشراب فإن الله عزّ وجلّ يطعمهم ويسقيهم**»[٥]، وكان يحث على زيارة المرضى والدعاء لهم. وربما كان يقول للمريض: «**لا بأس طهور إن شاء الله**»[٦].

أما عن الأطباء:

فيقول الإمام ابن القيم: إن الطبيب الحاذق، هو الذي يراعي في علاجه عشرين أمراً ذكر منها:

أن يعالج بالأسهل فالأسهل، فلا ينتقل من العلاج بالغذاء إلى الدواء، إلا عند تعذره، ولا ينتقل إلى الدواء المركب إلى عند تعذر الدواء البسيط، فمن

(١) البخاري ١٠/١٧٨، ومسلم ٢١٩١.
(٢) الصحيحين البخاري ١٠/١٧٨، ومسلم ٢٢٠١.
(٣) أحمد ٤/٢٧.

سعادة الطبيب علاجه بالأغذية بدل الأدوية، والأدوية البسيطة بدل المركبة، وذكر منها أيضاً أن يستعمل أنواع العلاجات الطبيعية والإلهية والعلاج بالتخييل، فإن لحذاق الأطباء في التخييل أموراً عجيبة لا يصل إليه الدواء، فالطبيب يستعين على المرض بكل معين.

وفي الحديث: «**من تطبب ولم يعلم منه الطب قبل ذلك فهو ضامن**»(١)، ولا ينبغي أن يداوي الأطباء بشيء محرم، ففي الحديث: «**إن الله لم يجعل شفاءكم فيما حرم عليكم**»(٢).

وفي الحديث: «**نهى رسول الله ﷺ عن الدواء الخبيث**»(٣)، وسئل عن الخمر يجعل في الدواء فقال ﷺ: «**إنها داء وليست بالدواء**»(٤).

هديه ﷺ في علاج لدغة العقرب

(١) الصحيحين البخاري ١٢٢/١١، ومسلم ٢٧٣٠.
(٢) الترمذي ٣٥٠٠.
(٣) البخاري ١٦٩/١٠، ومسلم ٢١٩٥.

obeikandl.com