The Popular Proverbs Related to Medicine and Health

BY:

Abdul Nasser Kaadan, MD, Ph D*

الأمثال والحكم الشعبية الحلبية المتعلقة بالصحة والوصايا الصحية

إعداد

الدكتور عبد الناصر كعدان*

**Chairman, History of Medicine Department, Aleppo University*
The President of ISHIM (www.ishim.net)
P.O. Box: 7581, Aleppo, Syria
e-mail: a.kaadan@scs-net.org
PHONE 963 944 300030, FAX 963 21 2236526

* أستاذ ورئيس قسم تاريخ الطب – معهد التراث العلمي العربي – جامعة حلب.
رئيس الجمعية الدولية لتاريخ الطب الإسلامي (www.ishim.net)
دكتوراه في تاريخ الطب العربي الإسلامي – طبيب استشاري في جراحة العظام.
هاتف 963 944 300030 ، بريد إلكتروني: a.kaadan@scs-net.org

ملخص البحث

تعتبر الأمثال والحكم الشعبية من أكثر فروع الثقافة الشعبية اكتنازاً وثراء. وفي معظم الحالات يجسد المثل الشعبي تعبيرا عن نتاج تجربة شعبية طويلة تخلص إلى عبرة وحكمة، وتؤسس على هذه الخبرة نصيحةً على سلوك معين. ومجموعة الأمثال والحكم الشعبيّة، على تنافر بعضها وبعض في كثير من الحالات، تكوّن ملامح فكر شعبي ذي سمات ومعايير خاصّة. فهي إذن جزء مهم من ملامح الشعب وقسماته وأسلوب عيشه ومعتقده ومعاييره الأخلاقية.

والأمثال والحكم الشعبية الحلبية هي ليست مجرد شكل من أشكال الفنون الشعبية، وإنما هي عملٌ كلاميٌ يستحث قوةً ما على التحرك. إضافة لذلك فإن المثل الشعبي يؤثِّر أعظم الأثر في مسار الأمور وفي سلوك الناس. فالمعنى والغاية يجتمعان في كل أمثال العالم. وهذه الأمثال والحكم وإن اختلفت في تركيب جملها أو في صلاحها أو مدلول حكمتها أو سخريتها، فهي كتابٌ ضخم يتصفّح فيه القارىء أخلاق الأمة وعبقريتها وفطنتها وروحها.

ومن الملاحظ بأن الكثير من الأمثال والحكم الشعبية الحلبية ترتبط ارتباطا وثيقا بالصحة والوصايا الصحية، بل إن البعض منها ينطوي على مضامين تعتبر بالغة في الدقة والمصداقية من الوجهة الطبية الحديثة. وليس أدل على ذلك من الأمثال والحكم الشعبية الثلاثة التالية: اتغدى واتمدّى ولو دقيقتين واتعشى واتمشى ولو خطوتين، فطار مع ملك وتغدى مع وزير وتعشى مع شحاد، الولد إن بكا يا من جوع يا موجوع.

هدف هذا البحث هو التعرض بالذكر لأهم الأمثال والحكم الشعبية الحلبية المتعلقة بالصحة والوصايا الصحية، مع ذكر مدلولاتها الصحية وفق معلوماتنا الطبية الحديثة.

مقدمة:

المثل الشعبي هو تعبير عن نتاج تجربة شعبية طويلة أدت إلى عبرة وحكمة، وتؤسَّس على هذه الخبرة الحض على سلوك معين، أو التنبيه من سلوك معين. والأمثال الشعبية أشبه ما تكون بالرواية الشعبية التي تقص قصة موجزة فتسهم في تكوين وجدان الناس حين يلقنون أركان الحكمة الشعبية ومعارج السلوك المستحبة. ومجموعة الأمثال الشعبية، على تنافر بعضها وبعض في كثير من الحالات، تكوّن ملامح فكر شعبي ذي سمات ومعايير خاصة. فهي إذن جزء من ملامح الشعب وقسماته وأسلوب عيشه ومعتقداته ومعاييره الأخلاقية.

والمثل لون أدبي معبّر طريف المنحى، عظيم الفائدة، يلخص تجربة إنسانية، يتردد على ألسنة الناس. على أن شعبية المثل مكّنته من احتلال موقع جليل في نفس قائله وسامعه، وجعلت له مكان الصدارة، من حيث الأهمية والتأثير بين سائر فنون القول الشعبية.

ومن الملاحظ أن هناك بعض الأمثال الشعبية ترتبط ارتباطا وثيقا بالصحة والوصايا الصحية، بل إن البعض منها ينطوي على مضامين تعتبر بالغة في الدقة والمصداقية من الوجهة الطبية الحديثة.

تعريف المثل:

لقد كثرت تعاريف المثل وتنوعت، لكنها جميعا لا تخرج عن أنه" قول مأثور، تظهر بلاغته في إيجاز لفظه وإصابة معناه، قيل في مناسبة معينة، وأخذ ليقال في مثل تلك المناسبة". وقد كان إدراك العرب لأهمية الأمثال، سواء كانت فصيحة أم شعبية جليا وواضحا، فجموعها وحرصوا عليها.

كما يمكن تعريف المثل على أنه جملة مفيدة موجزة متوارثة شفاهة من جيل إلى جيل. وهو جملة محكمة البناء بليغة العبارة، شائعة الاستعمال عند مختلف الطبقات. وإذ يلخّص المثل قصة عناء سابق وخبرة غابرة اختبرتها الجماعة، فقد حظي عند الناس بثقة تامة، فصدقوه لأنه يهتدي في حل مشكلة قائمة بخبرة مكتسبة بمشكلة قديمة انتهت إلى عِبَر لا تنسى. وقد قيلت هذه العبرة في جملة موجزة قد تغني عن رواية قصة ما جرى.

والمثل في قول الفاربي:"هو ما ترضاه العامة والخاصة في لفظه ومعناه حتى ابتذلوه في ما بينهم وقنعوا به في السرّاء والضرّاء، ووصلوا به إلى المطالب القصيّة، وهو أبلغ الحكمة لأن الناس لا يجتمعون على ناقص. ولذا فالمثل قيمة خلقية مصطلح على قبولها في شعبها. وهو يمر قبل اعتماده وشيوعه في غربال معايير هذا الشعب، وينمّ صراحة أو ضمنا عن هذه المعايير على كل صعيد وفي كل حال يتعاقب عليها الإنسان في حياته".

التناقضات في الأمثال الشعبية:

يقول البعض إن المثل ليس مجرد شكل من أشكال الفنون والثقافة الشعبية، وإنما هو عمل كلاميّ يستحث قوة ما على التحرك. كما أنه من المعروف بأن المثل يؤثر أعظم الأثر في مسار الأمور وفي سلوك الناس، فالمعنى والغاية يجتمعان في كل أمثال العالم، وهي وإن اختلفت في تركيب جملها أو صلاحها أو مدلول حكمتها أو سخريتها، فهي كتاب ضخم يتصفح فيه القارئ أخلاق الأمة وعبقريتها وفطنتها وروحها.

ولا بد من أن نلاحظ أن كثيرا من الأمثال لا تتفق، بل قد تتناقض، لو وضعت جنبا الى جنب، كمثل قولهم:"الدفا عفا ولو كان في الصيف"، وقولهم "شمس الصيف أقسى من برد الشتا"، أو "سنة الشوب البس التوب". فالمثل الأول يدعو إلى الاستمتاع بالشمس والتماس الشفاء منها، والثاني يدعو إلى التحذير منها والوقاية من التعرض لها. ولو قلنا إن المثل خلاصة فكر الشعب وخزانة حكمته، لحق لنا القول إن هذا الفكر متناقض إذ يجمع هذين المسلكين معا. غير أن التناقض هنا ليس سوى ظاهري فقط. فلو فصل المثل الأول على أن شعور المرء بالدفء دليل صحة ولو كان في الصيف، إذ كما نعلم الآن فإن المريض بمرض التهابي يصاب بالبردية حتى إذا كان الطقس حارا. وأما المثل الثاني فلو فصل لقيل فيه: إن التعرض لحرارة الشمس صيفا قد يؤذي الصحة أكثر من التعرض للبرد شتاء. وهذا الأمر له مصداقيته الآن، إذ كما هو معروف بأن الكثير من الإصابة بضربة الشمس قد تؤدي إلى الوفاة.

وهذان المثلان يبينان أن الحكمة الشعبية ثرية ثراء لا يوصف، إذ جعلت لكل حال حكمة، ولكل احتمال عبرة. ولكن إذا أشاد مَثَلٌ بفائدة الشمس طبيا، كقولهم: البيت اللي بتدخله الشمس ما بيدخله الطبيب، وناقضه المثل آخر يعتبر التعرض للشمس أمرا ضارا، فهذا ليس لأن الفكر الشعبي متناقض، بل لأن التجارب والحالات شديدة التنوع، ولكل حالة تجربة مثل. ولو اقتصرت الأمثال على إظهار جزء من الخبرات الطبية غير المتناقضة لما حق للدارسين أن يعدوا الأمثال صورة للفكر الشعبي وخبراته، ولكان ظهر جزء من الصورة وخفي جزء. ووظيفة الأمثال ليس قطعا إظهار الناس في مظهر منطقي متجانس أمام الدارسين، بل إن الأمثال هي خزانة تراث تتراكم فيها صور الحياة وعبرها بكل تناقضاتها وتنوعاتها.

مصادر المثل الشعبي:

من الأمثال الشعبية ما تفرزه "حادثة" أو "حكاية" حيث تلخص خبرة حياتية أوموقف في عبارة أو تعليق موجز. وقد وجد المثل سبيله إلى البلاغة العربية فيما عرف باسم الاستعارة التمثيلية، حيث يوحي بإجراء تشبيه بين حالتين: الحالة الراهنة التي يستعير فيه القول المتمثل به، والحالة التي صدر عنها ذلك القول، ويكون المثل إشارة موحية تتكئ على خبرة حياتية سابقة.

باستعراض هذا المجال في المثل الشعبي نرى أنه يُستمد من عدد من المصادر:

1-ما استُمد من حكاية أو نكتة شعبية: "أحسن ما تأكل رز وبادنجان خبي جسمك ما يبان". وقد يستعمل المثل بين الناس، ولا يعرف كل من يستعمل تفاصيل الحكاية أو الحادثة التي وراءه، وإنما يتعاملون مع الإيحاء العام لعبارته. مثل: "اللي بيعرف بيعرف واللي مابيعرف بيقول كف عدس".

2-ما اقتبس عن الفصحى بنصه أو بشيء من التغيير الطفيف: "نص البطن أحسن من ملوها"، أو"الأكل في الشبعان خسارة"، وهو تعبير عن المثل المعروف: "ما ملأ ابن أدم وعاء شرا من بطنه".

3-ما استمد من كتاب التراث الطبي الأدبي، وخاصة بعض كتب طبقات الأطباء، وما ورد فيها من وصايا صحية، كان لها أهميتها. مثال ذلك ما أورده ابن أبي أصيبعة في كتابه عيون الأنباء في طبقات الأطباء، وخصوصا ما جاء في المحاورة بين الطبيب العربي الحارث بن كلدة الثقفي وكسرى أنو شروان في بلاد فارس.

4-المستمد من الأغاني الشعبية: "كلمة يا ريت ما بتعمر بيت".

5-ومن الامثال ما هو عصارة تجارب وممارسات عديدة كانت تلجأ إليها بعض الشعوب، وهذا ما يدخل ضمن إطار ما يسمى بالطب الشعبي أو التقليدي. مثال: "كاسات الهوا بتشيل العلة من غير دوا" وكذلك قولهم: "التوم قتال السموم".

6-وهناك أمثال تحمل بصمات معتقدات قديمة جدا، مما يشير إلى قدم هذا التراث الذي وصلنا، مثل: "البلد اللي بتخاف من وخمها كول من بصلها".

7-وأمثال تحمل ملاحظات دقيقة لأعماق النفس البشرية، أو التجربة الإنسانية العامة مثل: "الطفل إن بكى يا من جوع يا موجوع".

8-ومما يلحق بالأمثال تعابير، أعجب الناس بجماليتها أو بالصورة الكاريكاتيرية الساخرة فيها مثل: "مريضنا بيعن وبياكل مثل الجن"، وأيضا: "فطار مع ملك وتغدى مع أمير وتعشى مع شحاد".

9-لا شك بأن هناك أمثال مستمدة من خلال التعامل مع شعوب وثقافات أخرى، ومنها كتب الديانات الثلاثة، ومصادر أخرى مثل: "النظافة من الإيمان و الوساخة من الشيطان".

مضامين الأمثال الشعبية:

إذا نظرنا إلى الأمثال في مجموعها من زاوية المضمون، وجدنا انتماءها إلى أحد المضامين التالية:

1-قيمية: ومثال عليها الأمثال التي تعبر عن موقف من بعض المسببات المرضية، والتي أكثر ما تكون تلك المرتبطة بعادات الغذاء، مثل:"الأكل في الشبعان خسارة"، وكذلك قولهم: "الخبزة المبلولة دوا المعلولة".

2 - وصف بعض الأنواع من الآلام ومحاولة تقدير شدتها، مثل: "وجع الفلس ولا وجع الضرس".

3-التعابير التهكمية، مثل: "كول مع الكافر ولا تاكل مع طويل الأظافر".

خصائص الأمثال الشعبية في بلاد الشام:

إذا كانت الأمثال المعروفة في بلاد الشام حكما شعبية شفهية مجهولة القائل، فهي واسعة الانتشار بين عامة قاطني بلاد الشام وخاصتهم، أقرتها مجموعتهم وتداولوها فيما بينهم، ويعود سر ذيوعها وانتشارها إلى جملة خصائص امتازت بها، أهمها:

أولا- أصالتها: كثير من الأمثال المعروفة في بلاد الشام، قديمة الجذور، عربية المنشأ، مع أنها ليست بلفظها الفصيح، إنما طرأ بعض التعديل والتحريف في معانيها وألفاظها وأسباب قولها عن أصلها العربي، ولعل البعد الزمني سر ذلك الاختلاف.

ونستشف عددا كبيرا من هذا النوع في أحاديثهم اليومية، وما ذلك إلا لتعلق الشعب في تلك المناطق بمعظم القيم والأخلاق العربية الأصيلة، تلك القيم التي اكتسبت وتكتسب محتواها تاريخياً واجتماعياً.

وكثير من أمثالهم ما ورد ذكره في مؤلفات ترجع إلى سبعة قرون بعد أن أصابه شيء من التحريف، كما في "مجمع الأمثال" للميداني وفي "المستطرف من كل فن مستظرف" للأبشيهي، الذَيْن جمعا عددا ضخما من الأمثال الشعبية العربية.

ومن أمثالهم ما لم يعرف أصلها ولا مصدرها، مع ذلك بقيت حية وظلت الأجيال تتناقلها، لأنها بنيت على تجارب تلك البلاد وخلاصتها. وتبدو الأصالة بوضوح حين ندرك

الأمثال الشعبية التي تجري على أمثلتهم وقد أخذوها بلفظها، أو بمعانيها من الدين الإسلامي الحنيف كالمثل: "النظافة من الإيمان"، أو من الأدب العربي القديم.

ثانيا– واقعيتها: تمتاز الأمثال الشعبية في بلاد الشام بواقعيتها التي اكتسبتها السيرورة في ما بينهم، فهم يحفظونها بسهولة ويسر، وتدور بألسنتهم بسرعة وسهولة كقولهم: "مين وفّر غداه لعشاه ما شمّت فيه عداه"، أو: "نضّف بيتك ما بتعرف مين بدوسه ونضّف خدك ما بتعرف مين ببوسه".

ثالثا– بلاغتها: كما تمتاز أمثلتهم _ككل الأمثال_ بإيجاز اللفظ وتركيزه، وبإصابة المعنى ودقته وبعد مغزاها، فهي تعبر عن المعنى الكثير باللفظ القليل، على طريقة خير الكلام ما قل ودل، كما في المثل: "التوم قتال السموم"، أو: "بضر المعدة ولا بينفع الأعدية".

رابعا– موسيقاها: لا تخلو أمثالهم من الرشاقة اللفظية، ففيها جرس موسيقي وتناغم بين ألفاظها وتناسق بين الجمل، وتجانس بين الأحرف، وجملهم وتراكيبهم في أمثال قصيرة بشكل عام، مما سهل حفظها، وساعد على تداولها بين العامة.

وتأتي موسيقا الأمثال إما على السجع والفاصل، كما في المثل: "نام بكير وفيق بكير وشوف الصحة شلون بتصير"، أو من اختيارها للأحرف المتجانسة ضمن الكلمات، والكلمات المتوافقة ضمن الجمل، كما في المثل: "كول جبس وطلّع عخدودك وكول بطيخ وطلع عزنودك". ويحافظ سكان بلادالشام على السجع غالبا سواء أقصرت الجملة أو طالت، كما في المثل: "الخبز الحاف بيعرض الكتاف".

أغراض الأمثال في بلاد الشام:

لا يقول الإنسان كلاما إلا وله هدف من ورائه أو غرض يريد تحقيقه، وإلا عُدّ هذا الكلام هذيانا وهراء. وكذلك حين تتردد الأمثال على ألسنة الناس، ندرك من خلالها روح هذا الشعب، وما يعمل فيه من نوازع، ونستكشف آراءه في مختلف شؤون الحياة ونظرته إلى الكون. كما وتعكس أمثاله بصدق كل من مشاعره وأحاسيسه وآماله وآلامه وأفراحه وأحزانه وتفكيره وفلسفته وحكمته.

وبما أن هذه هي حالة أمثالهم الشعبية، فإننا واجدون أن كثيرا منها تتحدث عما وصلوا إليه ورفعوه مرتبة الحكمة، فبرأيهم مثلا: "علة الموت مالا دوا".

وبما أن الأمثال مرآة لكل قوم، لذا نرى الأمثال الشعبية في بلاد الشام، مرآة لأخلاق سكان تلك المنطقة وعاداتهم وطبائعهم وسجاياهم وأحوال معيشتهم. كما تصور أمثالهم عاداتهم المتوارثة في مجال المعالجات التقليدية كما أسلفنا.

ولطالما صورت الأمثال الشعبية في بلاد الشام الحرمان الذي تعيش فيه العامة، وضيق ذات يدهم، فعندهم حاجات ضرورية يحلمون بها، ولا يستطيعون عمل جزء بسيط منها. ومن هنا تصيبهم مختلف العلل، كقولهم: "البرد والقلّة سبب كل علّة".

جدول بأشهر الأمثال المعروفة في بلاد الشام المتعلقة بالصحة:

أولا– الأمثال المرتبطة بالطعام وعاداته:

نص البطن أحسن من ملوها

الأكل في الشبعان خسارة

فطار مع ملك وتغدى مع وزير وتعشى مع شحاد

أحسن ما تاكل رز وبانجان خبي جسمك ما يبان

بضر المعدة ولا بينفع الأعدية

مين وفر غداه لعشاه ما شمت فيه عداه

مريضنا بيعن وبياكل متل الجن

البرغل بسيمير الركب

كول جبس وطلع على خدودك وكيل بطيخ وطلع عزنودك

اللي بياكل رغيف مش ضعيف

الخبزة المبللولة دوا المعلولة

التوم قتال السموم

خفف طعامك تحمد منامك وتأمن سقمك

كول الحلو واشرب عليه وكول الحامض واصبر عليه

اتغدى وتمدى ولو دقيقتين واتعشى وتمشى ولو خطوتين

إن طاب لك زادك كلو كله بيجيك يوم وما تقدر تشمه

إن أوجعك رأسك أكرمه وإن أوجعك بطنك احرمه

الطفل إن بكا يا من جوع يا موجوع

زيء ميء هيطلية عالريق

ثانيا– الأمثال المرتبطة بالنظافة:

كول مع كافر ولا تاكل مع طويل الأظافر

النظافة من الإيمان والوساخة من الشيطان

البلد اللي بتخاف من وخمها كول من بصلها

نظف بيتك ما بتعرف مين بدوسه ونضف خدك ما بتعرف مين ببوسه

ثالثا– الأمثال المرتبطة بعلاقة الصحة مع الطقس:

البرد والقلّه سبب كل علّه

سنة الشوب البس التوب

الدفا عفا ولو كان في الصيف

البيت اللي بتدخلو الشمس ما بيدخلو الطبيب

شمس الصيف أقسى من برد الشتا

البرد أساس كل علّه

برد الصيف أحد من السيف

برد الربيع بيقطع الأصبع

في الشته تقّل فراشك وخفف غطاك وفي الصيف تقل غطاك وخفف فراشك

رابعا– أمثال مختلفة:

الصحة من الله

اوجيع رجليك ولا توجيع راسك

كاسات الهوا بتشيل العلة من غير دوا

وجع الفلس ولا وجع الضرس

نام بكير وفيق بكير وشوف الصحة شلون بتصير.

المصادر والمراجع:

الأسدي، خير الدين. موسوعة حلب المقارنة، منشورات معهد التراث العلمي العربي– جامعة حلب، 1981، سبعة مجلدات.

Http://www.yabeyrouth.com/pages/index209.htm

Http://www.palestine-info.info/arabic/hertiage/amthal/amthal.ht

Http://www.palseek.com/nokat/amthal.htm

http://www.tarbawi.com/articles.asp?cat=16

http://www.alwatan.com/graphics/2003/02feb/15.2/heads/ct5.htm

http://www.arabicebook.com/items/item-display.aspx?IID=319

http://m-adwani.8m.com/amthaal%20links.htm

http://www.eyelash.ps/vb/archive/index.php/t-3627.html

