ارتباط الطب في مصر القديمة بما يعرف بالطب البديل أو التكميلي

د. راندا بليغ *

كثر الحديث في الآونة الأخيرة عن الطب البديل أو التكميلي. و قد ظهر هذا الاهتمام في العالم الغربي منذ عدة سنوات حينما اكتشفوا أن الطب الحديث لم يساعد في علاج الكثير من الأمراض، بينما تتمتع الكثير من الدول التي تعتبر من دول العالم الثالث بصحة أفضل لاستخدامها الوصفات المحلية في التطبيب. و قد اهتمت دول مثل الصين و الهند بتدوين تراثها الحضاري و من ضمنه التراث الطبي التقليدي، و اهتم الغرب بالعلوم المصرية و منها الطب المصري القديم، بينما لم نهتم نحن باستخدام ما وصل إلينا عن الطب المصري القديم. و قد ظهرت أنواع من العلاج حديثا تعتمد على الدعاية باسم مصر القديمة، منها ما يعلن عنه حاليا على الانترنت مثل "العلاج المصري" Egyptian Healing و هو نوع من العلاج بالضغط على مراكز معينة في الجسم مثل ال Acupressure، و منها أيضا الزهور المصرية و العلاجات المصنوعة من نباتات مصرية نبتت تحت الشمس المصرية و طاقتها الإيجابية. و من أحدث هذه الأنواع، علاج بالعصى المصرية أو ال Egyptian Rods.[١] و هي عصي يشاع أنها كانت تستخدم فقط للملوك أو الفراعنة المصريين.

و قد عرّف د. ياسر النجار الطب البديل بتعريف بسيط هو: "الطب البديل-هو طب الطبيعة لا يلوث الجسم و لا يستخدم كيماويات، و العالم كله يتجه نحو المحافظة على البيئة من التلوث من أجل صحة و سلامة البشر، و الانسان هو محور المحافظة على البيئة."[٢]

و قد اهتم الغربيون بأنواع الطب التقليدية المختلفة و ظهر اتجاه آخر يفيد بأن أهم شيء هو أن يعيش الإنسان أطول بصحة جيدة و أن يتم العلاج بأرخص الأسعار الممكنة و أقل الآثار الجانبية، لذا إتجهت الأنظار إلى أساليب الطب الأخرى و بعضها قديم و بعضها الآخر حديث. و الحديث في هذه الأساليب التي يفضل أن تعرف الآن باسم الطب التكميلي منها العلاج بالأوزون و العلاج بتسخين دم مريض السرطان ثم إعادته للمريض في أمراض مثل سرطان الدم، و العلاج بالماء البارد ثم الساخن، و هو أسلوب شبيه بالساونا.

---

* مدرس الآثار المصرية القديمة /كلية الآداب/جامعة المنصورة

[١] http://www.welcome.egyptianhealingrods.com.welcome.html

[٢] د. ياسر النجار، *التدليك شفاء لكل داء في الطب الصيني* (القاهرة: النهار للطبع و النشر و التوزيع، ١٩٩٩)، ص. ١٣.

أما القديم ففيه أنواع كثيرة، منها الطب الصيني المعتمد على سبعة أو ثمانية مراكز للطاقة في الجسم، و ينبثق منه العلاج بالإبر الصينية أو ال Acupuncture ، و تدليك أو الضغط على أماكن معينة في الجسد أو ال Acupressure، و طب الآيورفيدا الهندي التقليدي، و طب الأعشاب و هو منتشر في أغلب الحضارات من المصرية للصينية للهندية للأوروبية و الافريقية، و الجين شين جيتسو، و الريكي Reike الياباني و يعتمد على أن يعالج المرء بيديه و يقوم باستخراج الطاقة السيئة داخل جسم الشخص المريض، و العلاج بالأحجار الكريمة، و العلاج بالألوان أو ال colour therapy، و العلاج بالزيوت الطبيعية الأساسية أو ال essential oils مثل زيت اللوز و الخروع و البرتقال و غيرهم، و العلاج بالروائح و هو ما يعرف بال Aromatherapy. و قد ظهر في مصر مؤخرا اهتمام بالحجامة و هي تنسب للطب النبوي و تعتمد على التشريط و سحب الدماء الملوثة أو الفاسدة بالتفريغ بكئوس الهواء. و انتشر أيضا العلاج بالهوميوباثي Homeopathy، و هو أسلوب علاج يعتمد على العلاج بالمثل و ليس بالضد، و رج المواد التي يصنع منها العلاج في الماء أو الكحول حتى يتم العلاج بالطاقة المستخرجة منها و ليس بالمادة نفسها. و هناك مجموعات أخرى و اتجاهات مثل هندسة التشكيل الحيوي التي قدمها الدكتور مهندس إبراهيم كريم. و قد طور نظاما طبيا يعتمد على مسارات الطاقة الكونية و استخدام البندول للتعرف على مدلولها.[٣] و قد قال هيرودوت قديما أن المصريين القدماء هم أسعد و أصح شعوب الأرض، و يعتقد د. كريم أن هذا كان مرتبطا بفهمهم للعلاقات بين الأشياء جميعها مثل فهمهم لزوايا الأجرام السماوية، و احترامهم للطبيعة حيث عبدوا آلهة تمثل الطبيعة و غيرها. و بالتالي فزوايا النجوم هامة و قد تؤثر في مسارات الطاقة الكونية. و قد عين المصريون القدماء آلهة للإتجاهات الأربعة لأهميتها، كما ميزوا آلهة لكل ساعة من ساعات الليل.

و قد ظهرت أنواع أخرى من العلاجات في مصر كالعلاج الذي ظهر ببول الإبل في مرسى مطروح، و العلاج بوضع مؤخرة الحمام على الشخص، خاصة لعلاج فيروس الكبد سي المتفشي في مصر، و العلاج بوخز النحل. و رغم أنها علاجات غريبة و أثارت الرأي العام، إلا أنه من الملفت أن كثيرا من الناس قالوا أنهم تحسنوا بعد أخذها. و هناك أنواع من الرياضات الروحية من الشرق الأقصى هي بمثابة أساليب علاجية متقدمة، و منها اليوجا و التاي تشي و التشي كونج، بالاضافة الى التأمل العميق و إفراغ العقل أو التركيز العميق، و يعرف بال Transcendental Meditation

[٣] هندسة التشكيل الحيوي (البايوجيومتري) هي نظام اكتشفه و سجله و وضع أسسه العلمية الدكتور/مهندس معماري إبراهيم كريم على مدار ثلاثون عاما من الأبحاث. للمزيد من المعلومات راجع موقع الانترنت http://www.biogeometry.com/arabic/index.asp

or TM. و قد قدم ماهاريشي ماهش يوجي هذا النظام المعيشي و ليس العلاجي عام ١٩٨٠ عندما نادى بإحياء بل و نشر نظام العلاج بالأيورفيدا. و قد اشتهرت كل من الهند و مصر بالطب الشعبي، و إن احتفظوا به هم و مازالوا يمارسونه بنجاح بالغ، بل و يصدرونه الآن للعالم الغربي. و في بحث للأستاذ عكاشة الدالي ما يفيد بأن الحضارة المصرية قد حدث احتكاك بينها و بين حضارة الهند في العصور الفرعونية.[٤]

و هناك إتجاه قوي في الغرب ينادي بالعودة إلى الطبيعة. و يندرج تحت هذا المسمى أو ال Naturopathy أساليب عديدة، منها:

أولا: النباتات Plants:

. طب الأعشاب Herbal Medicine

. العلاج بالروائح أو ال Aromatherapy

. زهور باخ Bach Flower Remedies

ثانيا: الحياة الطبيعية Natural Lifestyle:

. الطعام الصحي و التمرينات الرياضية Diet and Exercise

. العلاج بالماء Hydrotherapy

. العلاج بالتعرف على حدقة العين Iridology

. الهوميوباثي أو العلاج بالمثل Homeopathy

ثالثا: التحكم في الضغط العصبي Stress Management

. التنويم المغناطيسي Hypnotherapy

. التأمل Meditation

. العلاج النفسي Psychotherapy

. تمرينات لإراحة الجهاز العصبي Autogenics

. المعالجون الروحانيون Healers (Faith)

رابعا: الجسد Body Work:

. التدليك Massage

. علاج رولف، و يعتمد على تدليك لآماكن معينة بالجسد Rolfing

. العلاج من المراكز الموجودة ببطن القدم و الكف و الأذنين Reflexology

. العلاج بضغط العظام بشكل معين Chiropractic

. العلاج عن طريق تدليك الجمجمة Cranio-Sacral Therapy

---

[4] Okasha El Daly, *Egyptology: The Missing Millennium: Ancient Egypt in Medieval Arabic Writings* (London: UCL Press, 2005), pp. 5-6.

. العلاج عن طريق العامود الفقري و الوضع السليم Osteopathy
. أسلوب آليكسندر ويعتمد على الوضع المسترخي للجسم Alexander's Technique
. أسلوب تريجر للتدليك The Traeger Way

خامسا: الطرق الشرق آسيوية Eastern (Oriental) Approaches

. الشياتسو Shiatsu
. ماكو هو Makko Ho
. اليوجا Yoga
. موكسيباستيون (علاج بالابر الصينية التي تحمل في طرفها علاجا فعليا) Moxibustion
. التاي تشي Tai Chi
. التشي جونج Chi Kung
. الجين شين جيتسو Jin Chin Jitsu[٥]

الطب المصري القديم:

اشتهر المصريون القدماء بالتقدم الطبي بين شعوب العالم القديم،[٦] و سيحاول البحث أن يتناول علاقة الطب الذي مارسه المصريون القدماء بالطب البديل أو التكميلي، و اللفظ الأخير هو الذي يفضله الغرب الآن. فإذا نظرنا إلى معلوماتنا عن الطب في مصر القديمة، لوجدنا أن أغلب مصادرنا من البرديات الطبية، مثال بردية كاهون و هي أقدم البرديات الطبية و ترجع لعصر الملك أمنمحات الثالث (حوالي ١٨٤٠-١٧٩٢ ق م). تليها بردية إدوين سميث و هي أخت بردية إيبرز حيث ظهرتا في محل لبيع العاديات في الأقصر و ترجعا لعصر الدولة الحديثة، و بردية هيرست من دير البلاص، و بردية برلين من صقارة، و بردية بيتي ٦، ثم برديات لندن من حوالي ١٣٥٠ ق م، و كارلزبورج ٨ من حوالي ١٢٠٠ ق م.[٧] أما عن معلوماتنا الخاصة بالعلاج بصفة عامة فهي من مصادر مختلفة مثل الدفنات و الكشف على بقايا الأجساد، و من الكتب المقدسة، و غيرها من المصادر. فقد اكتشفنا أن المصري القديم قام بعمليات تربنة في الجمجمة،

---

[٥] Mark Evans, *Nature's Way: The Complete Guide to Natural Healing Therapies* (UK: Southwater, Anness Publishing Limited, 2000), p. 5.

[٦] John F. Nunn, *Ancient Egyptian Medicine* (London and Norman, Oklahoma: University of Oklahoma Press with the British Museum Press, 1996), p. 131-132.

[٧] Cornelius Stetter, *The Secret Medicine of the Pharaohs: Ancient Egyptian Healing* (Chicago: Edition Q, 1993), pp. 29-34.

و قام بتجبير العظام المكسورة و إعادتها لوضعها كي تلتئم، و قام بصنع كوبري للأسنان و غيرها من الأشياء التي تمارس في الطب الحديث.

و قد اعتمد الطب المصري على الأدوية و التدخل الجراحي إذا استدعت الحالة ذلك، إلا أن الكلام و السحر بالكلام المكتوب أو المنطوق كان أيضا من الأساليب العلاجية المستخدمة. و كما سنرى، استخدم المصري أساليب أخرى غير تقليدية، كالعلاج بالموسيقى و الروائح و التدليك و غيرها.

أما عن الأدوية، فقد استخدم المصري القديم موادا علاجية من عدد كبير من المركبات النباتية و الحيوانية و المعدنية و الأملاح. فعلى سبيل المثال، استخدم الأفيون في العلاج و كان اسمه "shepen." و الحشيش أو "*Cannabis sativa*،" كان هو ال"shemshemet."[٨] كذلك نبات اللوتس المائي، و شجرة الصفصاف أو الwillow و كانت تستخدم في تقليص الآلام. أما عن المشتقات الحيوانية، فقد عرف المصري أدوية كثيرة مشتقة من الحيوانات منها فضلات الجسد، و الدم، و سائل المرارة و الدهون الحيوانية، و المشيمة "mwt rmt،" فضلا عن استخدام اللبن و العسل و هو مشتق من حشرة . و قد استخدم المصري الخروع كثيرا. و في بردية هيرست الطبية وصفات من الحنظل، و غيرها من برادة النحاس.[٩] أما عن المعادن و الأملاح، فقد استخدم المصري الطمي أو سيليكات الألومنيوم، و النحاس و اللازورد و الجالينا أو لون العين الأسود و هو مكون من سلفات الرصاص.[١٠] هذا بجانب المعادن المختلفة و صدأها. و استخدم النطرون "***hesmen***" و ملح الطعام "hemat" في العديد من الوصفات الطبية، لاستخراج الصديد، كما في بردية إيبرز الطبية ٥٩٥.[١١]

العلاج بالأعشاب:

و قد أفادت عدة مصادر طبية مصرية هامة على العلاج بالأعشاب المختلفة سواء بالشرب أو بأكلها أو وضعها موضعيا. و في بردية إيبرز الطبية وحدها قائمة طويلة بأنواع مختلفة من النباتات و استخداماتها في الطب، و تأثيرها على أمراض بعينها أو مناطق معينة في الجسم. و اشتملت على جميع أجزاء النبات كالجذور و الساق و الأوراق و الثمرات و الحبوب، و حتى القشور. و من ضمن العطارة المستخدمة في العلاج الكثيرة و قد عثر عليها في مقبرة توت عنخ آمون، و القرفة و الزعتر، بالاضافة للتفاح و الخروب و البلح و التين و الزيتون و الدوم و العنب و

---

[٨] John F. Nunn, *Ancient Egyptian* Medicne, pp. 155-156.

[٩] د. حسن كمال، *الطب المصري القديم*، الطبعة الثانية (القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب، ١٩٩٨)، ص. ٥٧٨، وصفة ٦٠ و ٦١.

[١٠] Nunn, *Ancient Egyptian Medicine*, p. 146.

[١١] Nunn, *Ancient Egyptian Medicine*, p. 146.

التنوب الأناطولي أو الشوح،[١٢] و السنط و الصبار،[١٣] و الخضارات كالخس و البصل و العدس و الكرفس و الفجل و الكرات.[١٤] و كل هذه الأشياء فوائدها الصحية معروفة في الوقت الحالي.

العلاج بالروائح:

و هذا الفرع من الطب البديل المعروف بال Aromatherapy، عرفه المصريون القدماء كما عرفته حضارات أخرى. و يعتمد على الخصائص الواضحة لروائح بعض المواد. و لا يعتمد العلاج على الشم فقط، و لكن فوائد الرائحة تتغلغل الجلد كذلك. و قد عرف المصري فوائد الزيوت الأساسية و العلاج بالروائح ، و يمكننا أن نستشف ذلك من كم المتاع الخاص بالمتوفى الذي كان به زيوت أساسية و دهون عطرية، منها ما يساعد على الاسترخاء أو النوم أو التركيز أو الهضم، أو علاج آلام العظام. فقد استخدم زيت الأكاسيا كما في بردية برلين رقم ٣٠٣٨، لعلاج ما يعرف "بأخذ الدم للقلب و نشره."[١٥] و فيها يتم وضع ضمادة بالزيت الدافىء. و هناك عدة أمثلة أخرى على استخدام الريحان و الكرفس و البابونج، و الكمون و كان اسمه "تبنن" و استخداماته عديدة كزيت عطري.[١٦] كانت العطور تستخدم للتزيين في أوقات الاحتفالات كما في عيد الوادي بطيبة و كانت الدهون العطرية تحضر من المعبد. و في أحد المشاهد الخاصة بالاحتفال، يشم الحاضرون نباتات عطرية.[١٧] و قد كان لزهرة اللوتس مكانة خاصة اذ كانت كثيرا ما تصور على جدران المقابر و هي مفتوحة و تستنشق، و يبدو أن عطر الزهرة كان له دخل باعادة الحياة أو الحيوية.[١٨] و قد استخدم في العلاج كذلك في الحمى، و كان المريض يوضع في غرفة دافئة حتى يفرز الكثير من العرق، ثم يتم تضميخ جسده بزيت اللوتس و يوضع في حمام فاتر.[١٩] و قد صّنفت د. هالة بركات الزهور و النباتات العطرية في مصر، و من أهمها البشنين الأزرق و الأبيض، اللوتس و البردي، الزئبق و الديدحان و الأقحوان و الريحان، و الورد و ورد

---

[١٢] ليز مانكه، *التداوي بالأعشاب في مصر القديمة* (القاهرة: مكتبة مدبولي، ١٩٩٣)، ص. ١٢٩.

[١٣] ليز مانكه، *التداوي بالأعشاب في مصر القديمة*، ص. ١٣٧. و ١٤٩.

[١٤] Nunn, *Ancient Egyptian Medicine*, pp. 14-15.

[١٥] Lise Manniche, *Egyptian Luxuries: Fragrance, Aromatherapy, and Cosmetics in Pharaonic Time s* (Cairo: The American University in Cairo Press, 1999), p. 114.

[١٦] بردية إيبرز الطبية، ١٤٢.

[١٧] Manniche, *Egyptian Luxuries*, pp. 94-95.

[١٨] Manniche, *Egyptian Luxuries*, p. 100.

[١٩] Manniche, *Egyptian Luxuries*, p. 121.

الجبل.[٢٠] كما نجد أن الشعر الغزلي المصري قد أعطى أهمية و ركز على عطر نبات اللفاح.[٢١]

الدهون:

كان المصري يستخدم الدهون لتنعيم البشرة و الشعر و منع التشقق و التقليل من علامات السن و التقليل من التأثير الضار لأشعة الشمس. و في كثير من مناظر الدولة الحديثة نرى الرجال و النساء و على رءوسهم أقماع مخروطية الشكل غالبا ما تكون بيضاء و مزركشة بلون بني. و كان يرتديها الخدم و الموسيقيون و ليس فقط النبلاء أو علية القوم. و يعتقد أنها كانت دهونا عطرية تسيح ببطء و هي تنعم و تعطر الجسد و تساعد على الاسترخاء، و ربما كانت تبعث على السعادة أو تستخدم في العلاج.[٢٢]

العلاج بالماء:

اهتم المصري القديم بالنظافة الشخصية و الاستحمام، و هناك أمثلة عديدة على استخدام الماء في العلاج منها ما ذكر بأعلى عن شرب الماء الذي سكب على كلام معين، أو شرب الماء الذي قرئت عليه أشياء معينة. و هناك أمثلة على وضع مريض الحمى في حمام من الماء الفاتر مع زيوت معينة،[٢٣] و لا يزال الماء الفاتر هو أفضل الوسائل لتخفيض درجة حرارة الجسم. و كان المصريون يستحمون بالماء الجاري، و هناك مشهد في احدى المقابر بالأقصر لسيدة تستحم بينما تقوم أربع سيدات بخدمتها و صب الماء عليها، و تقرب إحداهم زهرة من أنفها.[٢٤] و يبدو أن الفوائد الصحية للماء و الروائح و التدليك بالماء و الزيوت، كانت معروفة تماما لدى المصري القديم.

العلاج بالتدليك:

و يعتمد على تدليك مناطق معينة في الجسم مثل باطن القدم كال Reflexology. و هناك مشاهد في مقابر عنخ ما حور و خنتيكا من الأسرة السادسة بصقارة بالقرب من هرم تيتي، يظهر فيه تدليك الأيدي و الأقدام و منه يبدو أن الضغط عليها يسبب راحة أو سعادة. و فيها يقول الشخص "اجعل هؤلاء حلوين أو مسكرين أيها العزيز." فيقول الذي يمسك بالقدم: "سأعمل من أجل ثنائك." و في مشهد آخر يقول "اجعله جيد أيها العزيز،" و في مشهد ثالث: "تسبب في أن تعطي قوة لهؤلاء." و

---

[٢٠] هالة نايل بركات، *دليل النباتات في مصر القديمة* (القاهرة: مجموعة الشرقاوي الدولية، ٢٠٠٢)، ص. ٥.

[٢١] *العطور و مستحضرات التجميل في مصر القديمة*. القاهرة-باريس-مارسيليا-(أبريل ٢٠٠٢)، ص. ١١٠.

[٢٢] *Egypt's Golden Age*, p. 199.

[٢٣] Manniche, *Egyptian Luxuries*, p. 121.

[٢٤] Hassan Kamal, *A Dictionary of Pharaonic Medicine*, first edition (Cairo: The National Publication House, ca. 1967), pp. 414-415.

في جميع المشاهد، يقوم بتدليك أو تحريك الجسد بشكل معين.[٢٥] و الحوار بينهما يدل على أن هذا التدليك مريح و استخدامه علاجي.

الأحجار الكريمة، و الذهب و الفضة:

عرفت الشعوب القديمة الأحجار الكريمة بأنواعها. و من المعروف أن ألوانها و الطاقة المنبعثة منها تساعد في علاج الكثير من الأمراض. تتميز الأحجار الكريمة بصلابتها و بأنها كانت في حالة سائلة تحت درجات حرارة مرتفعة، ثم صارت جمادا. و العلاج بها يساعد على أن يصل الشخص الى حالة من التوافق الجسماني و النفسي. و قد استخدم المصريون عدة أحجار كريمة و شبه كريمة بكثرة و هي معروفة حاليا بطاقتها الجيدة و تأثيرها الإيجابي على الصحة، و منها اللازورد و الفيروز و المرجان، كما استخدم الذهب و الفضة. وقد انتشر العلاج بالأحجار الكريمة و الكريستالات العلاجية في الآونة الأخيرة. و هناك خصائص معينة للأحجار الكريمة غالبا ما جعلت المصريين يستخدمونها بكثرة. و منها على سبيل المثال الفيروز و اللازورد. و قد استخدم المصريون اللازورد بكثرة رغم أن أغلب مناجمه في أفغانستان و آسيا. و كانت أسماؤه *khesbed ma`* , *tfrr* ، و هو يفيد في تنقية الروح و الابتعاد عن الهموم الدنيوية و السمو بالروح.[٢٦] و هناك نص يفيد بأن تحتمس الثالث قد تسلم هدية من اللازورد الجيد من بابل، و هدية من اللازورد الحر من آشور.[٢٧] أما الفيروز فيقال أنه يفيد الجهاز المناعي بالجسد و يحميه، و يزيد الشجاعة.[٢٨] و قد أسماه المصريون القدماء *mfk3t*، و أصبحت الكلمة تعبر عن السعادة في العصر المتأخر. و هناك عدة أساور بالذهب و الفيروز في المتحف المصري بالقاهرة من عصر الأسرة الأولى من مقبرة الملك جر بأم الجعاب بأبيدوس (JE 35054=CG 52008-52011 and 53835).[٢٩] و هناك نظريات حديثة عن فوائد و مضار كل من الذهب و الفضة و غيرهم من المواد. و كان الذهب يعتقد أنه يفيد الجسد كله و يجذب الطاقة الإيجابية. و يستخدم حاليا في علاج الروماتويد، و القرح، و بعض أنواع السرطان.[٣٠] و قد عرف

---

[٢٥] John F. Nunn, *Ancient Egyptian Medicine*, p. 133.

[٢٦] *The New Guide to Remedies* (Bath, UK: Parragon, 2002), p. 163.

[٢٧] د. عبد العزيز صالح، *الشرق الأدنى القديم*، الجزء الأول (القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٦؟)، ص. ٢٣٤. *Urk. IV*, 668, 13 and 6.

[٢٨] *The New Guide to Remedies*, p. 158.

[٢٩] Ian Shaw, "Gems," in: *The Oxford Encyclopedia of Ancient Egypt*, Donald B. Redford, ed., vol. 2 (Cairo: The American University in Cairo Press, 2001), p. 10. Mohamed Saleh and Hourig Sourouzian, *Official Catalogue: The Egyptian Museum Cairo* (Cairo: The Organisation of Egyptian Antiquities, Verlag Philipp von Zabern, Mainz, 1987), fig. 10.

[٣٠] *The New Guide to Remedies*, p. 176.

الطب الإسلامي فوائد الذهب، فقد قيل أن برادته إذا خلطت بالأدوية نفعت من ضعف القلب، و الرجفان العارض و من الحزن و الغم و الفزع، و الجذام و جميع الأمراض السوداوية، خاصة في داء الثعلب، كما يجلو الذهب العين و يقويها، و يقوي جميع الأعضاء.[٣١]

و تستخدم الأحجار الكريمة و الكريستالات في العلاج عن طريق وضعها على الجسد في أماكن معينة، أو حملها على اليدين، أو الجلوس بجانبها و إغلاق العينين و التأمل، أو توضع في نهاية بندول و يتم تمريرها على الجسد. و من الأفضل أن يتم ذلك في مكان هادىء. و قد يستعين البعض بإضاءة شمعة ووضع بعض البخور و الاسترخاء و التركيز. و يجب أن تغسل الكريستالات العلاجية قبل و بعد الاستخدام بتمريرها تحت الماء البارد عدة مرات. و من الأحجار الكريمة المعروفة على سبيل المثال:

الكهرمان، آمبر amber، و هو برتقالي اللون و به بقايا حشرات. و كان في الأصل من أشجار الصنوبر. يساعد في علاج أمراض القلب و البطن و أسفل الظهر. يحمي من التأثيرات الضارة من كل ما يحيط بالشخص و يبعث على السعادة.

البريدوت peridot الأخضر الزيتوني. لشاكرا القلب. عرفه المصريون القدماء و الأزتك. يساعد على الإتيان بأفكار جديدة و يعطي توازن للشخص. عرفه المصريون القدماء و يقال أنه كان الحجر المفضل للملكة كليوباترا. يستخدم في علاج القلب و طحال و الغدد فوق الكلوية، يقلل التوتر و القلق و يبعث على السعادة.

الفيروز، التركواز turquoise. مرتبط بشاكرا القلب. يزيد الشجاعة و الإقدام و يعاج الرئتين و الصدر و الزور، كما يزيد مناعة الجسم.

السفير، السافاير sapphire و هو حجر أزرق شفاف. مرتبط بالولاء و لذا يتم إستخدامه كثيرا في خواتم الخطوبة. مرتبط بالملكية و الحكم. في العلاج، غالبا ما يتم وضعه على الجبين. مفيد للكليتان و القلب و الحالة النفسية المستقرة.

اللابيز لازولي lapis lazuli أو اللازورد. مرتبط بشاكرا العين الثالثة. اهتم به المصريون القدماء و استخدموه بكثرة خاصة في آثار توت عنخ آمون. وضعه في منتصف الجبهة يزيد الإدراك و ينشط الجسد كله.

الأماثيست amathyst، بنفسجي. مرتبط بشاكرا الرأس أو التاج. يستخدم كثيرا في العلاج بوضعه على الجبين أو أعلى الرأس.

الكوارتز الوردي rose quartz. مرتبط بشاكرا القلب و يساعد في علاج حالات القلب. يساعد على النوم و الهدوء و الاسترخاء، لذا ينصح بوضعه بجانب الفراش.

---

[٣١] *الطب النبوي* للإمام ابن قيم الجوزية، ص. ٢٢٠.

يساعد على التخلص من المشاعر المضطربة كالغيرة و الغضب. مرتبط بالهدوء و السلام، و البراءة.
الكوارتز البني أو الأسود quartz. مرتبط بالأرض و يعتقد أنه تعرض لإشعاعات كثيرة عند تكوينه. مرتبط بشاكرا الجذر. يستخدم بشدة في العلاج، خاصة كمنشط جنسي عند وضعه أسفل البطن أو الظهر. ينصح بوضع حجر منه بجانب الكمبيوتر لأنه يحمي ضد الموجات و الاشعاعات الكهرومغناطيسية، كما يمكن وضعه فوق شاشة الحاسب الآلي أو التليفزيون.

الذهب gold. مرتبط بشاكرا التاج. عرف في مصر القديمة و سومر و أمريكا الجنوبية. فوائده العلاجية لا تكاد تعد و لا تحصى. يستخدم في علاج المخ و الجهاز العصبي و الروماتويد و القرح، و أنواع معينة من السرطان، و في النقاهة بعد العمليات. يتناوله الهنود كثيرا كطعام عن طريق تزيين الحلوى به، و هو يفيد الحالة النفسية كذلك.

الفضة silver. شاكرا العين الثالثة. مرتبط بالنفس التي تظهر في الأحلام، و مرتبط بالغموض. يساعد على التصرف بعفوية، و قديما ربط كثير من القدماء بين الذهب و الشمس في قوتها و سطوعها ووضوحها، و بين الفضة و القمر بضوئه الهادىء و غموضه.

الطعام الصحي:

هناك اتجاهات حديثة تفيد بأن الغذاء المتوازن هوأفضل وسيلة للحفاظ على الصحة و أيضا لعلاج بعض الأمراض، و هو ما نراه كثيرا في اهتمام المصريون القدماء بالغذاء المتوازن و المحتوي على مجموعات الطعام الرئيسية كلها.[٣٢] و تعتمد معلوماتنا عن الطعام في مصر القديمة كثيرا على مناظر القرابين في المقابر و المعابد، و فيها مجموعات متوازنة من الطعام. إلا أن هذا كان في الغالب لطبقة الأغنياء أو النبلاء. و تحتوي القوائم على مجموعة من الأصناف منها اللبن و الجعة و أنواع

[٣٢] راجع الأعمال التالية عن الطعام في مصر القديمة:
Paul Ghalioungui, William Jefferson Darby, Louis Grivetti, *Food: The Gift of Osiris* (London; New York: Academic Press, 1977).
Salima Ikram, *Choice Cuts: Meat Production in Ancient Egypt*. Series: *Orientalia Lovaniensia* analecta, 69. (Leuven: Uitgeverij Peetersen Departement Oosterse Studies, 1995).
Ursula Veerhoeven, *Grillen, Kochen, Backen im Altag und im Ritual gyptens: ein Lexigographischer Beitrag* (Bruxelles: Fondation *Alt*ن Egyptologique Reine Elisabeth, 1984).

مختلفة من الخبز و المعجنات كالفطائر و الحلوى، و اللحوم المقطوعة من أجزاء مختلفة من الحيوانات، و الأوز و الحمام و الذرة و الشعير و أنواع من الخضر و الفاكهة الطازجة.[٣٣] و رغم أن الفلاح و العامل المصري القديم كان قوام غذاؤه هو الشعير و الجعة، و كلاهما يصنع من الشعير، إلا أنه كان في الغالب يتناول الكثير من النباتات الخضراء التي تنمو طبيعيا في طمي النيل الخصب. و هناك أنواع أخرى حديثة من العلاج تفيد أن الطعام لا يؤثر فقط على الصحة، و لكن أن تناول الطعام و كذلك الأدوية يجب أن يتم تطويعه لكل شخص على حدة لاختلاف الأجساد و احتياجاتها. و لذلك ظهر مؤخرا نظام غذائي جديد يتم تحديده بواسطة تحليل الدم للشخص، و أيضا فصيلة دمه، و نظام آخر يعرف بال Macrobiotic diet، و يعتمد على أكل النباتات فقط و الابتعاد عن الحيوانات بأنواعها، و اجتناب الملح و التوابل الحريفة ، و الطهي و تقديم الطعام في أواني فخارية أو زجاجية، و الابتعاد عن الأطعمة المحفوظة و المثلجة أو المحفوظة بكيماويات. و قد ساعد النيل و الأرض الخصبة في وجود الغذاء بكثرة في مصر حتى أن الرومان أطلقوا على مصر إسم سلة الخبز للإمبراطورية. و كانت الخضروات الطازجة و الفاكهة و لحوم الحيوانات و الطيور تستهلك كذلك. و حتى الأسماك و إن كانت تعتبر غير نظيفة مائة بالمائة فكانت لا توضع مثلا في مناظر القرابين و التقدمات بالمقابر. و قد ذكر هيرودوت في كتاب ٢: ٧٧، أن المصريين يأكلون الخبز و يشربون نبيذا مصنوعا من الشعير، و بعض أنواع الأسماك التي كانوا يأكلونها نيئة أو مجففة أو مملحة. و قال أنهم يأكلون السمان و البط و أنواع أخرى من الطيور و الأسماك التي لا يقدسوها، بعد تخليلها في محلول ملحي.[٣٤]

و اهتم المصري كذلك بالرشاقة و أغلب المناظر و التماثيل لأشخاص في سن الشباب موفوري الصحة و الرشاقة. هناك عدة مناظر أو تماثيل تظهر البدانة، إلا أنها لم تكن منتشرة بقدر المناظر الرشيقة. وو هناك مثال على ازدراء البدانة في التعليق المصاحب لمنظر ملكة أو زعيمة بونت في معبد الدير البحري لحتشبسوت بالأقصر. و يقول هيرودوت في كتاب ٢: ٧٧، أن المصريين ينظفون أمعاءهم بالشربة أو الحقنة الشرجية ثلاث مرات في الشهر.[٣٥] و قد استمر استخدام الشربة بكثرة في البيوت المصرية حتى عصر آباءنا، و هو الآن إتجاه حديث في الخارج.

الاتجاهات و مسارات الطاقة:

و هناك اقتراح يفيد أن اهتمام المصريون القدماء الشديد بالاتجاهات في عمارتهم تدل على معرفتهم بأهمية الاتجاهات لصحة الانسان و الحفاظ على التوازن،

[٣٣] Nunn, *Ancient Egyptian Medicine*, p. 18.

[٣٤] Nunn, *Ancient Egyptian Medicine*, p. 19.

[٣٥] Kamal, *A Dictionary of Pharaonic Medicine*, p. 114.

مما قد يشي أيضا بمعرفتهم باتجاهات الطاقة الكونية التي يتحدث عنها الفيزيائيون و التي تؤثر على صحة الانسان. و ربما عرفوا أيضا مسارات الطاقة بالجسد التي يعتمد عليها الطب التقليدي الآسيوي، و لهذا اهتم بالألوان و الأحجار الطبيعية التي تعالج كل منها. و نظرية التشاكرات التي يعتمد عليها الطب الصيني و غيرها تميز سبعة أو ثمانية مراكز بالجسد يفيد كل منها بأصوات أو حروف معينة (هناك ربط بين فوائدها و الحروف غير المفهومة في أول بعض صور القرآن و التي يؤدي نطقها إلى فوائد صحية جمة)، و ألوان معينة، و أحجار كريمة معينة. و هناك عدة قطع بالمتحف المصري يحتمل أنها كانت تستخدم كبندولات لقياس الطاقة، و منها JE 51045، و هو حجر بني، و JE 40353، و هو حجر رمادي، و الاثنان حاليا في حجرة ٣٤ بالدور الثاني بالمتحف المصري بالتحرير.

الشكل الهرمي:

هناك نظريات عديدة خاصة بفوائد الشكل الهرمي و ربما لهذا بناه المصريون القدماء، كما أن هناك عدة نظريات خاصة بمواقع الأهرام المختلفة ووضعها في زوايا معينة. و قد انتشر العلاج بالشكل الهرمي مؤخرا في مصر ، و إن كان من الأفضل أن نسمي هذا بفوائد الشكل الهرمي بصفة عامة. و يعتمد على وضع الماء تحت شكل هرمي بنسب دقيقة مصنوع من مادة يفضل أن تكون طبيعية كالخشب أو الورق المقوى، و شرب الماء المشحون بالطاقة العلاجية الهرمية لعلاج كافة الأمراض الجسمانية و النفسية و حتى السحر و الحسد من منطلق أن هذا الشكل يطرد الطاقة السلبية التي قد تسبب المرض. و قد ثبت أن الشكل الهرمي يحمي اللحم النيء بداخله لفترة طويلة. و قد صنع أحد الوزراء السابقين بمصر مكتبا لابنته تحت شكل هرمي بحجرتها من منطلق أنه يساعد على التركيز و صفاء النفس. و من المؤكد أن المصريين القدماء قد عرفوا فوائد عديدة للشكل الهرمي، و هناك معالجة روحانية أجنبية مشهورة تقطن حاليا بالقرب من الهرم الأكبر بالجيزة لأنها تشعر بطاقته الجيدة القوية. و هي تؤكد أن عمل دراسة للحالة الصحية للسكان بمنطقة الهرم قد تؤكد نظريتها من أنهم يمرضون أقل من سكان المناطق الأخرى بالقاهرة.

العلاج بالموسيقى و الألوان:

و قد أفاد بعض مؤرخي الإغريق الذين زاروا معهد امحوتب "إله" الطب الملحق بمعبد بتاح و المشرف عليه الكهنة العلماء، أن أساليب العلاج المتبعة في المعبد كان من ضمنها العلاج بالموسيقى و الألوان و الروائح و الأعشاب.[٣٦] و يقال كذلك أن كهنة معبد أبيدوس كانوا يعالجون الأمراض بالترتيل المنغم، لذلك كانت فرق موسيقية

[٣٦] مؤلفات بخط يد د. سيد كريم، لم يتم نشرها و تفضلت باهدائها لي الأستاذة زينب حمدي، المدير التنفيذي لشركة د. إبراهيم كريم.

تعزف في المراكز الطبية،[٣٧] ربما على اعتبار أن الموسيقى تقرب المرضى من الآلهة التي كانت تطرب لسماع الموسيقى. إلا أن العلم الحديث يحاول أن يجد تفسيرا علميا للعلاج بالموسيقى. يقول العلماء أن العلاج بالموسيقى يعد بمثابة تنظيم أيقاع الحركة بداخل الأجساد الحية بواسطة موجات أو ذبذبات الموسيقى. و يؤدي العلاج بالموسيقى إلى إخراج الطاقة الزائدة من الجسم.[٣٨] من هنا نجد أن الموسيقى تؤثر إيجابيا على كل المخلوقات الحية من حيوانية و نباتية، فضلا عن الانسان. و قد ظهر الموسيقيون كثيرا في الرسوم و مناظر المقابر في مصر القديمة، و يبدو أنهم كانوا دائمي التواجد في المآدب و شتى المناسبات. ولم يقتصر العلاج بالموسيقى على المصريين القدماء، بل امتد الى سائر الحضارات القديمة كالصين و الهند. و قد اهتم المصريين القدماء بمعاني و رموز الألوان. أما عن استخدامها العلاجي، فلم يتم ذكره كثيرا. و إن ظل المصريون في العصر الحديث محتفظين ببعض الأساليب العلاجية التقليدية، منها أن مريض الحصبة يجلس تحت لمبة حمراء و يغطى بغطاء أحمر كي يتماثل للشفاء. و يشاع أنه أسلوب فعال.

العلاج بالمثل:

استخدم المصريون في العلاج و الوقاية عدة سموم طبيعية من مشتقات نباتية و حيوانية، و هذا قريب الشبه من نظرية العلاج بالمثل و ليس بالضد، و هي من أساليب الطب التكميلي أيضا. و هناك أمثلة كثيرة للغاية عن استخدام السموم في العلاج، سواء سموم نباتية أو سموم حيوانية مثل سم العقارب و الحيات. و استخدام المواد التي تسبب بعض الأمراض الضارة أمر معروف حتى في الطب الحديث. و تعريف لفظة "drug" أو دواء بالإنجليزية يعني مادة أو أكثر تسبب أعراضا فسيولوجية واضحة كزيادة ضربات القلب أو ارتفاع درجة الحرارة أو انخفاضها. من هذا المنطلق، تعتبر المكيفات مثل الشاي و القهوة و المشروبات الكحولية كلها بمثابة "drugs." و هناك أمثلة عديدة في الطب المصري القديم استخدم فيها المصري سموما نباتية أو معدنية في العلاج. فعلى سبيل المثال، استخدم المصري موادا غاية في السمية في العلاج مثل صدأ الرصاص الأحمر، و سلفات الزرنيخ أو ال "arsenic sulphide."[٣٩]

الهوميوباثي:

و قد انتشر هذا النوع من العلاجات التكميلية مؤخرا في مصر. و هو نظام علاجي أسسه ووضع قواعده طبيب و كيميائي ألماني هو صموئيل هانمان Samuel Hahnemann في القرن التاسع عشر. و يعتمد على نظرية العلاج بالمثل و ليس بالضد، و هذا هو معنى الكلمة باللاتينية. و تعتمد النظرية العلاجية فيه على استخلاص

---

[٣٧] نبيلة ميخائيل يوسف، *العلاج بالموسيقى* (القاهرة، ١٩٩٩)، ص. ٣١.

[٣٨] نبيلة ميخائيل يوسف، *العلاج بالموسيقى*، ص. ٢٦.

[٣٩] Nunn, *Ancient Egyptian Medicine*, p. 146.

طاقة المادة المستخدمة في العلاج عن طريق الرج الشديد و المتكرر للمادة الموضوعة في سائل كالماء أو الكحول، ثم تخفيفها و استخدامها في العلاج. و النظرية هنا أن المادة المستخدمة في العلاج هي مادة إذا أخذها الشخص و هو سليم، تسبب له أعراضا تشبه المرض الذي يعاني منه حاليا. و المواد المستخدمة في العلاج هي نباتات و مشتقات حيوانية، و معادن و أملاح. باختصار؛ كل شيء يمكن استخدامه في العلاج حتى جزء مصاب بالمرض.

و هناك تشابه بين الهميوباثي و بعض الممارسات الطبية في مصر القديمة، منها العلاج بمواد سمية مخففة، و العلاج بمواد طبيعية، و الكثير منها عضوي، و استخدام بعض المشتقات الحيوانية في العلاج كالعسل و اللبن، الى جانب الدم و البراز و البول، و العلاج بالمشيمة و عصارة الطحال، و أجزاء حيوانية مثل قلب طائر المسا، و أمخاخ بعض الحيوانات، و غيرها.

العلاج بالبول:

و قد ظهر مؤخرا في مصر، و اشتهرت بهذا العلاج طبيبة بيطرية بدوية الأصل تمارس هذا العلاج في مرسى مطروح بشارع اسكندرية، ثم ظهر آخرون. و لا بد أن يكون بول إبل صغيرة السن، و غالبا ذكور الإبل. و قد أثبت هذا العلاج فعالية في علاج حالات من فيروس الكبد الوبائي سي C أو جيم. و قد ذكر المصري القديم بالعلاج بالبول بصفة عامة، و أكثره بول الإنسان. و كان في الغالب للاستعمال الخارجي كما كان يتم غليه في معظم الأمثلة، أو كان من ضمن عدة مركبات تدخل في أدوية معينة. و هناك وصفة ببردية الرمسيوم ٣ أ، ١٩-٢٠، تنصح بوضع بول بشري في العينين.[٤٠] و قد عرف سكان الصحراء بالدول العربية العلاج بالبول، كما عرفه الأيرلنديون و غيرهم و يستخدمه البحارة هناك لعلاج الأيدي التي تجرحها الحبال. و هناك معالج طبيعي شهير هو روبين ميرفي Robin Murphy، يعتمد على العلاج بالبول اعتمادا شديدا و قد أثبت فعالية شديد في علاج الكثير من الحالات.

العلاج بالسحر:

المقصود بالسحر هو جعل أشياء تحدث بفضل قوى خفية. و في العلاج بالسحر يتم العلاج بقوة الكلمة المنطوقة أو المكتوبة، أو بإذابة الكلمة المكتوبة و شرب السائل المتخلف منها. كما يعتمد السحر على توظيف طاقة عليا كونية في التسبب في أشياء معينة. من هذا المنطلق يمكننا أن نرى لماذا يختلط السحر بالديانة في كثير من الأحيان لأن كليهما يعتمد على الإيمان المطلق و التصديق بدون رؤية. فإذا نظرنا لمصر القديمة، لوجدنا أن أهمية الصوت أو النطق لهو واضح عندنا منذ أن أطلق الطائر صيحته التي شقت السكون و بدأت الخلق أو الوجود (من نظريات بدء الخليقة). و هناك في متون الأهرام، أرقام ٢٧٣-٢٧٤، و متون التوابيت رقم ٣٤١، ما يثبت أن استخدام

[٤٠] Nunn, *Ancient Egyptian Medicine*, p. 149.

نظام إذابة الكلام في الماء ثم شربه للاستفادة من السحر الكامن فيه، كانت تتم قبل ذلك بكثير. "This spell is to be spoken over seven sketched eyes of Horus, washed off in beer and natron and drunk by the man." هذه التعويذة تقرأ على سبعة أشكال لعين حورس، ثم تغسل بالجعة و النطرون و يتم شربها. و هناك أيضا نظام مماثل يقوم فيه الشخص بلعق الوصفة السحرية أو التعويذة المكتوبة على يده كما يتردد في متون التوابيت تعويذة رقم ٨١.[٤١] لهذا صارت كلمة البلع تعني الفهم أو الاستيعاب على عصر الدولة الحديثة. و قد استمر نظام الشرب أو اللعق في الطقوس السحرية في كتابات اللغة المصرية في العصر المتأخر و الديموطيقي و البطلمي و الروماني و القبطي، و حتى في العصر الحديث خاصة في الريف المصري. و في الطب النبوي، هناك العلاج بالرقي و بالقرآن، لكن التركيز هنا يكون على الكلمات المنطوقة مع تمرير يد المعالج أو الذي يقوم بالرقية، على الشخص المريض، ربما باستثناء النبي صلعم، حيث كانت السيدة عائشة ترقيه و تمرر بيده هو على جسده لأن بها بركة أكثر من يدها. و يقوم الشيوخ المعالجون بكتابة الكلام عادة بالزعفران، و يذيبه المريض في ماء ثم يقوم بشربه أو الاستحمام به، أو كلاهما. و يبدو هنا أننا أمام مثال واضح مما يطلق عليه الديانة الشعبية أو ال Popular Religion. و فيها يضمغ الدين مع العادات و التقاليد القديمة، حتى قبل ظهور الديانات السماوية. و هذا النظام الخاص ببل الكلام و شربه للإفادة منه، يمكننا أن نقول أنه مصري صميم. و هناك أشياء أخرى كان المصري القديم يستخدمها في العلاج و الحماية، مثل العصي الملتوية التي كانت تصنع من أنياب فرس النهر و كانت تستعمل لحماية السيدات و الأطفال و المنزل. و ربما كانت التمائم كالمكس mekes الذي كان الملوك يمسكونه بأيديهم للحماية، ذات أغراض علاجية كذلك. بالاضافة للتمائم و الأقنعة و المباخر و غيرها من الأشياء، بل إن استعمال البخور بواسطة السحرة و المشعوذين في مصر قد يكون من العادات التي أخذت من طقوس السحر في العصر الفرعوني. و غالبا ما يقصد مروجوا العلاج بالعصي المصرية على الانترنت هذه العصي بالذات.[٤٢] و تعد لوحات حورس/هربوقراط أو ال "cippi" المعروفة في العصر المتأخر، بمثابة أصدق دليل على العلاج بالكلام و المناظر السحرية. و هي لوحات تبين هربوقراط الإله الطفل و هو يمسك بيديه عددا من الثعابين و العقارب، و ربما يقف على ظهور تمساحين، و حوله عدد من النصوص السحرية المفيدة لعلاج اللدغات الضارة. و كثيرا ما كان يظهر الإله بس كذلك بأعلى

[٤١] Robert K. Ritner, "Magic: An Overview," in: *The Oxford Encyclopedia of Ancient Egypt*, Donald B. Redford, ed., vol. 2 (Cairo: The American University in Cairo Press, 2001), p. 325.

[٤٢] http://www.welcome.egyptianhealingrods.com.welcome.html

اللوحة. و يصب الماء على اللوحة ثم يتجمع أسفلها في تجويف بمثابة وعاء، ثم يشربه الملدوغ ليشفى. و يعد علاج لدغ الثعابين بالسحر من أقدم أنواع العلاج في مصر القديمة (متون الأهرام أرقام ٢٢٦-٢٤٤، ٢٧٦-٢٩٩، ٣١٤، ٣٧٥-٣٩٩، ٤٩٩-٥٠٠، ٥٠١، ٥٣٨، و غيرهم).[٤٣] و تحتوي بردية إيبرز على حوالي سبعة عشر وصفة و نصيحتان للولادة يمكن أن نعتبرهما سحريتان. و كان علاج لدغ العقارب بمصر القديمة غالبا ما يتم بالسحر و تلاوة الأدعية.[٤٤] و هذا قريب الشبه بالطب النبوي حيث كان الرسول صلعم يعالج لدغة العقرب بإناء فيه ماء و ملح، و قراءة سورة الإخلاص و المعوذتين عليها.[٤٥]

الطب النبوي و الطب الإسلامي:

و قد عاد الاهتمام بالطب النبوي أو الطب الإسلامي كما يفضل البعض أن يسميه للشمولية، في مصر مؤخرا. و فيه شق روحاني يعتمد على الرقية الشرعية و تمرير اليد على الأجزاء المصابة. و يقول سبحانه و تعالى: "و ننزل من القرآن ما هو شفاء و رحمة للمؤمنين." (سورة الإسراء، الآية ٨٢). بالإضافة للكي و عصابة الرأس و الحجامة الجافة، أوصى الرسول صلعم باستخدام النباتات الطبيعية المباركة مثل حبة البركة و الحناء و عسل النحل و العود الهندي و الأراك (الكباث لأوجاع الظهر و تقوية المعدة)، و السواك لتطهير الفم،[٤٦] بالإضافة الى حياة سليمة و أكل صحي، و الصلاة التى تؤدي فيها تمارين جسمانية و نفسية تساعد على الإستشفاء لتركيزها على أجزاء معينة في الجسد (مراكز مسارات الطاقة بالجسد و التي تعرف بال chakras)، و هي في هذا شبيهة باليوجا. فإذا نظرنا للوضوء، وجدناه يطبق نظرية العلاج الطبيعي أو ال physiotherapy، و ال reflexology الذي يعتمد على الضغط على مراكز معينة بالكف و بطن القدم و الأذنين و غيرها، كما يبدو فيه أيضا العلاج بالماء أو ال hydrotherapy. و من أمثلة العلاج بالماء علاج سيدنا أيوب "هذا مغتسل بارد و شراب." و أوصى الرسول بعلاج الحمى بالماء: "إنما الحمى أو شدة الحمى من فيح جهنم فأبردوها بالماء."[٤٧] و هناك علاج العين بأن يغتسل العائن من ماء وضوء المعين أو الحاسد.[٤٨] أما عن العلاج بالحركة، فقد حث الرسول الكريم على الرياضة بقوله:

---

[٤٣] Robert K. Ritner, "Magic: Magic in Medicine," in: *The Oxford Encyclopedia of Ancient Egypt*, Donald B. Redford, ed., vol. 2 (Cairo: The American University in Cairo Press, 2001), pp. 326-329.

[٤٤] Nunn, *Ancient Egyptian Medicine*, p. 189.

[٤٥] *الطب النبوي* للإمام ابن قيم الجوزية، حققه و خرج أحاديثه محمد محمد تامر (القاهرة: دار التقوى للنشر و التوزيع، ٢٠٠٣)، ص. ١٣٠.

[٤٦] د. عبد الباسط محمد سيد، *الهدي النبوي في العلاج*، ص. ٣٤.

[٤٧] د. عبد الباسط محمد سيد، *الهدي النبوي في العلاج*، ص. ٣٥.

[٤٨] *الطب النبوي* للإمام ابن قيم الجوزية، ص. ١١٧.

"علموا أولادكم السباحة و الرماية و ركوب الخيل." هذا بالاضافة لحركات الصلاة كما ذكرنا من قبل. و أيضا الصوم و فيه علاج للكثير من أمراض القولون و غيره. و قد أوصى الرسول بالاعتدال في كل شيء و عدم الإسراف في الطعام و الشراب، كما قال: "ما ملأ ابن آدم وعاء شرا من بطنه،"[٤٩] كما قال: "بحسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه."[٥٠] و في تعاليمه مبدأ الوقاية خير من العلاج و تجنب الخبيث و مراعاة الفطرة السليمة و احتياجات الجسد. و قد دعى الى إصلاح الطعام و عدم تلويثه، و عدم الجمع بين نقيضين في المعدة (و لا نفهم ما المقصود بالنقيضين)، و عدم النوم بعد الأكل "لأنها تربي التخمة و بلادة الذهن. و أوصى بعدم إكراه المرضى على الطعام و أن يغذى المرضى بالأغذية الخفيفة. و في هذا مراعاة للجسد و احتياجاته، و الجسد أقدر على تحديد احتياجاته إذا راعينا ما يقوله لنا من جوع و تعب و خلافه. و كان سباقا في الحرص من نقل العدوى، فقد قال صلعم: "لا يورد الممرض على المصح." و قال: "لا تدخلوا بلدا يصاب أهله بالطاعون و إذا وقع ببلد فلا تخرجوا منه." أي أنه طبق قواعد الحجر الصحي و النظريات الحديثة في الصحة منذ قرون عديدة.

من أحاديث رسولنا محمد صلى الله عليه و سلم، عن ابن عباس عن النبي صلعم قال: "الشفاء في ثلاثة: في شرطة محجم، أو شربة عسل، أو كية بنار، و أنا أنهي أمتي عن الكي." و عن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما قال: "إن كان في شيء من أدويتكم أو يكون في شيء من أدويتكم خير ففي شرطة محجم، أو شربة عسل، أو لذعة بنار توافق الداء، و ما أحب أن أكتوي."

و أوصت الملائكة النبي صلعم بالحجامة في قوله: "ما مررت ليلة أسري بي بملأ من الملائكة، إلا كلهم يقول لي: عليك يا محمد بالحجامة."[٥١]

و الحجامة هي إخراج الدم الفاسد من الجلد، و هناك عدة مؤلفات حديثة تشيد بمدى فعاليتها. و الطب النبوي يعتمد على عدة أشياء، منها الرقية الشرعية و تقرأ مباشرة على المريض أو ينفث عليه، و و القرآن و أسماء الله الحسنى، و قد قال إبراهيم كريم أن بعض أسماء الله الحسنى مناسبة لعلاج أعضاء أو أمراض معينة، و هذا شبيه بأسلوب الصينيين في تلاوة أصوات معينة لعلاج أعضاء معينة في الجسد. و منها أيضا العسل و الحجامة في أيام معينة في الشهر هي ١٧ و ١٩ و ٢١.[٥٢] و قد ثبت أن النبي صلعم استخدم الأدوية الطبيعية، و الرقية و التعاويذ الشرعية فلا تعارض بينهما، و قال صلعم: "احرص على ما ينفعك و استعن بالله و لا تعجز،" كما قال صلعم: "تداووا عباد الله و

---

[٤٩] د. عبد الباسط محمد سيد، *الهدي النبوي في العلاج*، ص. ٤.

[٥٠] د. عبد الباسط محمد سيد، *الهدي النبوي في العلاج*، ص. ٣٦.

[٥١] *كتاب الصيدلي المسلم*. جمع و ترتيب مجموعة من الطلاب بصيدلة القاهرة (القاهرة: دار أم القرى الإسلامية، ٢٠٠٥)، ص. ٦٩-٧٠.

[٥٢] *الصيدلي المسلم*، ص. ٧١.

لا تداووا بحرام."[٥٣] و من الصعب تفسير هذا الجزء، فقد أثبت البول مثلا نجاحه في علاج الكثير من الأعراض و هو مركب طبيعي و نافع،[٥٤] أما بعض الأدوية المصنعة كيميائيا فلها آثار جانبية ضارة. فأيهم يمكن أن نعتبره خبيث أم طيب، أو "حرام." كما أن الرسول صلعم له حديث رواه أبو هريرة]امر فيه بغمس الذباب في الطعام إذا سقط فيه من أجل الشفاء الذي بجناحه، و هو هنا كالترياق للسم الموجود في الجناح الآخر.[٥٥] و هذا قريب الشبه من نظام العلاج الهوميوباثي على سبيل المثال.

و قد عرف المصري القديم العلاج بالعسل و استخدمه في علاج الجروح المفتوحة،[٥٦] و يبدو أنه اكتشف مبكرا أن الميكروبات لا تنمو بالعسل و لذا فهو مفيد في عدم التلوث و العلاج. أما عن الجانب الروحاني كالأدعية و تلاوة الكلمات الشافية، فقد عرفته كل الشعوب الأولى و ليس فقط الشعب المصري. كذلك الفوائد الصحية للأعشاب و الماء و بعض الزيوت، و التدليك، و الاعتدال في كل شيء و عدم الاسراف.

الأطباء في مصر القديمة:

و يطلق عليهم لفظ السونو *swnw* ، و كانوا يدرسون الطب غالبا في ال"بر عنخ" أو بيت الحياة، و هو بمثابة الأكاديمية أو مدرسة العلوم الملحقة بالمعبد. و كان الطب، مثل كافة العلوم، يقع في دائرة إختصاص الإله جحوتي، رغم أن بعض الآلهة كان لهم اهتمام خاص بالطب و منهم آمون و إيزيس و حورس، بالاضافة إلى أشخاص مثل إمحوتب و أمنحتب ابن حابو، و هم أشخاص ألهوا في عصور لاحقة. إلا أن أهم الأطباء الممارسين كانوا كهنة الإلهتين القويتين سخمت اللبؤة أو القطة، و سلكت، إلهة العقارب و الثعابين. و يظهر هنا أيضا ارتباط واضح بين المتناقضات. فإلهة الحرب و القتل و الدمار و القوة سخمت هي نفسها الإلهة المرتبطة بالشفاء و العلاج، كما أن أوزوريس ملك الموتى مرتبط بالاخصاب، و كما أن الإله بس الوديع المرتبط بالسيدات و المنزل، ظهر في صورة شرسة في العصور المتأخرة، خاصة في الواحة البحرية، فكان يصور و هو مكشر عن أنيابه و يحمل سيوفا و خناجر مشهرة. ، هناك أسماء عديدة لمعالجين، و عدد من المعالجات أو الطبيبات أيضا. و قد حملت السيدة بسشت في الأسرة السادسة لقب كبيرة أطباء أو طبيبات ووزيرة.[٥٧]

---

[٥٣] *الصيدلي المسلم*، ص. ٥٩.

[٥٤] جلال الأمير، " عندما استضاف المذيع ناقة،" *القاهرة* (جريدة أسبوعية)، العدد ٢٦٩ (الثلاثاء ٧ يونيو، ٢٠٠٥)، ص. ٢٣. و يهاجم المقال العديد من العلاجات التي انتشرت و منها الباذنجان و البلح و الذباب و العدس و بول الإبل .

[٥٥] *الطب النبوي* للإمام ابن قيم الجوزية، ص. ٢٢٠.

[٥٦] Nunn, *Ancient Egyptian Medicine*, p. 148.

[٥٧] Nunn, *Ancient Egyptian Medicine*, pp. 124-125.

الصيدلة:

تفيد صيغة الكلام في البرديات الطبية المبكرة أن الطبيب نفسه هو الذي كان يقوم بصنع الأدوية ثم إعطائها للمريض. و لكن أحيانا كانت الصيغة تفيد ما معناه أن يسبب تحضيرها، في الغالب بواسطة آخر. و عندنا شخص اسمه با حري بدجف من دير المدينة من عصر الملك رمسيس الثاني،[٥٨] و يفيد النص بأن المذكور لم يحضر في أيام معينة لإعداد الأدوية. و معنى هذا أن هذا الشخص هو أول صيدلي عرف بالاسم في مصر القديمة. و قد قال د. بول غليونجي أن لفظة "فارماسي" أو الصيدلة قد تكون نابعة من اللفظ المصري القديم "بحرنكاو." كما أن كلمة أمونيا و هي النوشادر مشتقة من اسم الإله أمون.[٥٩] و من المعروف أن لفظة الكيمياء من اللاتينية، alchemy و هي هي الاسم القديم لمصر كيمي بعد وضع الألف و اللام العربية قبله، و هي شديدة الارتباط بالصيدلة.

في النهاية، يمكن أن نقول أن أغلب أساليب العلاج التي أثبتت فعالية تعتمد على عدم الاسراف، و الاهتمام بالطعام و الحياة الصحية، و بمعاملة المريض على أنه إنسان متكامل و عدم إغفال الجانب النفسي و العاطفي لتأثيره القوي على صحة الإنسان. نحن الآن في عالمنا المعاصر نؤمن كثيرا بالتخصص و التخصص الدقيق، و نحب أن نضع الأشياء تحت خانات منفصلة. المثال على ذلك هو تصنيفنا للأشياء، فهناك علم الفلك و هناك سحر و هناك ديانة، و هناك صيدلة و تمريض و طب، و هناك كيمياء و فيزياء، و هناك عادات و تقاليد. و نحن نحاول أن نفرض هذه المفاهيم و المعتقدات على دراستنا للمصريين القدماء، إلا أنهم هم لم يقسموا العالم مثلما فعلنا. و يبدو أنهم كانوا شموليون و ينظرون للعالم بنظرة مختلفة كلية عنا، و بالتالي فلن نفهمهم فهما صحيحا حتى نتعلم أن ننظر للعالم مثلما فعلوا.

---

[٥٨] شقفة في المتحف البريطاني بلندن. BM 5634. Nunn, *Ancient Egyptian Medicine*, p. 132.

[٥٩] Paul Ghalioungui, *Magic and Medical Science in Ancient Egypt* (GB, London: Hodder and Stoughton, 1963), pp. 138-9.

مراجع:

ابن قيم الجوزية. *الطب النبوي* (للإمام ابن قيم الجوزية). خرج أحاديثه و علق عليه محمد محمد تامر، و محمد السعيد محمد. القاهرة: دار التقوى للنشر و التوزيع، ٢٠٠٣.

د. حسن عباس زكي (وزير الاقتصاد الأسبق و عضو مجمع البحوث الاسلامية). *الإنسان و الوجود*. القاهرة: النهار للطبع و النشر و التوزيع، ١٩٩٩.

د. حسن عباس زكي (وزير الاقتصاد الأسبق و عضو مجمع البحوث الإسلامية). *تفجير الطاقات الكامنة في الإنسان*. القاهرة: النهار للطبع و النشر و التوزيع، ١٩٩٩.

د. حسن كمال. *الطب المصري القديم*. الطبعة الثانية. صفحات من تاريخ مصر الفرعونية. القاهرة: مكتبة مدبولي، ١٩٩٦.

د. حسن كمال. *الطب المصري القديم*. الطبعة الثالثة. سلسلة الألف كتاب الثاني، ٣٠٠. القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب، ١٩٩٨.

دليل الغذاء الصحي للأسرة المصرية. الطبعة الأولى. القاهرة: معهد التغذية، ١٩٩٥.

د. سامي محمود. *الصحة و العلاج في الطبيعة و الأعشاب*. الإسكندرية: مكتبة معروف (لا يوجد تاريخ، حتى للمراجع المستخدمة).

د. سمير يحيى الجمال. *كنوز العلاج بالأعشاب*. الطبعة الأولى. الجيزة: مكتبة النافذة، ٢٠٠٥.

د. عبد الباسط محمد سيد. *التداوي بالأعشاب و الطب النبوي: دعوة للتقنين العلمي لأعشاب الطب النبوي و التراث العربي*. الجيزة: الشركة المصرية العالمية للنشر-لونجمان، ٢٠٠٤.

د. عبد الباسط محمد سيد. *الهدي النبوي في العلاج. كتاب الجيب الإسلامي*، رقم ٢٧. القاهرة: دار ابن لقمان للنشر و التوزيع، ٢٠٠٣.

العطور و مستحضرات التجميل في العالم العربي الإسلامي. (بالفرنسية و العربية) القاهرة: مجموعة الشرقاوي الدولية ESIG (المركز الثقافي الفرنسي بالتعاون مع سفارة فرنسا بجمهورية مصر العربية)، ٢٠٠٢.

العطور و مستحضرات التجميل في مصر القديمة. (بالفرنسية و العربية) القاهرة: مجموعة الشرقاوي الدولية ESIG (المركز الثقافي الفرنسي بالتعاون مع سفارة فرنسا بجمهورية مصر العربية)، ٢٠٠٢.

علاء الدين حسني. *معجزات الشفاء بالحجامة*: قديما و حديثا. دمشق/القاهرة: دار الكتاب العربي، ٢٠٠٥.

كتاب الصيدلي المسلم. جمع و ترتيب مجموعة من الطلاب بصيدلة القاهرة (كلية الصيدلة، جامعة القاهرة). القاهرة: دار أم القرى الإسلامية، ٢٠٠٥.

ليز مانكه. *التداوي بالأعشاب في مصر القديمة*. ترجمة د. أحمد زهير أمين. القاهرة: مكتبة مدبولي ١٩٩٣.

محمد السيد أرناؤوط (و صحتها أرناءوط). *الأعشاب و النباتات: غذاء و دواء*. الطبعة الرابعة. القاهرة: الدار المصرية اللبنانية، فبراير ٢٠٠٣.

نباتات و عطور. (بالفرنسية و العربية) القاهرة: مجموعة الشرقاوي الدولية ESIG (المركز الثقافي الفرنسي بالتعاون مع سفارة فرنسا بجمهورية مصر العربية)، ٢٠٠٢.

نبيلة ميخائيل يوسف، *العلاج بالموسيقى*. القاهرة، ١٩٩٩.

هالة نايل بركات. *دليل النباتات في مصر القديمة*. (بالفرنسية و العربية) القاهرة: مجموعة الشرقاوي الدولية ESIG (المركز الثقافي الفرنسي بالتعاون مع سفارة فرنسا بجمهورية مصر العربية)، ٢٠٠٠-٢٠٠٣؟

د. ياسر النجار (أستاذ التخدير بطب الزقازيق و المتخصص في العلاج البديل). *التدليك شفاء لكل داء في الطب الصيني*. القاهرة: النهار للطبع و النشر و التوزيع، ١٩٩٩.

د. يوليوس جيار، د. لويس ريتر. *الطب و التحنيط في عهد الفراعنة*. تعريب أنطون ذكري. القاهرة: مكتبة مدبولي، ١٩٩٦.

Bibliography

Abd al-Rahman, Ismail. *Folk Medicine in Modern Egypt being the Relevant Parts of the Tibb al-Rukka or Old Wive's Medicine*. Tr. By John Walker. London: Luzac and Co., 1934.

Bedevian, Armenag K. *Illustrated Polyglottic Dictionary of Plant Names in Latin, Arabic, Armenian, English, French, German, Italian, and*銅airo: Madbouli Library, 1997.

Beinfield, Harriet and Efrem Korngold. *Between Heaven and Earth: A Guide to Chinese Medicine*. New York: Ballantine Books, 1991.

Bibliograhy of Mediaeval Arabic and Jewish Medicine and Allied Sciences. Occasional Series, 2. London: Wellcome Institute of the History of Medicine, 1971.

Brewer, Douglas J., Donald B. Redford and Suzan Redford. *Domestic Plants and Animals: The Egyptian Origins*. Warminster: Aris and Phillips, 2000.

Brown, Denise Whichello. *Aromatherapy: A Beginner's Guide*. Devon, UK: D&S Books Ltd., 2003.

Budge, E. A. Wallis. *Herb-Doctors and Physicians in the Ancient World: The Divine Origin of the Craft of the Herbalist*. Chicago: Ares Publishers Inc., 1978.

Crawfoot, Grace M. and Louise Baildensperger. *From Cedar to Hessop: A Study in the Folklore of Plants in Palestine*. London/New York: The Sheldon Press, The Macmillan, 1932.

El Daly, Okasha. *Egyptology: The Missing Millennium: Ancient Egypt in Medieval Arabic Writings*. London: UCL Press, 2005.

Dee, Jonathan, and Lesley Taylor. *Colour Therapy: The Symbolism, Use and Healing Effects of Colour*. Leicester, UK: Silverdale Books (D&S Books), 2002.

A Dictionary of Pharaonic Medicine. Cairo: The National Publication House, 1967.

Ebeid, Nabil I. *Egyptian Medicine in the Days of the Pharaohs*. Cairo: General Egyptian Book Organization, 1999.

Egyptian Plants: A Photographic Guide, part I. Cairo: Dar el Kutub, 1999.

Evans, Mark. *Nature's Way: The Complete Guide to Natural Healing Therapies*. UK: Southwater, Anness Publishing Limited, 2000.

Germer, Renate. *Die Heilpflanzen der ؤgypter*. Z黵ich: Artemis and Winkler, 2002.

Id. *Untersuchungen 黚er Arzneimittelpflanzen im ؤlten ؤgypte: Dissertation zur Erlangung der W黵de des Doktors der Philisophie der Universitن*. Hamburg, 1979.

Ghalioungui, Paul. *Magic and Medical Science in Ancient Egypt*. London, GB: Hodder and Stoughton, 1963.

Greiss, Elhamy A. M. *Anatomical Identification of Some Ancient Egyptian Plant Materials. M閙oires de l'Institut d'ةgypte*, LV, 1957.

Groser, William H. *Scriptural Natural History: 1. The Trees and Plants mentioned in the Bible*. By-Paths of Bible Knowledge, X. London: The Religious Tract Society, 1888.

Herophilus: The Art of Medicine in Early Alexandria. Cambridge: Cambridge University Press, 1989.

The Holy Bible: Containing the Old and New Testaments in the King James Version. Nashville, Thomas Nelson Publishers, 1984.

Hopkins, Cathy. *Aromatherapy: Remedies for Everyday Ailments*. Bristol, UK: Parrallel Books, 1995.

James, Andrew. *A Guide to Homeopathy*. Bath, UK: Parragon, 2002.

Kamal, Hassan. *A Dictionary of Pharaonic Medicine*. Cairo: The National Publication House, ca. 1967.

Keimer, Ludwig. *Die Gartenpflanzen im alten ؤgypten: ؤgyptologische Studien, Band I*. Hildesheim: Georg Olms Verlagsbuchhandlung, 1967.

Id. *Die Gartenpflanzen im alten ؤgypten, Band II: Herausgegeben von Renate Germer*. Mainz: Philipp von Zabern, 1984.

Kۜcher, Franz. *Keilschrifttexte zur assyrisch-babylonischen Drogen-und Pflanzenkunde. Deutsche Akademie der Wissenschaften zu Berlin, Institut f黵 Orientforshcung, Verۜffentlichung, no. 28*. Berlin: Akademie Verlag, 1955.

Kremers and Urdang's *History of Pharmacy*. Fourth Edition. Philadelphia/Toronto: J.B. Lippincott Company, 1976.

Lectures in the History of Medicine. Cairo: Fouad I University Press, 1949.

Leung, Albert Y., and Steven Foster. Encyclopedia of Common Natural Ingredients used in Food, Drugs, and Cosmetics. Second Edition. New York: John Wiley and Sons, Inc., 1996.

Lewin, Bernhard. *The Book of Plants of Abu Hanifa ad-Dinawari: Part of the Alhabetical Section*. Uppsala Universitets Arsskrift, 10. Uppsala-Wiesbaden: A.-B. Lundequistska Bokhandeln. Otto Harrassowitz, 1953.

Lockie, Andrew. *The Family Guide to Homeopathy: The Safe Form of Medicine for the Future*. London: Hamish Hamilton, 1998.

Medieval Islamic Medicine: Ibn Radwan's Treatise "On the Prevention of Bodily Ills in Egypt," tr. Series: *Comparative Studies of Health Systems and Medical Care*, XV. Berkeley, California: University of California, Berkeley, 1984.

Lucas, A. *Ancient Egyptian Materials and Industries*, third edition. London: Edward Arnold and Co., 1948.

Manniche, Lise. *Egyptian Luxuries: Fragrance, Aromatherapy, and Cosmetics in Pharaonic Times*. Cairo: The American University in Cairo Press, 1999.

Moughrabi, Daniel. *Essential Oil-Holistic Approach (for Better Health and Wellbeing)*. Reading, England: Aromaland Natural Health and Beauty Care, 2000.

Moursi, Hanifa. *Die Heilpflanzen im Land der Pharaonen: ؤgyptisch-Nubisch Volkmedizin*. Kairo, ؤgypten: Druckerei Toukhy Misr Printing, c. 1993.

The New Guide to Remedies: Homeopathy, Essential Oils, Crystals, Home Remedies. Bath, UK: Parragon, 2002.

Nunn, John F. *Ancient Egyptian Medicine*. Norman, Oklahoma: University of Oklahoma Press, by special arrangement with the British Museum Press, 1996.

Outline of Arabic Contributions to Medicine. Beirut: The American Press, 1949.

Perho, Irmeli. *The Prophet's Medicine: A Creation of the Mulsim Traditionalist Scholars*. Helsinki: Finnish Oriental Society, 1995.

Id. *The Use of the Koran and the Sunna in the Medicine of the Prophet. Studia Orientalia*, 64, 5. Helsinki: Societas Orientalis Fennica, 1988.

Post, George E. *Flora of Syria, Palestine and Sinai: A Handbook of the Flowering Plants and Ferns, Native and Naturalized from the Taurus to Ras Muhammad*. Beirut: American Press, 1933.

Redford, Donald B., ed. *The Oxford Encyclopedia of Ancient Egypt*. Three volumes. Cairo: The American University in Cairo Press, 2001.

Ritner, Robert K. *The Mechanics of Ancient Egyptian Magical Practice. Studies in Ancient Oriental Civilizations (SAOC)*, 54. Chicago: University of Chicago Press, 1993.

Schultes, Richard Evans, and Albert Hoffmann. *Les plantes des dieu: Les plantes hallucinog鑞es, botanique et ethnologie*. Cairo: Les 閕itions du L閔ard, 1989.

Stetter, Cornelius. *The Secret Medicine of the Pharaohs: Ancient Egyptian Healing*. Chicago-Berlin-Moscow-Tokyo: Edition Q, a Division of Quintessence Publishing Co., 1993. (Original German edition: *Denn alles steht seit Ewigkeit geschrieben-Die geheime Medizin der Pharaonen*. Munich: Quintessence Publishing Co., 1990).

Thompson, R. Campbell. *The Assyrian Herbal: A Monograph of the Assyrian Vegetable Drugs, the subject matter of which was communicated in a paper*. London: Luzac and Co., 1924.

Tyldesley, Joyce. *Pyramids: The Real Story behind Egypt's Most Ancient Monuments*. London: Viking, Penguin Books, Ltd., 2003.

Ullmann, Manfred. *Islamic Medicine*. Edinburgh: Edinburgh University Press, 1978.

Watson, Ian. *A Guide to the Methodologies of Homeopathy*. Cumbria, UK: Cutting Edge Publications, 1999.

Watson, Ian. *The Tao of Homeopathy*. Cumbria, UK: Cutting Edge Publications, 2004.

WHO Traditional Medicine Strategy 2002-2005. Geneva: World Health Organization, 2002.

Wly, Henein and Usama Tharwat Latif. *Master on Therapeutic Drugs*. Cairo: Nubar Printing House, 2005.

Woenig, Franz. *Die Pflanzen im alten Aegypten: Ihre Heimat, Geschichte, Kultur und ihre mannigfache Verwendung im sozialen Leben, in Kultur, Sitten, Gebr؛uchen, Medizin*. Leipzig: Verlag von Wilhelm Friedrich, 1886.

Van Zeist, W., and W. A. Casparie, ed. *Plants and Ancient Man: Studies in Palaeoethnobotany*. Boston: A. A. Balkema, 1984.

Zohary, Michael. *Plants of the Bible: A Complete Handbook to all the Plants*. Cambridge and London: Cambridge University Press, 1982.

1.5 An offering table shown in a wall painting from the tomb of Nebamun, Thebes, 18th Dynasty. (British Museum, EA 37985)
1: Notched sycomore figs. 2: Lotus. 3: Loaves. 4: Heart. 5: Figs (*Ficus carica*). 6: Honeycombs. 7: Unidentified fruit. 8: Roast duck or goose. 9: Grapes. 10: Head of ox. 11: Leg of ox. 12: Gourd, ? cucumber. Wine jars are shown below.

TOMB OF ANKH-MA-HOR