

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الشاذلي بن جديد - الطارف -

قسم اللغة والأدب العربي

كلية الآداب واللغات

# النباتات في الثقافة الشعبية الطارفية

مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر في اللغة والأدب العربي

الميدان : اللغة والأدب العربي

الشعبة : دراسات أدبية

تخصص : أدب شعبي

إشراف الأستاذة الدكتورة :

أد/ وناسة كحيلي

إعداد الطالبان :

- أمنة بوزرقي

- عواطف بوغالي

## لجنة المناقشة

الصفة	الهيئة	الرتبة	الأستاذة
رئيسا	جامعة الشاذلي بن جديد	أستاذ التعليم العالي	حني عبد اللطيف
مشرفا ومقررا	جامعة الشاذلي بن جديد	أستاذة التعليم العالي	وناسة كحيلي
مناقشا	جامعة الشاذلي بن جديد	أستاذ التعليم العالي	نوال عاتي

السنة الجامعية : 2025/2024

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي  
خَلَقَ الْمَوَدَّعَةَ  
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي  
خَلَقَ الْمَوَدَّعَةَ  
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي  
خَلَقَ الْمَوَدَّعَةَ

# شكر و تقدير

الشكر لله عز وجل الذي منا علينا بفضلہ ووعاننا على إتمام هذا البحث نسألہ الهدية والتوفيق في أعمالنا مستقبلاً.

ونتقدم بجزيل التقدير والعرفان لى الأستاذة المؤطرة "وناسة كيلي" على حسن قبولها وإشرافها على هذا العمل، وتقديرها لنا النصح والتوجيه.

والشكر الخاص للجنة المحترمة التي تكرمت علينا وقبلت مناقشة هذه المذكرة، كما نتقدم بالشكر لى كافة أستاذة القسم وخاصة أستاذة تخصص اللأوب الشعبي

في الأخير نتقدم بالشكر لى كل من ساعدني في إنجاز هذا العمل.

# الإهداء

صلى الله على خير الأنام ناصر الإسلام خاتم الأنبياء حبيبنا محمد عليه أفضل الصلوة والسلام .  
لي من قال فيهما الله تعالى "وقضى ربك إذ تعبدوا لإياه وبالوالدين إحسانا"  
لي أدخل هدية أهديني إياها الله عز وجل لي ما لا يمكن للكلمات أن تعني حقهما  
لي من لا يمكن للأرقام أن تحصى فضائلهما لي من تعلمت منهما حب الله والثبات على البدر  
والدي الكريمين أطال الله في عمرهما.

لي شريك وبني، وسندي، ومصدر قوتي وإلهامي... لي زوجي الحبيب، الذي كان ولا يزال خير داعم لي في كل خطوة،  
والذي لم يخذل علي بوفته أو جهده أو تشجيعه. هذا الإنجاز ما كان ليرى النور لولا إيمانك بي وصبرك علي. أهديك  
هذا النجاح، فهو نجاحنا معا.

لي من يسعهم القلب ولم تسعهم الورقة لي كل من حضر في القلب وغاب عن اللسان  
لي من نسيه قلبي وتذكره قلبي.  
أهدي لهم هذا العمل المتواضع.

آمنة

# الإهداء

إلى منارة العلم، ونبع الحكمة، وأساتذتي الكرام، الذين أثاروا دمي بالعلم والمعرفة، وقدموا لي

الدعم والتوجيه، فلم مني كل الشكر والتقدير.

للى عائلتي الحبيبة، سندي وعوني، الذين كانوا لي خير داعم ومحفز، بصبرهم ودعواتهم

الصادقة، أهدىكم ثمرة جهدي.

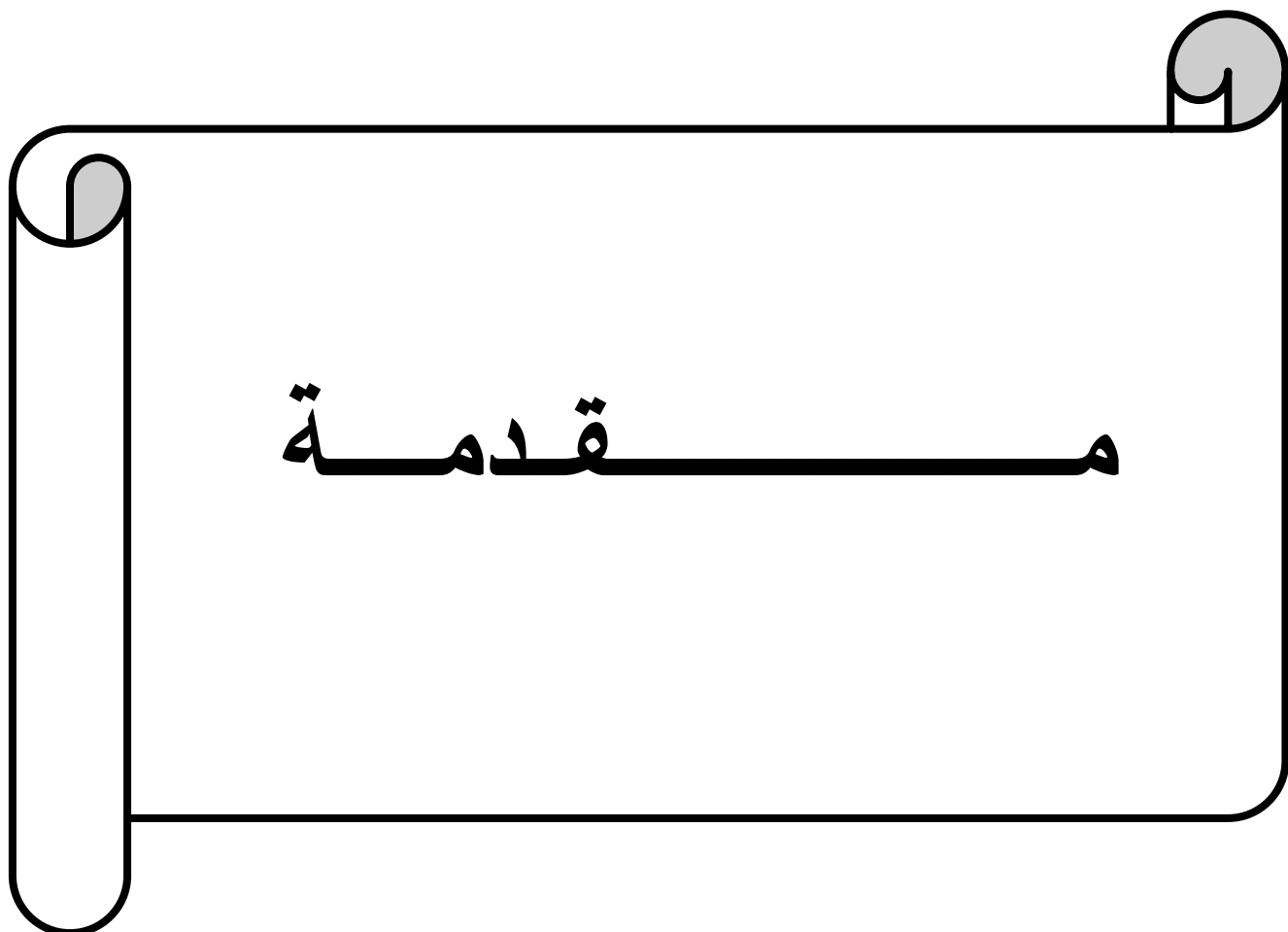
للى كل من ساندني، وشجعني، وشاركني هذه الرحلة، من زملاء وأصدقاء، لكم مني خالص

الامتنان.

وللى كل من يؤمن بقوة العلم، ويسعى لتحقيق أحلامه، أهدى هذا العمل المتواضع، راجياً أن

يكون إضافة قيمة في مسيرة البحث والمعرفة.

عواطف بوغالي



قلمنة

تعتبر النباتات من أهم النعم التي أنعم بها الله على عباده كما تعتبر غذاءً أساسياً لكل المخلوقات ودواءً للاستشفاء من الأمراض و تعد منطقة الطارف من أهم المناطق ذات التنوع الطبيعي والثقافي الغني والثري بمختلف النباتات و العادات و التقاليد المحيطة بها، حيث يتميز هذا الإقليم بتنوع تضاريسه التي تتراوح بين جباله الشاهقة وسواحله الخلابة وسهوله الخصبة مما أدى إلى نشوء غطاء نباتي متنوع و فريد ، حيث لم يكن هذا التنوع النباتي مجرد عنصر بيئي في حياة أفراد وسكان المنطقة وحسب بل تجاوز ليصبح جزءاً لا يتجزأ من ثقافتهم الشعبية التي لا تستطيع المرء أو المجتمع أن يتخلى عنها وحتى وإن أخفاها فهي أصيلة كامنة في ذاكرته ولا وعيه الجمعي العميق .

حيث تدخل النباتات في الكثير من جوانب حياتهم المختلفة و معتقداتهم وعاداتهم وتقاليدهم والتعاملات القائمة على أساس علاقة الانسان بالطبيعة التي تتناقلها الشعوب و المجتمعات عبر الذاكرة الجمعية على مدى آلاف السنين

ومن هنا جاء موضوع مذكرتنا موسوم بـ : النباتات في الثقافة الشعبية الطارفية .

ومن هذا المنطلق طرحنا مجموعة من التساؤلات منها:

- ما هي أهم أنواع النباتات الموجودة بمنطقة الطارف؟
- كيف تعامل سكان منطقة الطارف مع النباتات؟
- ما هو الدور الذي تلعبه النباتات في الثقافة الشعبية لمنطقة الطارف؟
- وما هي الرموز والدلالات التي تحملها بعض أنواع النباتات في المخيال الشعبي ؟

وقد دفعتنا أسباب عدة لاختيار هذا الموضوع أهمها:

أسباب ذاتية : تتمثل في:

- معرفة الأعشاب والنباتات المستعملة بكثرة في منطقة الطارف.
- طرق استخدامها والأمراض التي تعالجها
- معرفة استعمالاتها في مختلف جوانب الثقافة الشعبية الأخرى

## أسباب علمية :

فتح آفاق أوسع لفهم أعمق للعلاقة بين الإنسان وبيئته الطبيعية وكيف يمكن لهذه العلاقة أن تشكل هوية مجتمع بأكمله.

بناء على ما تقدم من طرح بخصوص هذه الإشكالية قسمنا بحثنا الى مدخل مسبوق بمقدمة و متبوع بفصلين وخاتمة ،ثم قائمة المصادر والمراجع ،فهرس الموضوعات تطرقنا في المدخل إلى التعريف بمنطقة الطارف ( الموقع الجغرافي ، التسمية والنشأة) و تضاريس المنطقة ومناخها والسياحة فيها والجانب الثقافي والاجتماعي و أما الفصل الأول النظري فقد تطرقنا فيه إلى مفهوم الثقافة لغة واصطلاحا( عند الغرب وعند العرب)

ثم مفهوم الثقافة الشعبية وتجلياتها وخصائصها وأهميتها، كما تطرقنا إلى تعريف النباتات لغة واصطلاحا وعلاقة الانسان بالنباتات وأنواع النباتات ومميزاتها . و أما الفصل الثاني ( التطبيقي ) فقد تناولنا فيه إحصاء مجموعة من النباتات التي تنمو في منطقة الطارف وحددنا استعمالاتها في مختلف أنواع الثقافة الشعبية . أما الخاتمة فاستخلصنا فيها أهم النتائج المتوصل اليها من دراستنا ثم اتبعناها بملحق وقائمة المصادر والمراجع و أنهينا بحثنا بفهرس الموضوعات.

وتهدف دراستنا التي اعتمدنا فيها المنهج الوصفي لى استكشاف الدور الكبير الذي تلعبه النباتات في حياة الانسان الطارفي من خلال استخدامه في ثقافته الشعبية كالطب الشعبي ، الطبخ ،الصناعة التجميلية، و الصناعات اليدوية والممارسات الدينية والاجتماعية ، كما سنسلط الضوء على الرموز والدلالات التي تحملها بعض الأنواع من النباتات في المخيال الشعبي وكيف تتجلى هذه الرموز في الامثال والاغاني والفنون التقليدية

وقد وجدنا أن هناك دراسات سابقة قد تناولت هذا الموضوع إلا أن دراستها كانت من وجهة الطب الشعبي مع التركيز على أهم الطقوس المرافقة للعلاج. لذلك تناولنا هذا الموضوع من وجهة ثانية و أوسع وهي دراسة النباتات من الجانب المادي والجانب اللامادي .ومن خلال

هذا البحث نسعى إلى تقديم صورة شاملة عن مكانة النباتات في النسيج الثقافي الشعبي لمنطقة الطارف وإبراز الثراء المعرفي الذي تزخر به هذه المنطقة

وقد اعتمدنا مجموعة من أهم المصادر والمراجع في بحثنا هذا تذكر منها.:

- التيجاني مياطة : دور التراث المادي واللامادي لمجتمع واد سوف

- عبد النور حسان ، النباتات والأعشاب الطبية

و قد واجهتنا العديد من الصعوبات تمثلت في مشقة خروجنا إلى الميدان و المناطق الريفية والتقل بين المؤسسات والحضائر الغابية وندرة المراجع المتعلقة بهذا البحث على الرغم من أهميته.

وفي الأخير نتقدم بالشكر الى الأستاذة المشرفة على توجيهاتها ونصائحها كما لا ننسى أستاذة قسم اللغة والادب العربي. ونرجو ان يكون هذا البحث ذا قيمة وأن يكون خطوة أولى لدراسات أخرى فيما يخص النباتات في الثقافة الشعبية.

وختاماً نحمد الله ونشكره على انهاء هذا البحث فإن أصبنا فذاك توفيق من الله، وإن أخطأنا فحسبنا أجر الاجتهاد.

مدخل : نبذة عن منطقة الطارف

## 1. التعريف بالمنطقة الطارف

### 1. الموقع الجغرافي والتسمية والنشأة:

هي ولاية جزائرية تقع في أقصى الشمال الشرقي للبلاد والمحاورة لولاية عنابة - الحاضرة الكبرى التي كانت تابعة لها لغاية جانفي 1984 إثر التقسيم الإداري سميت بالولاية الخضراء، وهي مشهورة بطبيعتها المعطاء ومناطقها الرطبة ، وبيئتها السخية<sup>1</sup>. وهي منطقة حدودية ،يحدها من الشرق الجمهورية التونسية ومن الغرب ولاية عنابة وقالمة ومن الشمال البحر الأبيض المتوسط ومن الجنوب ولاية سوق أهراس لهذا سميت بالحدودية بتموقعها الجغرافي " ويعد الموقع الجغرافي الاستثنائي لولاية الطارف وكذلك طقسها المتوسطي الماطر والذي يتسم بتساقط سنوي وبالأخص جبل غورة الساحر ( الغرة ) الواقع ببلدية بوقوس على ارتفاع 1,200 متر، وتتميز الطارف بمزايا طبيعية كثيرة ولطالما جلبت الظروف المناخية الحسنة لهذه المنطقة الإنسان للتواجد بها وترك اثار منذ القدم<sup>2</sup>.

### 2. أصل تسميتها :

هناك سبيان في تسمية ولاية الطارف بهذا الاسم.

السبب الأول هو: أن السر في تسميتها بهذا الاسم هو كونها تقع بطرف الوطن الجزائري مجاورة لتونس ولذلك سميت بالطارف.

أما السبب الثاني هو: هو كثرة وجود نبات ينمو على شكل أشجار متوسطة العلو يعرف عند أهل الولاية بإسم نبات الطرفاية أو الطرفاء الذي ينمو بضفاف الأودية والأنهار وهذا ما روي عن الآباء والأجداد

تتربع ولاية الطارف على مساحة تقدر ب 65, 2891 كلم ويغطيها حوالي 352,588 نسمة : يطغى على الولاية الطابع الجبلي مما أدى إلى تطور اقتصادها بالإعتماد على الفلاحة

<sup>1</sup> - تقرير مصور عن ولاية الطارف ، dz - blogs pot . com ، 48- ، 11:05 ، 2025/04/21

<sup>2</sup> - المرجع نفسه .

لتميز أراضيها بالخصوبة والنقاء ووفرة المياه الجوفية<sup>1</sup> و تمتعها بأكثر من سد من بين السدود سد مكسنة، سد مجودة، سد الشافية ، كما يتميز الوديان في الولاية بجريانها المتواصل نظر الكميات الأمطار المعتبرة وذوبان الثلوج في المرتفعات.

كما تتميز الأراضي الشمالية للولاية بتكوين جيولوجي متميز يسمح لمياه الأمطار بالتجميع في أحواض باطنية وجم عنها وفرة في مياه الينابيع التي تمون البحيرات المختلفة وتجعل كثيرا من النباتات تنمو وتتكاثر.

الغابات في ولاية الطارف: يبلغ نسبتها 60% من المساحة الكلية للولاية وتتألف من أشجار الفلين ، الزان /الكاليتوس ،الصفصاف والصنوبر البحري وتبلغ مساحة الأراضي الفلاحية بـ 173، 74 هكتارا<sup>2</sup> . وتبلغ مساحة الغابات بـ 166 ألف هكتار.<sup>3</sup>

### 3. تضاريس منطقة الطارف : تتميز بتضاريس مختلفة:

تنقسم تضاريس ولاية الطارف إلى قسمين:

المنطقة السهلية : وتقدر نسبتها بـ 43% من تراب الولاية تضم مساحة قدرها 12581 94 كلم. وتحتوي على 68% من سكان الولاية ،تمتاز بسهولها الممتدة وبحيراتها الأربعة : بحيرة الطيور - بحيرة أوبيرة ، بحيرة طنقة ،بحيرة المالح . كما تمتاز بشريط ساحلي يمتد على طول 90 كلم بع شواطئ محروسة و 05 مناطق للتوسع السياحي بمساحة تقدر بـ 5،185 هكتار وهي ( لا ميسيدا - قمة روزة - الحنايا - مفرغ الشرق ، مفرغ العزب )

---

<sup>1</sup>- بلقاسم تراكه : سلسلة موسوعة بلادي ، طبيعة بلادي ، دار بوسعادة للنشر والتوزيع ، وزارة الثقافة ،

د ط ، د ت ، ص 17

<sup>2</sup>- مجلة محافظة المهرجان الثقافي المحلي للفنون و الثقافات الشعبية لولاية الطارف ،مطبعة المعارف ،

مديرية الثقافة ، ص 02

<sup>3</sup>- تقرير مصور عن ولاية الطارف: المرجع السابق

المنطقة الجبلية - تمتد هذه المنطقة على مساحة قدرها 1632,75 كلم (57% من تراب الولاية و 32% من سكان الولاية ) . كما تمتاز بجبالها الشامخة وغاباتها الكثيفة التي تتوسع على 167,311 هكتار و بمنحدراتها التي تفوق 12% .<sup>1</sup> ويكسوها غطاء نباتي وغابي مخضر طوال العلم يتكون من أنواع كثيرة من الأشجار من أشهر أشجارها نجد : الكاليتوس - الخروب - الضرو والبلوط والزيتون والصنوبر .

كما تزخر سواحل ولاية الطارف بثروة طبيعية كبيرة وغطاء نباتي متنوع تنمو فيها النباتات المختلفة الرعوية تحتل أماكن كثيرة على ضفاف الأنهار والوديان وعلى سفوح الجبال وعلى السهول من بينها نبات الطرفية الذي يثبت بكثرة في الولاية الذي سميت لطارف على اسمه على حسب الروايات المتناقلة من أهل هذه المنطقة وكذلك نبات البوحداد الذي يستعمل في صناعة الغليون

وتكثر هذه النباتات في البساتين والقرى ومنتشرة في معظم ولاية الطارف،<sup>2</sup> وتتميز بالجدول والينابيع والمستنقعات والمزارع الفلاحية .<sup>3</sup>

#### 4. مناخ منطقة الطارف:

يسود راية الطارف مناخ البحر الأبيض المتوسط حار و حاف صيفا بمعدل حرارة 26 درجة مئوية و بارد و رطب شتاء بمعدل حرارة 16 درجة مئوية كما انها أكثر المناطق رطوبة إذ يتراوح تساقط الامطار ما بين 80 ملم و 1300 ملم وهذه الكمية كافية لتنوع الغطاء النباتي الدائم الخضرة الذي ينتمي إلى إقليم البحر الأبيض المتوسط<sup>4</sup> ويغلب عليها الطابع الجبلي الأمر الذي جعل نشاط سكانها يقوم على الفلاحة والسياحة وهي تعتبر منطقة فلاحية

---

<sup>1</sup> - http // Alegria earth ، [dz-bolgspot.com](http://dz-bolgspot.com) 12:56 ، 21- 03 - 2025

<sup>2</sup> - علي خلدون: القالة بين البحر و البحيرات، الجزء الاول، د ط ، ص 50.

<sup>3</sup> - المرجع نفسه، ص 51.

<sup>4</sup> - مجلة محافظة المهرجان الثقافي المحلي للفنون و الثقافات الشعبية لولاية الطارف : المرجع السابق ،

وسياحية بالدرجة الأولى وهذا لتمتعها بمياه الينابيع وتموين البحيرات المختلفة في فضل الجفاف هذا ما سمح لمجموعة من النباتات بالنمو والتكاثر في بطون الأودية ، فالمياه متوفرة على مدار السنة والتساقط الوفير سنويا هذا ما جعل النباتات تتنوع بأنواع مختلفة إذ يعتبر الماء هو العنصر الأساسي لحياتها إلى جانب التربة الملائمة والخصبة جدا وهي تعتبر أجود الأراضي الزراعية حيث تتركز زراعة الحمضيات وكل أنواع الزراعة الأخرى ، وغالبا ما تعتمد على المطر في سقيها .<sup>1</sup>

وأهم ما يميز منطقة الطارف هو طابعها الفلاحي المحض منذ أقدم العصور وتعتبر الفلاحة هي أساس قوتهم نظرا لتوفر الإمكانيات وإذا تحقق الفلاحة متطلبات الفرد الضرورية (الأكل ) كما يستفيد من هذه الولاية بعض ولايات المشرق بفضل تصديرها للخضر والفواكه والاعلاف فهي تعد أساس الحياة الاقتصادية التي بدأت في الظهور أواخر عصور ما قبل التاريخ ، وأبرز ما يدل على هذا وثائق كثيرة كرسوم ملجأ الغتزل على بعد كيلومترين جنوب بوثلجة.<sup>2</sup>

### 5. الرطوبة في ولاية الطارف:

الطارف من أكثر المناطق رطوبة إذ يتراوح تساقط الأمطار بها سنويا من 800 ملم و 1300 ملم وهذه الكمية كافية لتنوع غطائها النباتي الدائم الخضرة .<sup>3</sup> ويعتبر التساقط الوفير للمياه سنويا والتربة الملائمة حققنا الشروط الكاملة لحياة أنواع مختلفة من النباتات.<sup>4</sup>

<sup>1</sup> - بلقاسم تراكة ، المرجع السابق ، ص 08

<sup>2</sup> - مجلة محافظة المهرجان الثقافي المحلي للفنون و الثقافات الشعبية لولاية الطارف، المرجع السابق، ص 1

<sup>3</sup> - المرجع نفسه، ص 01

<sup>4</sup> - المرجع نفسه ، ص 03

## 6. أهم ما تشتهر به ولاية الطارف:

تتميز مدينة الطارف بعينها الذي يعتبر من أجود أنواع العنب وطنيا . فهو كثير الانتشار في المناطق التلية يقال له الكروم وهو أنواع الأبيض : الذي يسمى المسكي والأحمر حلوي والذي بين الحمرة و البياض يصفى الدم .<sup>1</sup>

كذلك أهم ما تشتهر به الولاية هو صناعة المرجان والغليون وهناك صناعات أخرى مثل صناعة السجادات والقفف وصناعة الحلي وبعض الأدوات المنزلية (الصناعات التقليدية).

2

## 7. السياحة في ولاية الطارف:

1. الحظيرة الوطنية: تمتلك الولاية حظيرة وطنية تقدر مساحتها بأكثر من 8000 هكتار

تتميز بتنوعها الكبير وتتوفر على أنماط بيئية متنوعة.<sup>3</sup>

تتكون الحظيرة الوطنية للقاله من فسيفساء لعدة أنظمة ذات ثروة نباتية هامة وجد متنوعة<sup>4</sup> وتختزل الحظيرة الوطنية للقاله ذات سلسلة من المتحدرات من أصناف مختلفة مكونة من تضاريس موشحة بشبكة ميدروغرافية مكونة خاصة من مناطق رطبة . وتعتبر ثلث نباتات الجزائر، ويعتبر مركب المناطق الرطبة التابعة الخطيرة الوطنية للقاله الوحيد في البحر الأبيض المتوسط الذي يضم فسيفساء (نظام بيئي خاص مستنقعات ومواقع أخرى) وهذا الفضاء موجه للحفاظ على الثروة النباتية والحيوانية سنة 1983 . على مساحة تتجاوز 80

---

<sup>1</sup> - علي خلدون : المرجع السابق، ص 52

<sup>2</sup> - مجلة محافظة المهرجان الثقافية المحلي للفنون الثقافية الشعبية لولاية الطارف ، المرجع السابق ، ص 09

<sup>3</sup> - المرجع نفسه ، ص 12.

<sup>4</sup> - مجلة دليل النباتات الطبية للحظيرة الوطنية، ص12.

الف هكتار تحتضن ثلث الثروة النباتية للجزائر وجرى تصنيف هذا التراث سنة 1990 من طرف منظمة اليونسكو، بوصفها معالم طبيعية ثقافية.<sup>1</sup>

كما تزخر الولاية بمناطق سياحية هامة تتمثل في جمال طبيعتها وطول شواطئها وتعدد بحيراتها وخصوبة سهولها وحماماتها المعدنية ذات الخصائص العلاجية.<sup>2</sup>

## 8. ولاية الطارف ثقافيا واجتماعيا :

أما الجانب الاجتماعي فتعتبر الطارف منطقة جبلية ريفية هذا ما جعل مجتمعها محافظ على العادات التي تركها له الآباء والأجداد وتقاليدهم يغلب على أفرادها الحياء والحشمة والتمسك بالأخلاق التي أمرنا بها ديننا الإسلامي ومن أهم خصائص العائلة والمجتمع في منطقة الطارف ما يلي ..

أ. تتميز العائلة بكونها عائلة موسعة تعيش في كنفها عدة عائلات زواجية تحت سقف واحد (الدار الكبيرة) .

ب. النسب في العائلة ذكوري والانتماء الأبوي ويبقى انتماء الأم لابنها فيقولون فلانة ابنية فلان

ت. يمثل الاب أو الجد القائد الروحي للجماعة العائلية والحامي والمسير والمخطط والممون .

ث. لا يخاطب الرجل زوجته باسمها، وكذلك الزوجة ولا يسلم عليها ولا تسلم عليه بحضور أحد وإن غاب عنها السنوات.<sup>3</sup>

أما من الناحية الثقافية تزخر ولاية الطارف بالثقافة المادية عبر آلاف السنين ، عاشت في جمال طبيعية رائع مد أصحابها بمقومات الحياة

---

<sup>1</sup> - تقرير مصور عن ولاية الطارف 388-[dz-bolgsport.com](http://dz-bolgsport.com) التاريخ و الساعة 11:05 .2025/04/21

<sup>2</sup> - مجله محافظة المهرجان الثقافي ، المرجع السابق، ص 14

<sup>3</sup> - مولدي بشينية : الحكاية الشعبية و مجتمعها بمنطقة الطارف ، ص 25

فأبدعوا ثقافة في كل حقبة زمنية ، و بعد كغيرها من الولايات وككل منطقة لها موروث ثقافي باعتبار الثقافة مجموعة من الأفكار والعادات والتقاليد لأي مجتمع عاداته الخاصة بها تتبع عن أعماقه وتحدد هويته "فالإنسان هو المخلوق الوحيد الذي يستطيع ان والثقافة أن يكتسب قيم وأخلاق وينقلها إلى خلفه" و الثقافة الشعبية هي المصدر الاساسي الذي يعتمده الانسان للتعامل مع مختلف الظواهر في حياته .بما فيها من عادات وتقاليد وأعراف.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> - التجاني مياطة : دور التراث المادي و اللامادي لمجتمع وادي سوف، مجلة الدراسات و البحوث الاجتماعية، العدد 09 ص 154.



## الفصل الأول : الثقافة الشعبية ، النباتات

## 1. الثقافة الشعبية :

### تمهيد:

الثقافة هي مرآة عاكسة للشعوب وعنوان رقتها فلا يمكن لشعب أن يكون راقيا ومكتملا إلا بوجود الثقافة فهي تجعل الشعوب أكثر انفتاحا وتسهل التواصل بين الناس لأنها تقرب وجهات النظر، حيث لا تقتصر مفهومها على مفهوم الشعر والنثر والأدب والقصص والروايات فقط بل يمتد ليشمل جميع شؤون الحياة العلمية والاجتماعية والطبية وغيرها، وتعد الثقافة الشعبية هي لسان حال الإنسان الذي اكتسبها من خلال مجتمعه ويعتبر مصطلح الثقافة الشعبية مصطلحا مركبا من لفظتين اثنتين الثقافة والشعبية.

### 1. مفهوم الثقافة :

أ. لغة : ( تَقَفَ ) الثاء والقاف والفاء كلمة واحدة إليها يرجع الفروع، وهو إقامة درء الشيء، ويقال ثقفت القناة إذا أقيمت عوجها<sup>1</sup> قال : نظر المثقف في كعوب قنانه حتى يُقيم ثقافه منادها ، وثقفت هذا كلام من فلان ، ورجل ثقف لقف وذلك أن يصيب علم ما يسمعه على استواء . ويقال ثقفت به إذ ظفرت به.<sup>2</sup> ثقف الرجل ثقفا وثقافة أي صار حاذقا خفيفا ، فهو ثقف ، مثال منظم فهو منظم ومنه المتأقفة وثقف أيضا ثقفا ، مثال تعب تعباً : لغة ثقف أي صار فطنا.<sup>3</sup>

### ب - اصطلاحا:

ليس هناك تعريف جامع مانع للثقافة وذلك لعدة أسباب من بينها :

1. اختلاف العلماء في تحديد مفهوم الثقافة كل حسب تخصصاتهم. ومذاهبهم

2. عموم مفهوم الثقافة الذي يشمل جوانب مختلفة من حياة الإنسان وسلوكه

<sup>1</sup> - أحمد بن فارس بن زكريا ابو الحسين : معجم مقاييس اللغة ، دار الفكر، مج1، ص382.

<sup>2</sup> - المرجع نفسه، ص 383.

<sup>3</sup> - الجوهري أبو نصر : الصحاح تاج اللغة، مج 04، مادة (ث، ق، ف) باء الثاء ، ص 1334

3. إختلاف استعمال مفهوم الثقافة بين الأمور المعنوية كالحذق والفتنة والأمور الحسية كتقويم الشيء وتسوية<sup>1</sup> ولكننا حين نستعرض معظم آراء العلماء في تحديد مفهوم الثقافة بعد أن استعمال لفظ الثقافة عن العرب وعند العرب

➤ عند الغرب :

شهدت كلمة الثقافة إزدهارا وانتشارًا وتداولًا واسعًا، وتعددت تعريفاتها لما يصل إلى أكثر من 160 تعريفًا فبرزت بعض التعريفات وتميزت عن غيرها بوصفها للثقافة ومنها : من أقدم التعريفات وأكثرها انتشارًا هو تعريف إدوارد تايلور بقوله : " الثقافة هي ذلك الكل المركب المشتمل على المعارف، المعتقدات ، والفن والقانون، والاخلاق ، والتقاليد ، وكل القابليات والعادات الأخرى، التي يكتسبها الإنسان كعضو في مجمع"<sup>2</sup>. ويعرفها ف/بواز F. Boas: " أن الثقافة هي كل مظاهر العادات الاجتماعية في جماعة ما ، وكل ردود أفعال الفرد المتأثرة بعادات المتعد الاجتماعي الذي يعيش فيه ، وكل منتجات الأنشطة الإنسانية التي تتحدد بتلك العادات " ويعرفها لوي R.H. Louire " أن الثقافة هي ذلك المجموع الكلي لما يكتسبه الفرد من مجتمعه من المعتقدات والأعراف والمعايير الجمالية وعادات الطعام والحرف التي لم يعرفها الفرد نتيجة نشاطه الإبتكاري بل عرفها كتراث من الماضي ينتقل إليه بواسطة التعليم الرسمي والغير الرسمي"<sup>3</sup>. كما اتجه هيرسكو فيترى Hershouts : "أن الثقافة تشكل ذلك الجزء من البيئة الذي صنعه الإنسان"<sup>4</sup>

<sup>1</sup> - أحمد فؤاد محمود : اضواء علي الثقافة الإسلامية، دار إشيلىا ، ط 1 ، 2000، ص 12.

<sup>2</sup> - جميلة بنت عيادة الشهري : مفهوم الثقافة في الفكر العربي، والفكر العربي، دار الألوكة ، د ط ، دت ، ص 10.

<sup>3</sup> - ياسر بكر: الثقافة الشعبية وتشكيل العقل المصري، دط، 2021، ص38.

<sup>4</sup> - المرجع نفسه ، ص 40

ونستنتج من خلال هذه التعريفات خاصة تعريف تايلر نفهم أن الثقافة تضم كل المجالات بمختلف أشكالها فهو يبين لنا مدى قدرة الإنسان على صنع الثقافة و اكتسابها وتوريثها للأجيال التي تأتي بعده ، فهي تعتبر جزءا لا يتجزأ من مكونات المجتمع الإنساني، وكذا ما ذهبت إليه الباحثة الأمريكية مارغريت ميد : " تتمثل الثقافة في كل ما صنعه الإنسان مما يظهر في شكل نشاط يبرز في : جملة الأشكال المكتسبة في سلوك جماعة من الافراد وحدتهم عادة مشتركة مكتسبة بالتربية ."<sup>1</sup>

### ➤ عند العرب :

استخدم العرب في العصور الإسلامية لفظ (ثقافة) في بعض كتبهم ، وقد ورد في مقدمة ( طبقات وحول الشعراء ) ما نصه " والشعر صناعة وثقافة، يعرفها أهل العلم كسائر أصناف العلم والصناعات ، منها ما تتفقه العين، ومنها ما تتفقه الاذن ، ومنها ما تتفقه اليد "<sup>2</sup>.

وقد وردت لفظة ثقافة أيضا في القرآن الكريم في عدة مواضع منها قوله تعالى : { فإمّا تتقنهم في الحرب فشرّد بهم من خلفهم لعلهم يذكرون } ( سورة الأنفال - ص 57 ).  
أي تأسرهم وتجعلهم في ثقاف بحال ضعف تقدر عليهم فيها .  
كما نجد أيضا أن استعمال لفظ الثقافة يطلق على : "مجموع عناصر الحياة وأشكالها ومظاهرها في مجتمع من المجتمعات وهي مجموع الأفكار والعادات التي يكتسبها أي مجتمع ويشترك فيها أفراده ، وتنتقل من جيل إلى جيل ."<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> - أمينة فزاري : الادب الشعبي المناهج التاريخية والأثربولوجية والنفسية والمورفولوجية في دراسة الامثال الشعبية ، التراث ، الفولكلور ، الحكاية الشعبية، دار الكتاب الحديث ،القاهرة ، ط1، 2010، ص23.

<sup>2</sup> - جميلة بن عياد الشمري : المرجع السابق، ص 8 .

<sup>3</sup> - أحمد فؤاد محمود : أضواء على الثقافة الإسلامية ، دار إشبيليا ، ط1 ، 2000، ص 12

وتعرف أيضا بكونها : " نظام كلي متشابك ومركب شمل المعرفة والعقائد والفن والاخلاق والقانون والعادات والتقاليد وجميع العناصر التي يكتسبها الإنسان بإعتباره عضوا في المجتمع."<sup>1</sup>

و تعتبر أيضا " الصورة الحية للأمة، فهي تحدد ملامح شخصيتها وقوام وجودها وهي التي تضبط سيرها في الحياة وتعدد إتجاهاتها، وهي الرصيد المعرفي لشخص ما أو شعب من الشعوب أو أمة من الاسم في مجال معين أو في مجموعة من المجالات متقول مالك : فلان له ثقافة دينية .<sup>2</sup>

وتستنتج من خلال هذه التعاريف أن الثقافة هي كل ما يكتسبه الإنسان في مجتمعه بإعتباره عضوا فيه منه من يراها مكتسبات ومنهم من يراها من الممارسات

## 2. مفهوم الشعبية :

### أ. لغة :

مصطلح شعبي يعني هذا المصطلح في الأصل غموضا والتباسا دلاليا وقد وردت كلمة الشعب في لسان العرب لابن منظور بمعنى الإصلاح والتفريق، والشعب : القبيلة العظيمة وقيل الحي العظيم يتشعب من القبيلة، وقيل هو القبيلة نفسها والجمع شعوب والشعب أبو القبائل الذي ينسبون إليه أي يجمعهم ويضمهم .<sup>3</sup>

ووردت لفظة شعب في القرآن الكريم قوله الله تعالى

{ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا } ( سورة الحجرات . الآية 13 .)

---

<sup>1</sup> - محمد أبو يحيى : الثقافة الإسلامية ثقافة المسلم وتحديات العصر، دار المناهج ، عمان ، ط1 ، 2001،ص 13.

<sup>2</sup> - أمينة فزاري : المرجع السابق ، ص 23

<sup>3</sup> - ابن منظور: لسان العرب ، مج 3 ، دار صادر ، ط1 1997 ، بيروت، ص440 .

## ب/ اصطلاحا :

يرى عبد الحميد بوسماحة أن بعض المؤلفين والدارسين الذين يستخدمون مصطلح الأدب الشعبي لا يعطون جميعا الدلالة نفسها لكلمة شعبي ، ففي الإنجليزية تدل على الشيوخ فالشعبي أمر يرجع إلى الشعب أو خاص بالشعب ويعرف سانتيف Sainty vers صفة شعبي تميز الها عن كلمة رسمي بأنها يمارس أو ينتقل من الشعب،<sup>1</sup> والشعب هو مجموعة من الناس تختلف طوائفهم وطبقاتهم مجتمعا وعقائديا.<sup>2</sup> تتعدد استخدامات مصطلح الشعب فقد يعني الفلاحين أو الطبقة العامة ، وقد يدل على أبناء الشعب الواحد على اختلاف مستوياتهم الثقافية والاجتماعية.<sup>3</sup> وتعني كلمة شعبي أي منسوب إلى الشعب (رقص شعبي لباس شعبي ، أكلة شعبية) الذي يجيه الشعب ويحترمه سياسي شعبي ورياضة شعبية. وتعني كلمة شعبية تمتع بمحبة الشعب واحترامه مثلا :

أديب ذو شعبية.<sup>4</sup>

ومنه نخرج باستنتاج مفاده هو أن الشعبية هي انتشار أمر أو ظاهرة بين مجموعة شعبية معينة.

### 3. تعريف الثقافة الشعبية :

الثقافة الشعبية هي ببساطة الثقافة التي يرغب فيها أو يحبها كثير من الناس ، ويصطلح عليها بالثقافة الجماهيرية<sup>5</sup> وتعرف أيضا بكونها عبارة عن مجموعة من العادات

<sup>1</sup> - عبد اللطيف بوسماحة : إشكالية المصطلح ، مجلة الموروث الشعبي و قضايا الوطن، ص 24 .

<sup>2</sup> - الصباغ مرسي: القصص الشعبي العربي في كتب التراث ، دار الوفاء، دط ، دت، ص08.

<sup>3</sup> - سيد إسماعيل ضيف الله : الآخر في الثقافة الشعبية ، د ط ، 2001، ص26.

<sup>4</sup> - جبران مسعود : الرائد معجم ألف بابي في اللغة والإعلام، دار العلم، لبنان ، ط1، ص525.

<sup>5</sup> - جون ستوري : النظرية الثقافية والثقافة الشعبية، ترصالح خليل أبو أصبع و فاروق منصور

ط1، 2014 ، أبوظبي، ص 24 .

و التقاليد والأمثال وغيرها من الأشكال الثقافية الأخرى التي تسود الأوساط الشعبية في المجتمع وهي تعتبر ظاهرة اجتماعي شاملة تكتسي طابع الواجهة التاريخية العاكسة للعناصر السياسية والاقتصادية، ولذلك تصبح الثقافة الشعبية مؤشرا على تحول باتجاه اثبات الذات وبلورة توازن الشخصية الإجتماعية والنفسية وعلاقتها بالمجتمع<sup>1</sup>

وتعرف أيضا الثقافة الشعبية هي التي تحمل ملامح الهوية الثقافية التي تتمثل في الإبداع الفني الشعبي الذي يعبر عن الخبرة الفكرية والوجدانية للجماعة الشعبية فيما يرتبط بها وما تؤديه وما تؤمن به و ما يمكن أن يعبر عنها فكرا وممارسة بهدف توظيفها لخدمة المجتمع<sup>2</sup> والثقافة الشعبية هي المنتج الثقافي الذي تنتجه و تصنعه العامة. ولا يمكن بأي حال من الأحوال النظر إليه بعين الاستخفاف والتشكيك لأنها معرفة قائمة بذاتها لها أسسها وقواعدها، وكانت تشكل في مرحلة ما من تاريخ المجتمع أو الجماعة الإنسانية مهمة التفكير البشري الحاجة ملحة فهي الثقافة العادية الأناس عاديين أي أرها ثقافة تشكل تبعا للواقع اليومي او من خلال النشاطات العادية المتجددة كل يوم.<sup>3</sup>

إن التصور السائد حاليا يتعامل مع الثقافة الشعبية باعتبارها تنحصر في الآداب والفنون التي تنتسب إلى أعراق معينة (أمثال ، أساطير أمانى شعبية وفلكلور وقصص قديمة و سير وأخبار أبطال العرب والمسلمين القدامى) . ولا يشمل هذا الفهم الثقافة الشعبية باقي المكونات الأخرى من قيم ونماذج وسلوك ومعايير و أشكال تغيير وغيرها.<sup>4</sup>

<sup>1</sup> - عزيز العريايوي : الثقافة الشعبية وآدابها في الجزائر، ص121.

<sup>2</sup> - مجموعة من الباحثين الأكاديميين: بحوث ودراسات في الثقافة الشعبية، 2016، ص09.

<sup>3</sup> - عبد الحميد حواس: أوراق الثقافة الشعبية ، مج 1، ط1 ، القاهرة، دار الأمين للنشر والتوزيع ، ص 73.

<sup>4</sup> - عميرات محمد أمين وجمال الدين بابا : مجلة أنثربولوجيا الممارسات الثقافية والاجتماعية بين الثقافة الشعبية والثقافة العالمية ، تاريخ النشر 2020، ص 282.

والحديث عن الثقافة الشعبية يحيلنا للحديث عن الهوية عبر ممارسات مجتمع ما لأنها تمثل شخصية الفرد وذاته ، و الفرد بذاته هو وليد هذه الثقافة التي ساهم في صنعها وساهمت في صنعه كذلك، ففرد بلا ثقافة شعبية وتراث مرد بلا هوية والا تاريخ و لا مستقبل<sup>1</sup>.

ويعرفها الدكتور علي مرسى كان الثقافة الشعبية أو التقليدية هي جملة إبداع نابغة من مجتمع ثقافي وقائمة على التقاليد تعبر عنه جماعة أو افراد معترف بأنهم يصورون تطلعات المجتمع وذلك بوصفه تعبيراً عن الذاتية الثقافية تطلعات المجتمع وذلك بوصفه تعبيراً عن الذاتية الثقافية والاجتماعية لذلك المجتمع وتتناقل معايير وقيمه شفها أو عن طريق المحاكاة أو بغير ذلك من طرق ، وتنظم أشكاله : اللغة والأدب والموسيقى والرقص والألعاب والأساطير والعادات والحرف والعمارة وغير ذلك من الفنون<sup>2</sup>.

كما تعرف أيضا الثقافة الشعبية باعتبارها : " هي مجموع متماسك في الممارسات والمعايير والرموز والإبداعات، والأشياء التي تعبر عن الحياة اليومية بمختلف مجالاتها، ففي إبداعية وتلقائية فيها بعض إنتاجها تقوم على ميزة التطابق مع نفسية الشعب وعقلية ، حيث تبرز السمات المميزة لطبعه ، ولا تحظى إلا بالاعتراف الاجتماعي ويغلب عليها الطابع المجازي والرمزي والطقوسي ، وترتبط بالحاجة اليومية للإنسان سواء كانت مادية أو روحية، فهي ببساطتها تشكل معلما أساسيا للتاريخ الثقافي الشعبي لأنه أمة، ومن ثم فإنّ التكفل بها يساعد على فهم الأسس الثقافية للمجتمعات"<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> - عميرات محمد أمين وجمال الدين بابا: المرجع السابق ، ص 283.

<sup>2</sup> - أحمد علي مرسى : صوت التراث الثقافي غير المادي ، أرشيف الحياة والمأثورات الشعبية ، مصر ، أنموذجا ، القاهرة ط 1 ، 2013 ، ص 15.

<sup>3</sup> - محمد بن شنب : الثقافة الشعبية ، منشورات مديرية الثقافة ، لولاية المدية ، د ط، 2012 ، ص 77 و ص 78 .

وتعرف أيضا على كونها الفلكلور الذي يدرس المظاهر الثقافية للناس العامة في الثقافات المتحضرة ويعتبر جانب من الثقافة الشعبية.<sup>1</sup>

ويتضح لنا من خلال هذه التعاريف أن الثقافة الشعبية من إنتاج الشعب إذ يعبر عن تطلعاتهم وذواتهم فهي إبداع جمعي. شاركت فيه الجماعة وتداولته عبر الأجيال فهي المحرك والمسؤول عنها وعن سيرورتها، فالثقافة الشعبية هي مجموعة من الخصائص والصفات التي يحدد للإنسان نوعا متميزا من السلوك يقوم على مجموعة من القيم يرثها ويتمسك بها ويحرص عليها ويشترك مصطلح الثقافة الشعبية مع مصطلحات أخرى من نفس الحقل المعرفي كالتراث الشعبي الفلكلور.

#### 4. تجليات الثقافة الشعبية :

تعد الثقافة الشعبية نوع من الموروث الذي يتناقله أبناء المجتمع الواحد جيلا عن جيل في أشكال مختلفة كالعادات و التقاليد والمعتقدات الفكرية والدينية إلى غير ذلك لذا نجدها تتجلى في مظهرين كبيرين هما .

#### أ - الثقافة المادية :

المقصود به كل الأشياء التي صنعها الإنسان أو يستخدمها للتوافق مع بيته وقد تندرج عنها عدة أشياء من الأواني الفخارية التي يستخدمها الإنسان البدائي إلى غيرها من المركبات فالثقافة المادية هي كل ما تستطيع أن تلميه الإنسان من العناصر والأشياء التي تخضع ولما لعامل التغيير المستمر والذي سعى الإنسان لاكتسابها من أجل إشباع حاجاته الأساسية وتتمثل الثقافة المادية في العمارة شكل عام كالمواقع الأثرية والمدن العتيقة والمتاحف والمباني والمنشآت ومختلف وسائل النقل وأيضا الفنون والآداب وهي ما يطلق عليها بالتراث الأدبية والفني المتمثلة في صناعة الملابس والحلي والآلات الموسيقية والمخطوطات والزخرفة والكتابة والصناعات الحرفية اليدوية. وأن أهم ما يميز الثقافة المادية

<sup>1</sup> - فوزي العنتيل : ما هو الفلكلور ، دار المعارف، مصر، د ط ، 1965، ص46.

هو أن مكوناتها رغم اختلافها تختص بمالها من شكل أو مظهر فيزيقيا أو ملموس ومحسوس.<sup>1</sup>

كمنتج من صنع الإنسان بعض النظر عن حجمها أو شكلها أو استخدامها أو الهدف منها ، وهذا ما يجعلها تشكل الجانب المادي للثقافة وأحيانا تتداخل الاثار الملموسة ببعدها المادي مع البعد الفكري العقائدي اللامادي كالمعابد والزوايا ليكون الأثر أكثر ثراء وقيمة.<sup>2</sup> فالثقافة المادية إذن تراث مادي ملموس ترتبط بمنتجات السلوك البشري أي ما يستعمله الإنسان في حياته ومعاشه وتمتاز بالتغير والتنوع وترجع أهميتها في أنها يجعلنا نستخلص الكثير من حياة الشعوب البدائية وثقافتهم من خلال مخلفاتهم المادية او كذلك يمكننا التعرف على ما في بعض القبائل والجماعات التي ليس لها تاريخ مكتوب أو مسجلات مدونة من خلال فحص عناصر حياتهم.<sup>3</sup>

#### ب. الثقافة اللامادية :

يشتمل الجانب اللامادي الثقافة على كل ما يبتكره الإنسان و يستخدمه في تفسير سلوكه وأفعاله وتوجيهها ولكن بشرط الا تخرج عن نطاق عقله أو تفكيره ولذلك فهي تمثل جميع السمات الثقافية غير الملموسة والمهارات الفنية والمعايير والمعتقدات والإتجاهات واللغة وغير ذلك ،<sup>4</sup> مما تناقله أفراد المجتمع من جيل إلى جيل آخر وبالتالي فعناصر القيم والمعتقدات والعادات والافعال والعرف والقانون والنظم الإجتماعية والرموز والاسطورة والحكاية والامثال تحمل جوانب اللامادية للثقافة وبالتالي فهي تعبر عن المظهر الفكري والأيدولوجي التفاعل الانساني وعليه فإن الثقافة اللامادية تشمل دائما أشياء غير واضحة

<sup>1</sup> - علي شطي : التراث الثقافي المادي و غير المادي المدينة المغير ، دار ومضة للنشر و التوزيع ، جيجل، الجزائر، ج1، ص، 13.

<sup>2</sup> - المرجع نفسه ، ص13

<sup>3</sup> - هاجر حمداوي : مجلة الانثروبولوجيا ، الثقافة الشعبية الجزائرية منطقة الطارف ، الولائي، انموذجا ، جامعة الشاذلي بن جديد، الطارف، عدد07، سنة 2018، ص 214.

<sup>4</sup> - علي شطي : المرجع السابق، ص14.

وليس ملموسة ولكنها تلعب دورا هاما في سلوكنا وحياتنا اليومية مثل الدور الذي تلعبه العادات والتقاليد والأعراف والقيم وغيرها،<sup>1</sup> وللثقافة المادية نوعان : القولي يتمثل في الامثال والحكم والالغاز والنداء وما يجيب من كلمات وجمل على الجدران وعلى الأبواب والشواهد القبور وغير ذلك فعلي : تتضمن الاحتفالات والاعياد والمناسبات من زواج وفاة ،ولادة ورقص ،العاب و زيارات .<sup>2</sup>

نستخلص من ذلك كله أن الثقافة بشقيها المادي و اللامادي تعبر عن عقلية المجتمع على المستوى الفردي والجماعي لان كل منهما يتأثر بالآخر وبالتالي فالثقافة الشعبية توحد الأفراد وتضع لهم قواعد سلوكية مشتركة تحوي ثقافة معينة تحدد رؤية كل فرد لما يحيط به وكيفية التعامل معها

#### 5. أهمية الثقافة الشعبية :

تعتبر الثقافة الشعبية هي مرآة الشعوب وعنوان رقيها فلا يمكن لشعب أن يكون شعبا راقيا ومكتملا إلا بوجود الثقافة والمتقنين ، لأن الثقافة تنهض بالفكر والعقل وتجعل الشعوب أكثر انفتاحا وإطلاعاً وتنهض في جميع شؤون الحياة وتسهل التواصل بين الناس لإنها تقرب وجهات النظر، وتقلل من فرص التقاتل ، وقد خصصت في وقتنا الراهن وزارات في جميع دول العالم تعنى بشؤون الثقافة والمتقنين لتنهض بهم وترفع من شأنها، وهذا وإن دل على شيء إنما يدل على أهمية الثقافة في حياتنا و دورها البناء في بناء المجتمع والإنسان .<sup>3</sup>

<sup>1</sup>-علي الشطي ، المرجع السابق ،ص13.

<sup>2</sup>-التجاني مياطة: المرجع السابق، ص157.

<sup>3</sup>-إلياس فرح : دور الثقافة في المجتمع العربي والمعاصر ، الطبعة العربية في تونس ، 1986،

ولا يقتصر مفهوم الثقافة على الأدب والقصاص بل امتد ليشمل جميع شؤون الحياة العلمية والطبية والاجتماعية وغيرها ، فالشخص المثقف شخص ملم بأمور كثيرة ومتعددة وكانت الثقافة الشعبية هي لسان حال الإنسان الذي إكتسبها من خلال مجتمعه<sup>1</sup> .  
فالثقافة أهمية كبيرة بالنسبة للمجتمع وبالنسبة للأفراد من ناحية أخرى فهي :

1. تكسب أفراد المجتمع شعور الوحدة وتهيئ لهم سبل الحديث والعمل دون اضطراب
2. مدهم بمجموعة من الأنماط السلوكية فنيا تتعلق بإشباع حاجاتهم البيولوجية من مأكلا ومشرب وملبس ليحافظوا على بقائهم واستمرارهم
3. تقدمهم بمجموعة القوانين والأنظمة التي تتيح لهم سبل التعاون والتكيف مع المواقف الحياتية وتسير سبل التفاعل الاجتماعي
4. تقدم للفرد مجموعة من المشكلات التي أوجدت لها الحلول المناسبة وبذلك توفر عليه الجهد والوقت
5. تجعل الفرد تقدر الدور التربوي الذي قامت به ثقافته حق التقدير خاصة إذا اختبر ثقافة أخرى غير ثقافته<sup>2</sup> .
6. تقدم للفرد تفسيرات تقليدية مؤلوفة بالنسبة لثقافته ويستطيع أن يجدد شكل سلوكه على ضوءها فهي توفر له المعاني والمعايير التي بها يميزون بين الأشياء والأحداث صحيحة كانت أو خاطئة ، وهي أيضا تنمي لدى الفرد شعورا بالإنتماء ، فتربطه بمجتمعه رابطة الشعور الواحد
7. تعد الثقافة الشعبية أحد أسباب التماسك الاجتماعي معي من صنع أفراد المجتمع وهي لا تنفع الإنسان إلى أن يكون سوريا أو غير سوي بل يعتمد في ذلك على

---

<sup>1</sup> - إلياس فرح : المرجع السابق. ص 16.

<sup>2</sup> - أرمان ماتلار: التنوع الثقافي والعولمة ، تر خليل أحمد خليل ، دار الفارابي، ط1، 2008 ، بيروت ، ص 78 .

درجة وعي كل فرد بالمؤثرات الثقافية ونوع استجابته لها ، وحمود الثقافة وحيوتها سعيدان لمدى فاعلية أفرادها ونوع الوعي المتوفر لديهم<sup>1</sup>.

8. تعد الثقافة الشعبية صناعة قابلة للاستهلاك المحلي بالقدر نفسه من قابليتها للعبور إلى المجتمعات الأخرى تفاعلا واستهلاكا فهي تدخل باعتبارها عنصرا هاما من الثقافة المجتمعية ، لذلك أنها تستعود على عقول العامة من الناس، وهم الأكثرية الساحقة في كل مجتمع، وهي الأكثر سهولة في الحركة والأكثر قدرة على التفاعل<sup>2</sup>.  
و من هنا نرى أن للثقافة الشعبية أهمية بالغة وكبيرة باعتبارها مرآة عاكسة للشعوب لأنها تعالي العاطفة والوجدان قبل محاكاتها للعقل ، وتعبر عن آماني الناس وأحلامهم ، وتحمل تطلعاتهم وتحقق أحلامهم في الحرية والعيش الكريم وتساعدهم . وتقوم مقامهم في محاربة الظلم.

#### 6. خصائص الثقافة الشعبية :

من التعريفات المختلفة للثقافة الشعبية نستنتج أن لها عدة خصائص تميزها عن غيرها من الظواهر الاجتماعية الموجودة في المجتمع تذكر من هذه الخصائص ما يلي :

1- الاستمرارية : باعتبار الثقافة الشعبية إرث اجتماعي يتعلمه الإنسان عن طريق التنشئة الاجتماعية ، وهذا ما يجعل السمات الثقافية : كالفنون والتقاليد والآداب يمكنها الاحتفاظ بكيانها لعدة أجيال<sup>3</sup>.

2- إن الثقافة كلّ معقد : باعتبارها تشمل مختلف مناحي الحياة. الاجتماعية لارتباطها بالواقع المجتمعي للإنسان ، كما نعكس في ذات الوقت درجة التطور الحضاري الذي بلغه

---

<sup>1</sup> - أرمان ماتلار ، المرجع السابق، ص 18.

<sup>2</sup> - عاطف عطية : الثقافة الشعبية العربية بين السرد الحكائي في الأدب الشعبي ، ط1 ، 2016 ، لبنان ، ص 7.

<sup>3</sup> - سيد اسماعيل ضيف الله : الآخر في الثقافة الشعبية ، دط، 2001، ص32.

الإنسان وما حققه من مكتسبات ، فالإنسان هو الكائن الوحيد الذي يستطيع نقل ما اكتسبه من عادات وتقاليد وطرق للفكر والسلوك إلى أقرانه و بني جنسه .<sup>1</sup>

**3 - مكتسبة :** تكتسب الثقافة الشعبية بطرق مقصودة بالتعلم أو عرضية من الافراد الذين يتفاعل معهم ويعيشون حوله منذ ولادته كأسرته وأقرانه وغيرهم من الذين يخالطهم .

**4- انتقالية أو التوارث الجيلي :** إن انتقال الثقافة من جيل إلى جيل وتوارثها يختلف عن توارث الصفات الجسمية حيث تتم تمريرها من جيل إلى جيل عن طريق القصص والتقاليد الشفهية و التجارب الحياتية ويعتبر هذا التوارث الثقافي جزءًا ها ما من هوية المجتمع الشعبي.<sup>2</sup>

**5- الإنتشار العالمي :** يمكن أن تنتشر الثقافة الشعبية على مستوى عالمي، ويتم تبادل العناصر الشعبية بين المجتمعات المختلفة وتأثيرها على بعضها البعض، وسياهم التواصل العالمي ووسائل الإعلام الحديثة في انتشار العناصر الثقافية الشعبية.

**6- التغير والتطور المستمر:** تتغير الثقافة الشعبية بمرور الوقت وتتطور لتلبية احتياجات المجتمع وتطلعاته وينعكس ذلك في التغيرات في الموسيقى والفن والأزياء والتقاليد الشعبية الأخرى.<sup>3</sup>

**7- تغير عن الثقافة المحلية :** تعكس الثقافة الشعبية العادات والتقاليد والقيم التي تنتمي إليها المجتمعات الشعبية ، تتجلى هذه العناصر في الموسيقى والفن والأدب والأزياء والرفض والعادات الشعبية الأخرى .

**8 - الارتباط بالمجتمع الريفي :** غالبا ما تكون الثقافة الشعبية مرتبطة بالمجتمعات الريفية وتغير عن تجاربها وحياتها اليومية ويتم استخدام المواد البسيطة والمتاحة في البيئة المحلية لإنتاج الفن والموسيقى والحرف اليدوية التي تعبر عن ثقافة هذه المجتمعات .

<sup>1</sup> - الجليلي الغرابي : دراسات في الثقافة الشعبية ، دار الكتب العلمية، لبنان ، د ط ، 1791، ص 5.

<sup>2</sup> - سيد اسماعيل ضيف الله : المرجع السابق، ص 32 .

<sup>3</sup> - المرجع نفسه ، ص 27.

9- السكن الشعبي كمرآة الثقافة : يمكن رؤية العناصر الثقافية للمجتمع الشعبي في بنيته

المعمارية وتصميمها يعكس السكن الشعبي طريقة حياة المجتمع وقيمه واحتياجاته الثقافية

10- التطور والتغير : تتأثر الثقافة الشعبية بالتغيرات الاجتماعية والبيئية ، يتم تكييفها

وتغيير تفصيلاتها وفقا للظروف والتحولت في المجتمع ، ويمكن أن تظهر أصناف جديدة من الفن والموسيقى والتقاليد وتنتشر بسرعة في المجتمع.

11-إنسانية : الثقافة الشعبية ظاهرة تخص الانسان فقط لأنها نتاج عقلي ، والإنسان يمتاز

عن باقي المخلوقات بقدرته العقلية وإمكاناته الإبداعية ولا يشارك الإنسان في هذه الظاهرة أي من المخلوقات الحية .<sup>1</sup>

## II. النباتات:

### تمهيد:

يعتبر النبات عالما قائما بذاته وفرع من فروع العلوم الطبيعية . و علم الأحياء الذي

اهتم هذا الأخير كثيرا بدراسته و مازال دارسوه إلى حد اليوم يجتهدون في كشف خصائصه .

و بعد قطع أشواط كثيرة من البحث والدراسة قاموا بتقسيم النباتات إلى عدة أقسام مختلفة

من حيث تشريحها تصنيفها وبيئتها ، فتتبت النباتات من بذرة تتوافر لها عدة شروط لتحافظ

على حياتها ، فهي كائنات حية تعيش وتحيا و تتنفس بل وتحس أيضا تحزن و تسعد.

أما بالنسبة لاستعمالاتها، فإننا لو رجعنا بالزمن إلى القدم لوحدنا أن الإنسان الأول في

عصور ما قبل التاريخ كانت له عدة محاولات في التعرف على النباتات سواء التي تصلح

منها للأكل أو تلك السامة التي تحمل العديد من الفوائد الطبية ، وهذا كله يدل على أن

النبات كان من أوائل المجالات البحثية التي اهتم بها البشر في حياتهم.

<sup>1</sup> - ميكل تومسون ، ريتشارد إليس، آرون فليدا فسكي : نظرية الثقافة ، تر علي السيد الضاوي ،

المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب ، الكويت ، د ط ، 1997 ، ص 20.

و مع مطلع القرنين 19 و 20 تطورت الوسائل في دراسة النيات بشكل كبير ، حيث اعتمد العلماء على تقنيات حديثة أهمها المجهر البصري لدراسة الخلايا الحية ، أما المجهر الإلكتروني للتفاصيل الدقيقة فيه ، وفي نهاية القرن 20 م اعتمدوا على تقنيات أخرى وهي التحليل الوراثي مثل علم الجينوم وعلم البروتيوميات وتحليل تسلسل الحمض النووي الذي ساهم في تصنيفه، ثم توسع علم النبات الحديث ليشمل عدة مجالات في العلوم والتكنولوجيا أهمها توفير الأغذية الأساسية إنتاج المواد مثل الأخشاب الزيوت العطور المطاط الألياف الأدوية البستنة ، الزراعة ، وإدارة الغابات بالإضافة إلى توليف المواد الكيميائية ، ومواد الخام للبناء وإنتاج الطاقة

## 1. تعريف النباتات .

أ. لغة :

تنت تَبْنَا ، من باب قتل والاسم : النبات. وأنبته الله بالألفا في البعدية، وأثبت في اللزوم لغة، وأنكرها الأصمعي وقال : لا يكون الرباعي الا متعديا فيقال أنبته الله ، ثم قيل لما ينبت نبت ونبات ، وأنبت العُلامُ انبأناً أشعرَ والجارية مثله . ونبت الرجل الشجرة بالنتقيل غرسه.<sup>1</sup>

ب. اصطلاحا :

تعتبر النباتات كائنات حية تتكون من الخلايا، فهي تحتاج إلى الهواء والماء والترربة وضوء الشمس لتعيش وهي لا تستطيع التحرك من مكان إلى آخر. ولكن أوراقها تتحرك لتلتقط حرارة الشمس وجذورها تتحرك نحو الماء يمكن لبذورها أن تحمل بواسطة الحيوانات أو أن تطير بواسطة الرياح ، نحصل على الغذاء من عمل الأجزاء المختلفة للنبتة : الأزهار

<sup>1</sup> - أحمد بن محمد بن علي الفيومي المقرئ : المصباح المنير معجم عربي عربي، دار الحديث ،

القاهرة، مج 1 ، 2008 ، ص 319.

الثمار، الخضروات ، البذور، الجذور السياق والأوراق ، ويمنحنا العشب مكانا رائعا ومريحا للمشي، بعض النباتات تمتحنا الدواء، وتستعمل الأشجار لصناعة و الأثاث.<sup>1</sup>

كما تعد النباتات هي مجموعة رئيسية من الكائنات الحية و تشتمل علي نحو 300 ألف نوع ومن أمثلتها : الأشجار ، الازهار الاعشاب . الشجيرات و الحشائش وأيضا السراخس.<sup>2</sup>

وكذلك تعتبر النباتات مصطلح شائع ليس له دلالة مباشرة على نظام تصنيفي معين أو أشكال حياة خاصة أو تركيبات أو خصائص نباتية أو جغرافية محددة. يشتمل مصطلح النباتات على غابات الخشب الأحمر البدائية و السراخس.

وحقول القمح والسيانين المزروعة، والعشب الطبيعي وغير ذلك من الأصناف الأخرى .

إن النباتات الطبيعية تعني مجموع النباتات و الأشجار المزينة للمشهد الطبيعي لمكان معين قبل ان تظاله يد الإنسان بالتغيير لغرض الفلاحة ، وهو أيضا مصطلح أوسع دلالة من مصطلح الغطاء النباتي، وقد أصبحت النباتات تحظى باهتمام كبير لأنها عنصر محوري في الصحة والسلامة البيئية.<sup>3</sup>

## 2. علاقة الانسان بالنباتات :

### أ. من الناحية العلمية :

عرف الإنسان النباتات منذ أقدم العصور واستعملها. لعدة أعراض وفي نعتبر:

1. غذاءا للإنسان والحيوان ، حيث تحتوي على الكربوهيدات والفيتامينات والاصلاح

والدهون والألياف والأحماض ويحتوي بعضها على البروتين.<sup>4</sup>

2. مصدر رزق للمزارعين الذين يمتنون مهنة الزراعة ( الفلاح )

<sup>1</sup> - موسوعة الأطفال و النباتات: دار البدر للطباعة ، ط1، 2017م ، ص 04.

<sup>2</sup> - مي محمد الوحش :موسوعة علم النبات ، دار دجلة ، عمان ،دط ، 2008 ، ص 05 .

<sup>3</sup> - بخوش صالح : علم النبات دار الهدى ، الجزائر ، دط ، دت ، ص 05.

<sup>4</sup> - الموسوعة العلمية المبسطة ( النباتات ) ، وزارة الثقافة ، دط ، دت ، ص 34

3. مصدر رئيسي للأدوية لعلاج الإنسان كذلك العطور

4. لها مجالات صناعية وحرفية عديدة منها : صناعة الثياب والقطن والكتان ، ومنها ما يستعمل في صناعة الورق والأصباغ والزيوت والأنسجة ، وتعتبر الأشجار أحد مصادر مواد البناء.<sup>1</sup>

5. تعتبر النباتات عموماً المصدر المتجدد للأوكسجين في الأرض وذلك نعمة من الله تعالى بأن مكنها من تحويل غاز ثاني أكسيد الكربون إلى غاز الأوكسجين الذين نتنفسه.

6. تعمل على حماية الأرض من التصحر ومن انحراف التربة ووجودها البيئي ضروري جداً للمحافظة على العديد من الحيوانات على خطر الانقراض.<sup>2</sup>

ومنه نستنتج أن للنباتات فوائد كثيرة للإنسان منها ما هو خاص بالغذاء والعلاج والصناعة ومنها ما هو خاص بالبيئة والطبيعة. وبعد النباتات أيضاً جزء لا يتجزأ من حياة الإنسان منذ العصور القديمة وهي ليست مجرد مصدر للغذاء و الدواء والمأوى فقط بل تتجاوز ذلك لتشكّل عنصراً حيوياً في نسيج المجتمعات وثقافتها المختلفة وتكمن هذه الأهمية في مختلف جوانب الحياة الشعبية من المعتقدات والممارسات والعادات اليومية والى الفنون والآداب حيث تكتسب النباتات دلالات رمزية ووظيفية عميقة تعكس علاقة الإنسان ببيئته الطبيعية وتراثه الحضاري.

#### ب - من الناحية الروحية :

أما من الناحية الروحية فنجد أن الإنسان قديماً كانت له علاقة روحية بالنباتات. مثلاً في الفكر الطومني ، والطومنية هي ديانة مركبة من الأفكار والرموز والطقوس تعتمد على العلاقة بين جماعة إنسانية ورمز معين يسمى الطوم والطوم كما يحدد Ferguson

<sup>1</sup> - بخوش صالح : المرجع السابق، ص 34

<sup>2</sup> - سوار عبد اللطيف عويضة : موسوعة علم الأحياء، دار دجلة ، عمان ، دط ، دت، ص 49

يمكن أن يكون طائراً أو حيوان أو نبات أو ظاهرة طبيعية أو مظهر طبيعي، مع اعتقاد الجماعة بالإرتباط به روحياً كأن تتخذ القبيلة مثلاً نباتاً معين كرمز طوطمي لها.<sup>1</sup>

كذلك نجد أن الإنسان استخدم النباتات في السحر والشعوذة لما لها فيها من أثر وفاعلية في أعمال السحر وإبطاله ، حيث نجد أنواعاً كبيرة من النباتات تستخدم في كثير من الأعمال والعلاجات السحرية، وهذه المخلوقات السحرية هي سحرية فعلاً لأن فكرة وجودها وخلقها في حدّ ذاته لم يكن عبثاً وتأثيرها غاية في القوة وله مفعول السحر في كل شيء ، فهي أكبر مكون للطاقة على هذه الأرض ونجد قديماً أن وجود النباتات من وجود آدم عليه السلام، ومن أهم النباتات التي يستخدم في السحر في اعتقادهم هو البصل يستخدم مأوّه للكتابة الأعمال الشر والبعوض والفرقة لجلب الخادم ، وفي المقابل هناك استخدامات للنبات في أعمال الخير، ونجد أيضاً نبات الحنظل كانوا يستخدمونه قديماً في الشعوذة .

إضافة إلى الثوم والريحان والشيخ وغيرها من النباتات، لأن في اعتقادهم أن كل نبات خادم من الجن والشياطين.

كذلك نجد أن هناك نباتات تزيل الطاقة السلبية والشعور بالكسل والإرهاق وتجلب الطاقة الإيجابية و الحيوية وتجعل جو المنزل مريح وهادئ منها : الصنوبر والفيجل، خاصة البيوت المسكونة، فيعتقد أنه لن تبقى الروح في ذلك المنزل وهناك نباتات تستخدم كتمايم وعقد لقطع الأمراض وقطع التابعة.

وهناك نباتات تساعد على نشر الصفاء الروحي مثل الورود والزهور وهي معروفة حتى في علم النفس ففي اعتقادهم. أنها تصلح بين المتخاصمين وتحد من الغيرة بين الناس وكذلك تقدم كهدايا بين الأحبة أو تقدم في زيارة المرضى حيث يجعل المريض يشعر بالراحة والسعادة ويجلب له طاقة الشفاء وقوة الإرادة في مكافحة المرض وهي عادة قديمة ،بالإضافة إلى أن هناك نباتات في اعتقادهم تجلب طاقة الرزق والمال وهناك من كان يقيم

---

<sup>1</sup> - زينب عبد التواب رياض خميس : الطوطمية بين السحر و الدين في عصور ما قبل التاريخ بإفريقيا، مجلة العلوم الاجتماعية و الانسانية ،2018، ص5

النباتات أيضا في الجوائز فقد تتمتع بالعديد من التقاليد الدينية والثقافية بتاريخ طويل وحافل في دعم هدايا الزهور الجنازية ولكن ليس كل الأديان.

نستنتج أن علاقة النباتات بالإنسان بمثابة تأصيل وتأكيد لأصالة الشعب وأن تعامل الانسان مع محيطه النباتي من حوله هو تعامل له وجود تاريخي<sup>1</sup>.

### ج. النباتات في القرآن الكريم والسيرة النبوية :

لقد ذكر القرآن الكريم النباتات في العديد من الآيات وهذا دلالة على وجود الله وقدرته و شهادة على علمه و حكمته ، إن الله تعالى وحده من خلق السماوات والأرض و هو سبحانه من أنزل الغيث للعباد لينبت النبات و الشجر في قوله تعالى { و أنزل من السماء ماء فأخرجنا به أزواجا من نبات شتى} (سورة طه، الآية 53 ) ويقصد بقوله أزواجا من نبات شتى أي ثمار و زروع مختلفة الألوان و الأشكال و الطعوم و الروائح و المنافع أما في السيرة النبوية فيمكن القول أن النباتات كانت لها مكانة خاصة إذ ارتبطت بحياة النبي (ص) و أصحابه فكانت مصدرا للغذاء والدواء و التأمل في خلق الله لقوله صلى الله عليه وسلم" ما من مسلم يغرس غرسا أو يزرع زرضا فيأكل منه طير أو انسان أو بهيمة إلا كان له به صدقة"

ومن النباتات التي تصدرت أسماؤها في القرآن الكريم والسيرة النبوية نذكر منها:

1. **العنب** و هو من ألد انواع الثمار و أكثرها فائدة و فاكهه من فواكه الجنة ذكر إحدى

عشرة مرة في السور منها: سورة عبس في قوله تعالى [وعنبا و قضبا] الآية 28

2. **التين والزيتون** و هما شجرتان أقسما بهما الله عزّ وجل في قوله: { والتين والزيتون}

( سورة التين ، الآية 1 )

وقد ذكر التين مرة واحدة أما الزيتون فذكر خمس مرات و وصف الله شجرة الزيتون بأنها شجرة مباركة و جعل في ثمارها و ما يخرج منها زيت خيرا كثيراً.

<sup>1</sup> [https // www. Threeleaffarm.com](https://www.Threeleaffarm.com). 01.06.2025/09:00

3. النخيل: و هو من أكثر النباتات التي ذكرها الله سبحانه وتعالى في القرآن الكريم و ذكره إثنين و عشرين مرة.

قال الله تعالى: [ و زروع و نخل طلعتها هضيم] (سورة الشعراء ،الآية 148) و يقصد بقوله طلعتها هضيم أي ثمار النخل و هي التمر ناضجة و كثيرة الحمل بحيث قد يتراكب بعضه على بعض و قد حدثنا الرسول (ص) عن فوائد التمر العامة فقال (ص) : "من تصبح سبع تمرات عجوة لم يضره ذلك اليوم سم ولا سحر" و أن التمر من الأطعمة التي يجب أن تكون في كل منزل لأن وجوده يضمن أن أهله لن يفتقروا للغذاء في قوله صلى الله عليه وسلم: [ بيت لا تمر فيه جياع أهله] كما أوصى به للمرأة الحامل أثناء فترة حملها فقال (ص) : [ اطعموا نساؤكم التمر البرني في شهرها الذي تلد فيه فإن ولدها يكون حليما تقيا]

و البرني هو نوع من اجود انواع التمر و حث أيضا على تناوله في فترة النفاس أي بعد الولادة و ذلك لفوائده الصحية التي تساعد على استعادة صحة الأم و الطفل معا.

4. اليقطين: وهو نبات يحتوي على عناصر غذائية عديدة تحافظ على صحة الإنسان و قد ورد ذكره في القرآن الكريم في قوله: [ و انبتنا عليه شجرة من يقطين] (سورة

الصافات، الآية146)

عندما ألقى سيدنا يونس في بطن الحوت فانبت الله له عز وجل شجرة من يقطين لتضله و تحميه من الأمراض.

السدر من الأشجار التي تستخدم أوراقها و ثمارها في معالجة الكثير من الأمراض ذكر أربع مرات في السور قال تعالى: [ في سدر مخضود] (سورة الواقعة ،الآية 28)

و السدر المخضود هو شجر السدر الذي أزيل شوكة فأصبح ذا تمر طيب و وفير بالإضافة إلى الظل الوارف الذي سيتعم به أصحاب اليمين في الجنة.

5. الأثل و الخمط: و قد ذكر في قوله: [ و بدلناهم بجنتيهم جنتين ذواتي أكل خمط و

اثل]

(سورة سبأ، الآية 16)

الخمط ذات ثمر مر الطعم لا يؤكل و الأثل هو شجر الطرفاء لا ثمر له يعاقب به الله من يكفر بنعمته و يحول نعمهم إلى نقم

6. الثوم ،البصل ، العدس ، البقل و القثاء في قوله تعالى: [ بقلها و قثائها و فومها و

عدسها و بصلها](سورة البقرة، الآية 61)

وهي انواع الاطعمة التي طلبها قوم موسى من نبيهم ليدعو لهم ربه من أجل أن يخرج لهم أنواعا من النباتات كالبقول و القثاء و الثوم و البصل و العدس معبرين عن مدى استيائهم من تناول طعام واحد.

7. الحب و السنابل: الحب هو البذور و السنابل هي اجزاء النباتات التي تحمل البذور

مثل القمح و الشعير وهما أيضا مذكوران في القرآن الكريم في قوله تعالى: [مثل

الذين ينفقون أموالهم في سبيل الله كمثل حبة انبتت سبع سنابل في كل سنبله مئة

حبة ] (سورة البقرة، الآية 261)

وهنا شبه الله عزّ وجلّ الذين ينفقون أموالهم في سبيل الله بالحبة التي زرعت سبع سنابل كل سنبله مئة حبة و يقصد بقوله تضاعف أجر الإنفاق في سبيل الله

8. الريحان: و قد ذكر في القرآن الكريم مرتين في قوله عز وجل: [و الحب ذو العصف

و الريحان] (سورة الرحمن، الآية 2)

وهنا يشير الله عزّ وجلّ في هذه الآية إلى النباتات ذات الرائحة الطيبة مثل الريحان

9. الكافور: ذكر الكافور مرة واحدة في القرآن الكريم حيث يقول الله تعالى: [ إن الأبرار

يشربون كن من كأس كان مزاجها كافورا] (سورة الإنسان، الآية 09)

وهنا يشير إلى أن أهل الجنة سيشرّبون شرابا ممزوجا بالكافور المعروف برائحته

الطيبة و الكافور في القرآن الكريم رمز للنعيم و الراحة التي سينعم بها أهل الجنة.

10. الزنجبيل: ذكر مرة واحدة في القرآن و يستخدم كإضافة رائحة للطعام يشفي من أمراض كثيرة و يقدم أيضا كشراب فقال الله تعالى: [ ويسقون فيها كأسا كان مزاجها زنجبيلا] ( سورة الإنسان، الآية 17 )

وهنا يشير أيضا إلى أن الزنجبيل هو أحد المكونات التي سيتم خلطها في شراب سيقدم لأهل الجنة.

ومن خلال ما تم ذكره نستنتج أن تنوع النباتات من أشجار مثمرة و أعشاب ونباتات برية له دلالات خاصة في القرآن الكريم والسيرة النبوية و أهمية كبيرة من حيث أنه مصدر أساسي للغذاء و وسيلة تستخدم للعلاج و رمز للبركة و الخير و جزء من الطبيعة التي تذكرنا بنعم الله تعالى على عباده.

### 3. تصنيف النباتات والأعشاب حسب مكان تواجدها:

1. النباتات والاعشاب من الحقول الزراعية : وهي بدورها تنقسم إلى ثلاثة اقسام حسب عمر النبات وصفة الدوام ونجد منها:

أ. الاعشاب الحولية : هي نباتات عشبية فترة حياتها محدودة لموسم نمو واحد تنمو وتزهر خلاله وتتعدد زراعتها سنويا وقد سميت بالحولية نسبة إلى الحول أي العام، حيث أن دورة حياة النباتات تنم في حول أو أقل، وفي جميع الحالات لا تتعدى دورة حياتها العام الواحد.<sup>1</sup>

أمثلة عن النباتات الحولية : إبرة المراعي، أذريون الحدائق. البابونج ، بساط الملوك ، الجرجير ،الجنين الريحان، الشجرة مريم ،الشدقورة ، الطرخشقون ، عاقر قرحا ، القراص، لسان الثور

<sup>1</sup> - بخوش صالح : المرجع السابق، ص 06 .

ب. الأعشاب المعمرة : هي نباتات تزيينية تعيش أكثر من حولين أو موسمين زراعيين ونجد من النباتات المعمرة ما يعيش السنوات عديدة وهي نباتات ذات أزهار متباينة وتنمو هذه النباتات وتزهر في فصل الصيف والخريف.<sup>1</sup>

أمثلة عن النباتات المعمرة : البرواق . الزعتر، المردقوش النجيل ، النعناع ، الهندباء البرية - الوزال، كزبرة البئر.

ج. الاعشاب المتخشبة : مثل: اكليل الجبل - توت العليق الخزامى، العينون، القصعين  
2. النباتات والأعشاب من الجبال والأحراش :

تحتوي على فرعين هما :

أ. الشجيرات الغابية:

مثل : الدفلى ، الرند ، الزعرور الشائك، الضرو، القطلب، الكبار، الورد ، الاس. الخليج

ب. الاشجار الغابية: هي نباتات خشبية يزيد طولها عن 30 قدم تنمو بشكل عام على اليابسة لها جذور وساق وفروع أمثلة من الاشجار الغابية:<sup>2</sup> البلوط، الحروب - الدردار، الصفصاف، الصنوبر العرعر

3. النباتات والأعشاب من الحدائق المنزلية والبساتين:

أ. البذور العطرية : مثل البقدونس ، الشمر، الكرفس ، الكسبرة ، الكروية ، الينسون، الكمون، الحلبة ، الحبة السوداء.

ب . الخضراوات والبقوليات:

أمثلة عن الخضراوات : البصل ، الكرات ، الثوم ، الطماطم ، البنجر ، القرع ، الملفوف  
أمثلة عن البقوليات = لوبياء - ترمس.

ج . الاشجار المثمرة : مثل : التفاح، التوت ، التين ، الجوز، الليمون، المشمس، الزيتون ، الرمان، العنب ، السفرجل ، الكشمري.

<sup>1</sup> - بخوش صالح، المرجع السابق: ص 32

<sup>2</sup> - سوار عبد اللطيف عويضية : المرجع السابق ، ص 54

#### 4. مميزات النباتات :

للنباتات مميزات عديدة ومتنوعة نذكر منها :

1. هي مخلوقات حية ذات نواة حقيقية
2. أجسامها عديدة الخلايا
3. تقوم بعملية البناء الضوئي لاحتوائها على الصانعات الخضراء التي تحتوي على الكلوروفيل
4. لخلاياها جذور خلوية مركبة من مادة السيليلوز
5. عديمة الحركة في أغلب الأحيان
6. تعيش في بيئات مختلفة على اليابسة وعلى الماء العذب والمالح

## الفصل الثاني : النباتات في الثقافة الشعبية الطائفية

## تمهيد

لقد اهتم الإنسان قديما وحديثا على المصادر الطبيعية. النباتية منها خاصة من أجل التداوي والتحميل و الصناعة والغذاء ، وتتميز النباتات الطبية والعطرية بالرائحة النفاذة والطعم المميز ، كما تستخدم النباتات العطرية لإعطاء والنكهة للغذاء وفي نفس الوقت تستخدم لفوائدها الطبية المتنوعة حيث استعملت في بعض النباتات في الحفاظ على جودة الغذاء وتحسين طعمه وحفظه وذلك لاحتوائها على مركبات طيارة التي للمأكولات الطعم والرائحة و كمواد حافظة في الصناعات الغذائية ، إضافة إلى خصائصها المضادة للبكتيريا والمضادة للأكسدة.

وفي منطقة الطارف إزدادت الاهتمام بالنباتات والرجوع إلى الطبيعة لمعالجة الكثير من الأمراض فالأدوية ثم إنتاجها في عصرنا الحالي فقط بينما تعامل أجدادنا على مدى عصور كثيرة مع الأعشاب الطبية وغيرها من العلاجات التقليدية، فلا يوجد أي بيت في منطقة الطارف يخافو من وجود النباتات الطبية كالزعرتر والنعناع والحلبة، ولا يوجد فرد من أفراد مجتمعنا لم يجرب التداوي بالأعشاب وتباع في الأسواق الاسبوعية أو على الأرصفة أوفي محلات خاصة لبيعها تسمى العطار أو ( العشاب ) التي انتشرت في الآونة الأخيرة انتشارا ملفتا

وقد تطرقنا في هذا الفصل إلى احصاء عدد معين من النباتات التي تنبت في منطقة الطارف وحددنا استعمالاتها في الثقافة الشعبية من حيث الجانب المادي واللامادي



### III. النباتات المستخدمة في الثقافة الشعبية الطارفية

#### 1. الزعتر :

الاسم العلمي : *Thymus vulgaris*.

**الزعتر** : وهو السعتر ويسمى الصعتر ، وهو نبات مشهور من الفصيلة الشفوية ، و يكثر بصفة عامة في مدينة الطارف و يطلق عليه صفة **مفرح الجبال** لأنه يعطر الجبال برائحته الزكية و له رائحة عطرية قوية و طعمه حار، مر قليلا، و للسعتر نوعان بري و نوع اخر يزرع<sup>1</sup> وهو من الأعشاب المعمرة<sup>2</sup> يرتفع لحوالي 60 سم ، أوراقه خضراء متطاولة متقابلة، تتجمع الزهرة في اخر الساق لونها بيضاء الى وردية<sup>3</sup> ينتشر بكثرة في ولاية الطارف حيث تتوفر الرطوبة الكافية

#### استعمالات الزعتر في الثقافة الشعبية

##### أولا: الثقافة المادية

#### 1. استعمالاته في الطب البديل :

- الأجزاء المستعملة طبيا: كل النبات ما عدا الجذور، و تجمع عادة في الصيف او اخر الربيع عند الازهار.

- المواد الفعالة: زيت طيار، أصفر اللون، قوي الرائحة يحتوي على مواد مطهرة (الكاربول فينول) لها فوائد طبية مثل: طرد الغازات، إزالة المغص و يحتوي على مواد مطهرة و مزيلة للألم<sup>4</sup>

للزعتر فوائد علاجية متنوعة نذكر منها:

<sup>1</sup>- مي محمد الوحش: المرجع السابق ، ص 95.

<sup>2</sup>- عبد النور حسان: النباتات و الاعشاب الطبية، دار نوميديا ، دط،2008،ص54

<sup>3</sup>- المرجع نفسه ، ص 55

<sup>4</sup>- إدريس رمضان: الصيدلية المنزلية من الاشربة و الاعشاب الطبيعية الطبية، دار عوادي ،عين البيضاء، ط3، 2019، ص68.

**الشعب الهوائية:** عند غلي الزعتر و تحليته بالعسل فإنه مفيد للالتهاب الشعب التنفسية خاصة السعال الديكي<sup>1</sup>

و إذا طبخ بالزيت و الكمون و طلى به البدن للبرد و الرياح.<sup>2</sup>

**إدرار الحيض:** يستعمل شرب الزعتر المغلي بعد تبريده لإدرار الحيض عند تأخر الدورة الشهرية عند النساء.

**للصداع:** شرب الزعتر المحلى بالعسل لعلاج الصداع و الشقيقة

**للأورام:** إذا خلط مع العسل و طليت به الأورام حلها

**لعلاج اللثة ووجع الأسنان:** يعتبر الزعتر منشطاً ممتازاً لجلد الرأس و يمنع تساقط الشعر و يكتفه و ينشطه، و مضغه ينفع في وجع الأسنان و التهابات اللثة خاصة إذا طبخ بالقرنفل في الماء، ثم يتمضمض به بعد أن يبرد، كما أنه يقي الأسنان من التسوس خاصة إذا مضغ وهو أخضر.<sup>3</sup>

**مضاد للأكسدة:** يحتوي الزعتر على مواد مضادة للأكسدة

التهابات الحلق و الحنجرة والقصبه الهوائية: يعمل على تنبيه الأغشية المخاطية الموجودة في الفم و يقويها.<sup>4</sup>

**مكافح للجراثيم:** يعتبر مطهر يمنع تكاثر الجراثيم فهو يوصى به للاستعمال الخارجي لتنظيف و تطهير الجروح و القروح كذلك و يعالج التهاب الجهاز التناسلي يعالج السيلان الأبيض.

**الكساح عند الاطفال:** عند طبخه ووضعه في إناء كبير و تحميم الاطفال به فإنه مفيد للكساح بإعتباره مهدئاً للآلام الروماتزمية و النقرس و التهاب المفاصل

<sup>1</sup> - إدريس رمضاني، المرجع السابق، ص 68

<sup>2</sup> - علي خلدون : المرجع السابق، ص 51

<sup>3</sup> - مي محمد الوحش : المرجع السابق، ص 98

<sup>4</sup> - المرجع نفسه : ص 97

**عرق النسا:** عند خلطه مع العسل و طليت به المنطقة التي بها الالم فإنه ينفع.  
**تشقق حلمة الثدي:** عند غلي الزعتر و تصفيته يستعمل ككمادات حول حلمة الثدي  
المتشققة.<sup>1</sup>

**فاتح للشهية:** الزعتر يعمل على تنبيه المعدة و طرد الغازات و يمنع التخمرات و يساعد على الهضم و امتصاص المواد الغذائية و طرد الفطريات من المعدة و الأمعاء، و يزيد في الشهية للطعام لأنه يحتوي على مادة الثيمول التي تعمل على قتل الميكروبات و مادة الكارفكرول وهي مسكنة و مطهرة و طاردة للبلغم و مضادة للنزيف و الاسهال و هو طارد للديدان فان زيتة يقتل الاميبا المسببة للدوسنتاريا وهو يزيد في وزن الجسم لأنه يساعد على الهضم و امتصاص المواد الدهنية و قد يسبب الامساك لذا يفضل أخذه مع زيت الزيتون.<sup>2</sup>

## 2. استعمالات الزعتر في الصناعة:

يستخدم الزعتر في بعض الصناعات منها وضعه في بعض محاليل التي تبخر به المنازل لطرده الناموس و الذباب ومختلف الحشرات الضارة<sup>3</sup>، كذلك يضاف الى المواد الغذائية المعلبة من علب السمن و ذلك لاحتوائه على مضادات الأكسدة ليمنع الأكسدة بدلا من إضافة مواد صناعية قد تضر بصحة الإنسان.<sup>4</sup>

## 3. استعمالات الزعتر في الطبخ:

الزعتر ملطف للأغذية و اذا وضع مع الخل لطف اللحم و أكسبها طعما لذيذا، كذلك يعتبر منبه للذاكرة فقد أكد السلف السابقون على أهمية إضافته للطعام او تناوله كسندويتش مع زيت الزيتون صباحا قبل الذهاب الى المدرسة لاعتقادهم بانه منبه للذاكرة و يساعد الطالب على سرعة استرجاع المعلومات المخزنة و سهولة الاستيعاب.

<sup>1</sup> - إدريس رمضاني : المرجع السابق ، ص 69

<sup>2</sup> - مي محمد الوحش : المرجع نفسه ، ص 96

<sup>3</sup> - إدريس رمضاني : المرجع السابق ، ص 69

<sup>4</sup> - المرجع نفسه ، ص 70



## 2. الخبيزة : Malvaceae

### الإسم العلمي: Malva sylvestris

الخبيزة هو نبات من فصيلة الخبازية ومنه أنواع برية، وأخرى تزرع لزهرها الوردي أو البنفسجي، وتحتوي أوراقه على مواد هلامية ومواد قابضة، وقليل من المواد الدابعة، وهي عشب حولي يتراوح ارتفاعه ما بين 10 إلى 30 سم ، وأوراقه مستديرة أو كلوية الشكل . غائرة التفصيص ، ذات حواف مسننة راحية التعرق لها عنق طويل و ازهار صغيرة ذات لون بنفسي باهت متجمعة في أباط الأوراق الثمرة خشنة السطح .<sup>1</sup> تنمو في الأراضي الزراعية كعشب دخيل على المزروعات وهو نبات شتوي، وينمو بكثرة في اقليم البحر الأبيض المتوسط في الطابق الشبه الجبلي و ينمو في كل مكان اذا توفرت ظروف السقي.<sup>2</sup> وله عدة أسماء من بينها: الخبازة، الخبيز، خبيزا ، خبازى، حليبا، حلب، مرة، الغزالة و في منطقة الطارف يطلق عليه الخبيزة او الخبازة .<sup>3</sup>

### استعمالات الخبيزة في الثقافة الشعبية

#### أولاً: الثقافة المادية:

#### 1- استعمالاته في الطب البديل :

الأجزاء المستعملة طبيا: يستعمل لغرض التداوي: الأوراق .الأزهار على أن تقطف قبل تفتحها. الجذور .

- يستعمل نبات الخبيز كنبات طبي بطرق مختلفة و في معالجة الكثير من الأمراض . تستعمل ازهار الخبيزة المجففة كنفيع لبعض الحالات المرضية وهي : يؤخذ نقيع الازهار للمصابين بأمراض الكلى والمثانة في الفترة الصباحية .

<sup>1</sup> - مي محمد الوحش : المرجع السابق ، ص 71

<sup>2</sup> - عبد النور حسان: المرجع السابق ،ص 23

<sup>3</sup> - محمد محمود عبد الله : الصحة والغذاء ، دار الجيل للنشر والطباعة والتوزيع، بيروت ، دط ، 2005

و معالجة القروح والالتهابات الجلدية حيث تطبخ أوراقه أو تهرس و توضع فوق القروح والالتهابات وتربط بقماش .

- يستعمل المغلى للمضمضة والغرغرة في التهاب اللوزتين والفم
- تؤخذ كغاسولات مهبلية لتلطيف احتقان غشاء المهبل والرحم وتعالج بها الشرج مع النشاء .
- يخفف السعال الخفيف ونقيع الأزهار و لتخفيف آلام البطن وترطيب الامعاء .
- وتستعمل الخبيزة كشراب لعلاج النزلات الصدرية "السعال" أو النزلات المعوية "الإسهال" والتهاب الحلق واللوزتين.<sup>1</sup>

- تستعمل أوراق الخبيزة مطهرة وقاتلة لبعض البكتيريا
- تستعمل أوراقه مع زيت الزيتون تنفع في حرق النار.
- كما يمضغ الورق لتليين الصدر و افراز اللبن، وفتح السدد في الكبد ،<sup>2</sup> ويستعمل ضد الإمساك.

## 2 استعمالات الخبيزة في التجميل:

تعتبر نبتة الخبيزة كلها (أوراق، أزهار) من النباتات الجيدة لإنبات الشعر للرأس والجفون يستعمل كرزاذ يرش على فروة الرأس لتكثيف الشعر ووقف تساقطه ويوضع مغلى الخبيزة ويفرك المكان المصاب بسقوط الشعر فبعد مدة قصيرة ينبت الشعر المتساقط ،<sup>3</sup> و كذلك تؤخر ظهور علامات الشيخوخة المبكرة كالترهلات الجلدية و التجاعيد و ترطب البشرة كما انها تعالج حب الشباب.

---

<sup>1</sup>- أيمن سليمان مزاهرة : موسوعة الغذاء والتغذية الصحية ، دار المسيرة ، الأردن ، ط1 ، 2008 ، ط 2 ، 2010 ، ص 225

<sup>2</sup>- مي محمد الوحش : المرجع السابق ، ص72

<sup>3</sup>- عبد النور حسان: المرجع السابق ،ص24

### 3. استعمالات الخبيزة في الصناعات:

يتم استخدام زيت و مستخلص نبات الخبيزة في صناعة مستحضرات التجميل مثل الكريمات والماسك والمرهم .كما تستخدم في الطب البديل، صناعة الأغذية مثل السلطات ، صناعة الأدوية مثل مواد التعقيم والتطهير بحيث تضاف إلى الغاسولات المهبلية لمعالجة الفطريات والبكتيريا.<sup>1</sup>

### 4. استعمالات الخبيزة في الطبخ:

أكلة الخبيزة أكلة شعبية شهيرة في منطقة الطارف ورثناها عن أجدادنا ، حيث تطهى أوراق الخبيزة على البخار أو مسلوقة ثم يضاف إليها الملح ، زيت الزيتون ، الهريسة ، الثوم والبهارات، وتقدم للأكل وهناك من يعطيها مطبوخة للديك الرومي وهو صغير لكي ينمو ويكبر بسرعة.<sup>2</sup>

### 5. استعمالات الخبيزة في اللعب :

كانت الفتيات قديما يصنعن من نبات الخبيزة كرات يلعبن

( الجونكلاج )



3. الخرشوف : Asteraceae

الاسم العلمي: *ara cardunculus var. scolymus*

يعد الخرشوف نباتا شائكا ومعمر ينتمي إلى فصيلة النجمية ، والذي ينمو من زهرة ليتحول إلى نبات صالح للأكل وينتشر عادة في مناطق البحر الأبيض المتوسط ،<sup>3</sup> ويتواجد في منطقة الطارف ويسمى أيضا بالقرنون وله مزايا صحية عديدة فهو مصدر جيد للألياف وبعض الفيتامينات إضافة إلى مضادات الأكسدة.

<sup>1</sup> - محمد محمود عبد الله : المرجع السابق ، ص 51

<sup>2</sup> - الراوية رقم 5

<sup>3</sup> - ميشال حايك : موسوعة النباتات الطبية ، المعجم 3، مكتبة لبنان ، ط1، 1998 ، ص 4

## استعمالات الخرشوف في الثقافة الشعبية :

### أولاً: الثقافة المادية

#### 1 . استعمالاته في الطب البديل :

يوفر الخرشوف العديد من الفوائد الصحية لجسم الإنسان ومن هذه الفوائد نذكر:

- التقليل من الاعراض المرافقة لعسر الهضم كالغثيان و الانتفاخ آلام المعدة و الاسهال و الامساك وفقدان الشهية.
- الحماية من أمراض القلب و ذلك لاحتوائه على فيتامين ب.
- يساعد الجسم في امتصاص الحديد والتئام الجروح لاحتوائه على فيتامين ج.
- يساهم في تكوين العظام والمحافظة عليها وذلك لأنه يعد مصدرا لفيتامين ك.
- يساعد في تحويل البروتينات والكربوهيدرات والدهون إلى طاقة لاحتوائه على عنصر المغنيزيوم والذي يعد أحد العناصر الغذائية المهمة لصحة العظام والعضلات والقلب والأعصاب.
- يعزز صحة الأمعاء وتحفيز نمو البكتيريا المفيدة في القولون.
- يخفض نسبة الكوليسترول وتنظيم مستويات السكر في الدم لاحتوائه على كمية كبيرة من الألياف
- مفيد للمرأة الحامل لكن يؤخذ بمقدار محدد دون إفراط فهو مفيد لنمو خلايا الدماغ لدى الجنين لاحتوائه على الكولين. الذي يزيد من قدرة الطفل على التعلم كما أن الكولين يقلل من خطر إصابة الام بسرطان الثدي كما أنه يقي الجنين من التشوهات التي تصيب الدماغ.
- كما انه يعالج الصفير وامراض الكبد و المرارة.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> - خالد السيد أحمد : وصفات طبيعية للعلاج بالأعشاب والنباتات الطبيعية ، دار الكتب المصرية ،

## 2. استعمالات الخرشوف في الطبخ:

يستخدم الخرشوف في تحضير أطباق مختلفة مثل شطيطة الخرشوف بالدجاج والبزلاء أو محشيا باللحم المفروم كما يمكن طهي الخرشوف على البخار أو سلقه في الماء المضاف إليه الليمون ، ثم يضاف مقطعا إلى السلطات لإضافة نكهة



## 4. النعناع: MENTHE.VERTE:

### الاسم العلمي: Mentha.:

النعناع نبات معمر الساق منتصب ومربعة الأوراق مسطحة ومسننة تتجمع الأزهار في آخر الساق في شكل سنبله وهي كثيرة وردية اللون، الرائحة مميزة والطعم منعش ويوجد أنواع عديدة منه ، يتأثر بانخفاض درجة الحرارة ويوجد هذا النبات برياً في الأراضي المشبعة بالمياه والغنية بالذبال ويزرع على نطاق واسع وينتشر بكثرة في منطقة الطارف ويوجد في الحدائق المنزلية ويطلق عليه اسم: النعنع ،الوتنج ويسمى في الطارف بالنعناع.<sup>2</sup>

### استعمالات النعناع في الثقافة الشعبية

أولاً: الثقافة المادية :

### 1. استعمالاته في الطب البديل :

يحتوي بشكل كبير على المنثول والكارفون ولذلك يمتلك القدرة على القيام بأنشطة مضادة للأكسدة ومضادات الجراثيم ومضادات الالتهاب، ومضاد للأورام.<sup>3</sup>

- يستعمل لعلاج التهاب الأمعاء والقنوات الصفراوية والمغص المعوي و تشنجات القولون المؤدية لانتفاخ البطن وعسر الهضم .

<sup>1</sup> - الراوية رقم 5

<sup>2</sup> - عبد النور حسان: المرجع السابق ،ص 70

<sup>3</sup> - إدريس رمضان : المرجع السابق ، ص 82

- يستعمل لآلام الاسنان والصداع والزكام ومفيد للصدر ومقوي للبنكرياس وطارد للريح ومفيد لاختناق الجيوب الأنفية <sup>1</sup>.

- يدر البول ويعالج التهاب الثدي ومسكن لآلام العادة الشهرية (الحيض)

## 2. استعمال النعناع في التجميل :

- يستعمل لتطبيب رائحة الفم وذلك بمضغ أوراقه أو باستعمال مائه للغرغرة ، وكذلك يستعمل لمعالجة فروة الشعر من القشرة.<sup>2</sup>

## 3. استعمال النعناع في الطبخ :

- يستعمل في بعض انواع الطبخات وهو يضاف كنوع من التوابل لكي يضيف نكهة لذيذة للطعام مثل الشربة (الجاري)\*

- ويستعمل أيضا كمشروب مهدئ للأعصاب ويكسب الجسم نشاط وحيوية .

## 4. استعمال النعناع في الصناعة :

- يستعمل في إضافته في صناعة معجون الأسنان وذلك لرائحته الطيبة .

- يستعمل أيضا في إضافته كمكون لغاسول الشعر

- يستعمل منه بإضافة نكهته في البخاخات الخاصة بتعطير الفم <sup>3</sup>.

---

<sup>1</sup>- محمود الحفاوي : 200 غذاء وعشب طبيعي لعلاج العظام وآلام الظهر ، بيت الضياء للنشر والتوزيع ، الجزائر ، دط، 2015، ص 62

<sup>2</sup>- محمد محمود عبد الله : المرجع السابق ، ص 181

<sup>3</sup>- المرجع نفسه ، ص 182

\*- الجاري : هو طبق تقليدي جزائري مشهور كثيرا في المناسبات



## 5. الحلبة: Fenugrec

الاسم العلمي: *igonella foenum-graecum*

الحلبة عشبة حولية تتراوح ارتفاعها ما بين 20 - 40 سم و ساقها جوفاء تتفرع منها أفرع صغيرة تتفرع منها أفرع صغيرة تحمل منها ثلاث أوراق مسننة متطاولة من قاعدة الورقة تخرج الأزهار الصفراء الصغيرة التي تتحول الى ثمار على شكل قرون معكوفة ، والنبات رائعة متميزة ،<sup>1</sup> ويزرع على نطاق واسع في اقليم حوض البحر المتوسط وموطنها الأصلي شمال افريقيا . والبلدان التي تحد شرقي البحر المتوسط

وهي تزرع في كل مكان تتميز بلونها الأصفر

وقد روى عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال : " لو تعلم أمتي ما في الحلبة لأشترتوا ولو بوزنها ذهباً "<sup>2</sup>.

- استعمال الحلبة في الثقافة الشعبية

أولاً: الثقافة المادية :

### 1. استعملاته في الطب البديل

للاستعمال الداخلي تستخدم في علاج ما يلي :

- السعال والربو و أوجاع الصدر وعسر التبول
- التهابات الحلق وآلام المثانة والنزلات المعوية والبواسير والامساك
- الضعف الجنسي والنحافة أي أنها تفتح الشهية وتزيد في الوزن
- حالات الصرع وقرحتي المعدة والاثني عشر ولتخفيض نسبة السكر في الدم ومفيدة لفقر الدم ومنشطة للطمث ومدرة للحليب .

الاستعمال الخارجي :

- الغرغرة بمغلي الحلبة لمعالجة التهاب الحلق

<sup>1</sup>- مي محمد الوحش : المرجع السابق ، ص 55

<sup>2</sup>- علي خلدون : المرجع السابق ، ص 52

- تستخدم كعجينة لعلاج الأورام والقروح والدمامل والاكزيما

- لشفاء الحروق وقروح فروة الرأس

- مسحوق الحلبة يستخدم كمرهم لعلاج آلام البرد والروماتيزم.<sup>1</sup>

## 2. استعمالات الحلبة التجميلية :

- تستخدم لإزالة الآثار و التصبغات في البشرة حيث يغلى حبوبها و استخدام مائها المغلي

وخلطه مع العسل واستعماله على شكل قناع الوجه

- تستعمل في تشققات الجلد خاصة تشققات القدم

- تستعمل كرزاذ للشعر للقضاء على القشرة فيه

- تستعمل للشيب تفرك على الشعر وتترك لمدة ساعة.<sup>2</sup>

## 3. استعمالات الحلبة في الصناعة

- تدخل الحلبة في صناعة الأدوية التي تساعد على إدرار الحليب والأدوية التي تفتح

الشهية وتزيد في الوزن.<sup>3</sup>

## 4. استعمالات الحلبة في الطبخ.

تستعمل الحلبة في الطبخ كنوع من التوابل حيث تضيف نكهة مميزة للأطباق .

كما يمكن استخدامها أيضا في عمليات التخليل والتخمير لإضفاء نكهة لذيذة ومميزة.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup>- عبد الباسط محمد السيد : اساسيات التداوي بالأعشاب والطب النبوي ، دار توبار للطباعة ، القاهرة

، ط2، 2003، ص 42

<sup>2</sup>- فيصل بن محمد عراقي : الأعشاب دواء لكل داء ، ط1، 1413 هـ ، ص 94-95

<sup>3</sup>- إدريس رمضان : المرجع السابق ، ص 54

<sup>4</sup>- المرجع نفسه ، ص 55

## ثانيا : الثقافة اللامادية :

تستعمل الحلبة عند أجدادنا لقطع الخلعة\* وذلك بوضع بعض من حبوب الحلبة في كأس من الماء ويجب أن توضع ليلا للنجوم وضوء القمر لمدة ثلاث ليال متتالية ثم يشرب منها المريض فيبيرا بقدرة الله. وهي تعتبر علاج روحي مهم يعتقدون النية ويعتقدون بالشفاء<sup>1</sup>.



## 6. الزيتون: OLIVIER:

### الاسم العلمي: OLIVIER EUROPIA:

فصيلة الزيتونيات.

يعتبر الزيتون من أقدم النباتات التي عرفها الإنسان و استخرج زيتها، ويعتبر اقليم البحر الأبيض المتوسط البيئة المثالية لنمو هذه الشجرة المباركة ويعتبر البيومناخي الرطب والشبه الجاف هو مكان انتشاره.<sup>2</sup> فهو يحتوي على عناصر نادرة مثل: جلوكسيد وبروتين وأملاح معدنية مثل الكالسيوم والحديد والفسفور الكبريت، بوتاسيوم، مغنيزيوم كلور منغنيز، نحاس وفيتامينات A.B.C.D وعدد من الأحماض الدهنية.<sup>3</sup> وقد ذكر في القرآن الكريم قال الله تعالى : [يوقد من شجرة مباركة زيتونة لا شرقية و لا غربية يكاد زيتها يضيئ ولو لم تمسسه نار]. (سورة النور ، الآية رقم 35) ويوجد بكثرة في ولاية الطارف.

<sup>1</sup> - الراوية رقم 6

\*- الخلعة : هي عبارة عن مرض نفسي بسبب صدمة أعراضها خفقان القلب بسرعة ولا تستطيع التخلص من هذه الحالة مما ينجم عنها أمراض في المعدة

<sup>2</sup> - عبد النور حسان: المرجع السابق ، ص 236

<sup>3</sup> - ادريس رمضان: المرجع السابق ، ص 17

استعمالات الزيتون في الثقافة الشعبية:

أولاً: الثقافة المادية :

1. استعمالاته في الطب البديل :

الأجزاء المستعملة طبيا: قشرة الزيتون ، الأوراق الثمار، وله عدة استعمالات علاجية نذكر منها:

- تعالج الأوراق بفعالية الحمى وتشقق الجروح ونتيجة للاكتشافات الطبية الحديثة تعد أقدم العلاجات النباتية لمقاومة ارتفاع الضغط الدموي.
- ملطف ومنشط للإفرازات الصفراوية ، مدر للبول ، خافض للسكر وخافض لضغط الدم ، مسهل و معرق
- ونوى الزيتون يقطع الربو والسعال، ولب النوى إذا ضمدت به الاظافر المصابة أبرأها.
- وأي جزء من الزيتون إذا طبخ وطلا به نفع الصداع المزمن والشقيقة والدوار.
- يستعمل الزيت ضد الإمساك ويفيد فقر الدم وحالات الخراجات والدمامل والاكزيما
- يستعمل كمرهم مفيد للكساح مفيد لتكوين العظام عند الاطفال فقديما كانوا يستخدمونه كدهن جسم الرضيع.
- يستعمل لداء النقرس
- مفيد للثة وأورام الحلق والتهاب اللثة .
- يخلط مع الثوم ويستخدم لمرهم التهاب المفاصل والروماتيزم.<sup>1</sup>

2 استعمالات الزيتون التجميلية :

- يستعمل لجفاف الجلد : الدهن بزيت الزيتون يرطب البشرة ويحفظها من أشعة الشمس ويمنع الحكة خاصة عن الأطفال
- تساقط الشعر : تدليك فروة الرأس بزيت الزيتون يساعد على تقوية الشعر وإيقاف التساقط

<sup>1</sup> - خالد السيد أحمد :المرجع سابق ، ص 75

- لصحة الشعر : ينصح باستعمال حمام زيتي وتغطيته لفترة وذلك لتنعيم الشعر وترطيبه ولمعانه

- جمال الوجه : يستعمل زيت الزيتون كقناع للوجه وذلك لما فيه من فيتامينات مفيدة للبشرة تمنحها نظارة و رطوبة وجمالاً.<sup>1</sup>

- شقق الاقدام : يستعمل كعلاج لتشقق الاقدام

### 3. استعمالات الزيتون في الطبخ:

- يستعمل زيت الزيتون في طبخ العديد من الأطعمة فهو يستخدم في القلي والشواء والخبز والتتبيلات للسلطات وكذلك يضاف للصلصات حيث يضفي نكهة لذيذة على الأطعمة.<sup>2</sup>

### 4. استعمالات الزيتون في الصناعة:

يدخل الزيتون في تصنيع بعض مستحضرات التجميل والادوية مثلا : الصابون والزيوت الخاصة بالشعر ويستخدم كوقود للمصابيح الزيتية التقليدية.<sup>3</sup>

### ثانيا: الثقافة اللامادية:

كان أجدادنا يستعملون أوراق الزيتون لإخفاء التآليل، فيأخذون 7 أوراق من الزيتون ويقرؤون عليها كلاما

خاصا ثم يمررونها على ذلك التآليل ظنا منهم أنها ستخفيه.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup>- خالد السيد أحمد ، المرجع السابق ، ص 77

<sup>2</sup>- الراوية رقم 2

<sup>3</sup>- الراوية رقم 6

<sup>4</sup>- الراوية رقم 1



## 7. الزعرور الشائك: Aubepine

### الاسم العلمي: Grataegus oxyacanth:

أشجار من فصيلة الورديات ، وهي أشجار متوسطة الحجم حرجية تنتهي فروعها بشوك ، أوراقها مجنحة و صلبة الجلد ، أزهارها بيضاء وثمارها ، كروية حمراء . تنمو أشجار الزعرور في الأدغال والأحراش والسياح وتتواجد بصورة خاصة في نطاق التل الجزائري ويطلق عليه عدة تسميات منها ، بابا عجينة، بومخري ، الشوكة البيضاء ،شوكة ماي، ويطلق في منطقة الطارف بـ الزعرور.<sup>1</sup>

-استعمالات الزعرور في الثقافة الشعبية:

أولاً: الثقافة المادية:

#### 1. استعمالاته في الطب البديل :

الاجزاء المستخدمة طبيا :

- الأزهار

- الأوراق في الربيع

- الثمار والقشور في الخريف.

يعتبر الزعرور من أهم النباتات الطبية في علاج أمراض القلب ،<sup>2</sup> ويتفوق على باقي الأنواع الأخرى المعالجة لهذا المرض لكونه غير سام ، ويمكن استعماله على المدى الطويل دون ضرر وسيشربه حتى الأطفال، ومن دواعي استعماله العلاجية نذكر:

- الذبحة الصدرية وتصلب الشريان

- يستعمل عن تزايد ضغط الدم ، وكمقو للقلب.

- الدوخة (الدوران) وطنين الأذن والأرق.

<sup>1</sup>- عبد النور حسان ، المرجع السابق ، ص 114

<sup>2</sup>- الراوية رقم 4

- وكذلك الأعراض نفسها في سن اليأس لدى السيدات
- يستعمل النبات كمنظم جيد ومهدئ للجهاز العصبي (الارق)
- يستعمل الزعرور لعلاج الحصاة الكلوية.
- يستعمل ضد الدوالي
- ليستعمل ضد السعال<sup>1</sup>.

## 8. الصنوبر الحلبي. Pin Sylvestre Pinus sylvestrus.

### الاسم العلمي المونسية الصنوبريات

شجيرة يصل ارتفاعها من 20 - 40م الجذع مستقيم فارغ قمته عريضة غير كثيف ، قشرته رمادية بنية سميكة مشققة الابر قاسية صفراء طويلة مقارنة بباقي الصنوبريات يبلغ 20 ملم : قليلة الإستدارة مزدوجة الثمرة كبيرة نوعا ما خضراء ثم بنية بعد تمام النضج<sup>2</sup> ينمو هذا النوع من الصنوبريات في البيئات الدافئة والمعتدلة حراريا وهو بذلك يتواجد بصورة جيدة حول المسطحات المائية بالمنطقة المعتدلة ونجده في الجزائر في النطاق المناخي الرطب على الساحل<sup>3</sup>.

- استعمالات الصنوبر في الثقافة الشعبية.

أولا : الثقافة المادية

### 1. استعمالاته في الطب البديل :

يحتوي الصنوبر على زيت عطري

في بذور الصنوبر ألياف وعناصر معدنية خاصة الحديد والماغنسيوم والبوتاسيوم والزنك والنحاس وله فوائد علاجية تذكر منها :

- مدر للبول ويفتت الحصى ويخرج الرمل ويعالج أمراض الكلى والمثانة .

<sup>1</sup>-الراوية رقم 3

<sup>2</sup>- عبد النور حسان : المرجع السابق، ص 150 .

<sup>3</sup>- المرجع نفسه ، ص 151

- يعالج الأمراض العصبية
- خافض لمستوى السكر في الدم
- يعالج الصنوبر أمراض لغشاء المخاطي والصدر لذا فهو مقشع طارد للبلغم ويستعمل في حالات التهابات القصبات الهوائية .
- يستعمل الصنوبر في المعالجة بالاستنشاق والتدليك
- فاتح الشهية ومنشط للطاقة الجنسية ، يزيل الضعف والارتخاء مع العسل .
- مفيد في معالجة أمراض الكبد واليرقان ينشط الكبد.
- لحاء الصنوبر يسكن وجع الأسنان إذا تمضمض بمائه .<sup>1</sup>

## 2. استعمالاته في التجميل الطبخ :

حب الصنوبر يستعمل في الطعام بالإضافة إلى فوائده الطبيعية فهو يحتوي أحماض دهنية غير مشبعة، يستعمل الحب في تنشيط الدورة الدموية في الدماغ .

## 3. استعمالاته في الصناعة :

- يدخل الصنوبر في صناعة المراهم الخاصة بالتدليك
- يستعمل في صناعة اللاصق .
- يستعمل كبخور للتطهير أو التضميد أو لصقة على الأعضاء المسترخية والأطراف المرتعشة .<sup>2</sup>

<sup>1</sup>- خالد السيد أحمد: المرجع السابق، ص 119

<sup>2</sup>- المرجع نفسه : ص 119



## 9. توت العليق *La Ronce Rubus fruticosus* :

### الإسم العلمي : *Rubus idaeus*

وله عدة أسماء منها : العليق ، التوت البري ، العليق توت شوكي ، توت الغابة وهنا في الطارف سيمه بالتوت أو العليق.

هو نبات متعرش عبارة عن شجرة شائكة متسلقة ينمو برياً على شكل وسادات بأغصان رفيعة شوكية براعمها الساقية منتهية الوريقات مسننة الأزهار بيضاء أو وردية تكون عناقيد مستطيلة أو هرمية ، ثماره كروية الشكل خضراء في الأول ثم تصير حمراء ثم النضج تصبح سوداء حلوة وطيبة المذاق ، تنتشر في السياجات وأطراف الغابات والشعاب والأودية ينتشر في التل الجزائري، يوجد في مدينة الطارف خاصة في الأرياف

### - استعمالات توت العليق في الثقافة الشعبية

#### أولاً : الثقافة المادية :

#### 1. استعمالاته في الطب البديل :

الأجزاء المستخدمة : الأوراق المشار.

- المواد الفعالة : يحتوي على حوامض الساليسيليك الازاليك والسيتريك والماليك و سكريات يفيد النبات العليق في علاج الكثير من الأمراض وفي مقدمة هذه الأمراض تلك التي تصيب الجهاز الهضمي ومن بين هذه الأمراض التي تعالجها هذه النبتة نذكر منها :
- يفيد في استرخاء البطة .
- يفتت حصى الكليتين .
- يقطع سيلان الرطوبة المزمنة في الرحم
- يسكن آلام داء النقرس ، والحصاة الصفراوية وأمراض الكبد والاسهال.
- تسكين السعال ونوبات الربو

- مضاد للسكري ومنقي للدم .<sup>1</sup>
- طارد للديدان ومسكن للصداع
- علاج حالات الرشح ومنعش للجسم وثماره مفيدة، في تنقية الجسم من السموم .<sup>2</sup>
- يعالج الحصبة.
- يعالج الحروق .<sup>3</sup>
- 2. استعمالات توت العليق في التجميل :
- يستعمل في توريد الشفاه والخدود
- يستعمل في تنظيف البشرة
- يعالج حب الشباب
- تهرس ثمرة التوت الطازج وتوضع على شكل قناع للوجه للنظارة .<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup>- عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص 87 .

<sup>2</sup>- محمد دموش : المرجع السابق ، ص 196 .

<sup>3</sup>- الراوية رقم 3

<sup>4</sup>- محمد دموش : المرجع نفسه ، ص 197



## 10. البابونج : CAMOMILLE COMMUNE

### الإسم العلمي Matricaria.Chromomilla

عشبة البابونج من جنس المركبات، يتراوح ارتفاعها من 15 الى 50 سم بساق متفرقة رقيقة، تحمل أوراقا طويلة ومجنحة وأزهارا بيضاء بوسطها رأس كروية صفراء اللون داخل جوف، وللزهرة رائحة عطرية تميز العشبة عن الأعشاب المشابهة، وينمو هذا النبات على حواف الطرقات والحقول من على مستوى سطح البحر حتى الجبال وينتشر في ولاية الطارف ويطلق عليه بوملال ، البابونج و عين القط<sup>1</sup> وهو من الزيوت الطيارة .

### استعمالات البابونج في الثقافة الشعبية

أولا: الثقافة المادية :

#### 1. استعمالاته في الطب البديل :

- الاجزاء المستعملة طبيا : الازهار وتجفف في الظل ومكان مهوى مصالح نبات البابونج العديد من الأمراض وله مكانة هامة في مملكة النباتات الطبية ومن بين الأمراض الذي يعالجها تذكر:
- يعالج الاكزيما الرطبة والجروح والقروح.
- تعالج الآلام والتشنجات داخل الجسم والمغص المعدي أو داخل الجسم والمغص المعدي أو المعوي وآلام الكلى وحرقان البول في التهاب المثانة ومغص الرحيم ( الدور ) أو النفاس.
- تعالج السرطان الخارجي المتقرح والجيوب المتقدمة في العظام جان والتهاب الأظافر
- المسحوق يستعمل للشحم لعلاج الزكام المقتحن المزمن
- يعالج التهاب المسالك الهوائية ( الأنف الحنجرة )
- والسعال بالتبخر والاستنشاق

<sup>1</sup> - عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص 13.

- يعالج آلام الأذن بالتقطير .

- يستعمل كغسول مصلي لمعالجة الإفرازات .

## 2. استعمالات البابونج في التجميل :

- يستعمل للشعر الأشقر فيكسيه لونا زاهيا (يفتح لون الشعر) .

- ولأنه غني بمضادات الأكسدة مثل البولي فينول التي تساعد في اختفاء الندوب والآثار و

ظهور التجاعيد في البشرة وذلك فهو يحمي من مشكلة الترهل المبكر للوجه.

- يفيد في علاج حب الشباب.

تبيض الوجه بغسل الوجه بمنقوع البابونج صباحا.

تهدئة حساسية البشرة (التهيج) وتخفيف الاحمرار.<sup>1</sup>

## 3. استعمالات البابونج في الصناعة :

يدخل في تركيب بعض الصبغات في عالم الدباغة.

صنع الصابون والمستحضرات التجميلية التي تعمل على تنقية البشرة .

صناعة الزيوت العطرية وصناعة العطور .

## 4. استعمالات البابونج في الطبخ:

تتميز عشبة البابونج بطعمها اللطيف والعشبي الذي يمنح الأطعمة نكهة مميزة ومنعشة

ويستخدم في الطبخ ليضفي نكهة مميزة الى الطعام سواء المالح أو الحلو.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup>- خالد السيد أحمد : المرجع السابق ، ص 24 .

<sup>2</sup>- المرجع نفسه ، ص 15



## 11. إكليل الجبل: officinalis

### الإسم العلمي: Rosmarinus

إكليل الجبل هو شجيرة برية وبستانية صغيرة تعلو حتى المتر والنصف مخشوشبة عطرية ، معمرة دائمة الإخضرار من عائلة الشفويات، تنمو في جميع الاتربة وتخشى الرطوبة الكثيرة ، وإن البيئة الطبيعية لإكليل الجبل هو حوض البحر المتوسط ويتواجد بكثرة في منطقة الطارف.

- أوراقها جالسة متقابلة ، ضيقة، كثيفة، أطراف بظلمة خضراء وملساء من فوق ، بيضاء مزغبة من الأسفل ، أزهارها زرقاء اللون أو مائلة إلى البياض ، لها شقتان علوية كاملة وسفلية مفصصة إلى ثلاث فصوص وافرة الرحيق ، يحرسها النحل . إزهارها سنبلية التجميع ويعد من الأفوايات

اذ يعطرون بأوراقه و اغصانه المأكولات.<sup>1</sup> يطلق عليه اسم:

استعمالات الاكليل في الثقافة الشعبية:

أولاً: الثقافة المادية:

1. استعمالاته في الطب البديل :

الأجزاء المستخدمة طبيا : الأوراق، الأطراف المزهرة (الأغصان)

المواد الفعالة: يحتوي الإكليل على زيت أساسي عطري ومواد قابضة ومسكنة ومدرة للصفراء والبول والحيض .

وتتعدد المنافع الطبيعية لاكليل الجبل تعددا كبيرا من وجهة الحالات المرضية المختلفة : حيث يعالج عدة أمراض من بينها :

- يفيد في حالات الوهن والنقاهاة والتشنج والانهيار العصبي وإزالة الإرهاق، وفقر الدم ومقو الرئة ويفتت الحصى.

<sup>1</sup> - حليمي علي: دليل النباتات الطبية في الجزائر، وزارة الفلاحة و الصيد البحري، ص272.

- يفيد في علاج الربو والكولسترول و خفقان القلب .
- يعالج الشقيقة والمسكنة لآلام الحيض وطارذ للحمى.
- يعالج مرض الزهايمر ومقوي للذاكرة .
- مفيد في علاج الإفرازات المهبلية ومضاد للالتهابات وللعجز الجنسي .
- يفيد مرض الروماتيزم وشاف للجروح والبواسير .
- ويعد أيضا طارد للريح ويعالج حالات الاكتئاب ولكن الاكثار منه له آثار جانبية لأن الجرعات العالية تسبب نزيفا أو تسهما.
- وكذلك يرفع ضغط الدم .<sup>1</sup>

## 2 استعمالات الاكليل في التجميل:

- يستعمل بخارة للبشرة لتكون صافية و نظرة.
- يزيل حالات تقصف الشعر لدى السيدات يوضع في بخاخة يرش على الشعر .
- يرطب القدمين بوضعه على شكل حمام للقدم .
- ينعم البشرة ويساعد على إزالة حالات التجعد . يعمل بخار للوجه.

## 3 استعمالات الإكليل في الصناعة :

- يستخدم في صناعة مبيدات الطفيليات .
- يستخدم في الروائح ويضاف إلى غسول الشعر لأن فيه مادة مضادة للقشرة .

## 4 استعمالاته في الطبخ:

- يستخدم كتوابل يوضع في الطعام للطهي.
- يحضر منه شاي بوضع ملعقتين صغيرتين من مسحوق الأوراق الجافة ووضعها في كوب ماء مغلي.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>. إدريس رمضان: المرجع السابق، ص 75

<sup>2</sup>- الراوية رقم 3

## ثانيا : الثقافة اللامادية

يستعمل الاكليل قديما لطرد الطاقة السلبية والنحس وجلب البركة فهم يغرسونه في حدائق

المنازل يتبركون به



### 12. الكرات : ( الكراث ) POIREAU

الاسم العلمي : *Alium Porrum.L*

عشبة أفاوية، شبيهة بالبصل شكلا و مذاقا و هي من الخضروات المعروفة والمستعملة بكثرة في الصيف عنها في الشتاء وتؤكل طازجة كتابل ، ويزرع على نطاق واسع في كل أنحاء العالم نظرا لأهميته في تحضير مختلف انواع المأكولات .

ويتواجد في منطقة الطارف ومن أسمائه الشائعة: البورو البراصة ويحتوي على زيت أساسي ويحتوي على العناصر الغذائية الدقيقة كالحديد والفوسفور والكالسيوم والكبريت والبوتاسيوم بالإضافة إلى مضاد حيوي<sup>1</sup>.

- استعمالاته في الثقافة الشعبية .

### أولا : الثقافة المادية

#### 1 . استعمالاته في الطب البديل :

- ينفع في حالات الربو و مسكن لأوجاع الصدر والسعال إذا طبخ في الشعير شرابا .

- مطهر للمسالك البولية .

- يفيد في علاج الحصاة الكلوية والصفراوية لكونه مدر جيد للبول .

- يعتبر غذاء جيد وأساسي للنساء اللواتي يعانين من العقم.

- يزيل المغص المعوي .

- يهيج الرغبة الجنسية وخصوصا بذره .

<sup>1</sup>-محمد محمود عبد الله: المرجع السابق، ص52

- يزيل البواسير ضمادا بالعنبر .

- يستخدم على شكل حقنة شرجية مفيدة للإمساك.

## 2. استعماله في الطبخ:

يحضر به أنواع كثيرة من المأكولات لأنه مثير لشهية الطعام.

- يستعمل في الطبخ ويضاف كأحد أنواع الخضروات في تحضير الحساء بالخضار.

ويؤكل طازجا أو مطبوخا . أو يغلى في الماء والملح ويخلط مع السلطة.<sup>1</sup>

## 3. استعماله في التجميل :

- مفيد للنمش والكلف .

- مفيد للبرص لاحتوائه على الكبريت.

- يعالج الزوائد الجلدية.<sup>2</sup>



## 13. البلوط: CHENE LIEBE

### الاسم العلمي: L. Quercus su bere.

و يطلق عليه بلوط الفلين وهو شجرة كثيرة التفرع، الجذع مغطى بطبقة فلينية، تقي النبات من فقدة للمياه، الأوراق قلبية الشكل مسننة الحواف، الأزهار متدلالية في شكل عناقيد الثمرة متطاولة كبيرة الحجم نوعا ما تسمى " بلوطة ".<sup>3</sup>

يعتبر البلوط الفليني شجرة البحر المتوسط، ويتطلب رطوبة جوية عالية، وعليه فإنه يتركز في الجزء الغربي من هذا الإقليم وينتشر في مسافة محدودة ولا يمتد إلى الداخل لقلّة الرطوبة و يتركز في الجزائر في القسم الشرقي الساحلي وهو منتج للفلين الذي يعتبر ثروة الإقليم ولا تعتبر هذه الغابات جزءا من تراثنا فقط ولكنها تلعب دورا حيويا في الحفاظ على البيئة وتعزيز التنوع البيولوجي.

<sup>1</sup> - محمد محمود عبد الله : المرجع السابق ، ص 52

<sup>2</sup> - الراوية رقم 2

<sup>3</sup> - عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص 132

## استعمالات البلوط في الثقافة الشعبية:

### أولاً: الثقافة المادية

#### 1. استعمالاته في الطب البديل :

الأجزاء المستعملة طبيا:

- الأوراق

- القشرة الداخلية

- الثمر

يعتبر البلوط من اهم النباتات المعالجة للجهاز الهضمي و مختلف الأمراض الجلدية المستعصية و أهمها: الاكزيما، الصدفية و الأمراض الفطرية التي تصيب الأيدي و الأرجل و يتسع مجال فوائده الطبية و العلاجية فهو يعالج:

- القرحة المعدية المعوية و كذا البواسير و كذا القلاع les aphtes الذي يصل اللثة و الفم و ينقص نزيفها بما في ذلك نزيف الحيض و الرحم .
- يفيد النبات في علاج التهاب اللوزتين بالغرغرة.
- ينظف الأمعاء من العفونة التي تصيبه من جراء احتباس الفضلات به و يعتبر أحسن المنظفات.
- يعالج حالات التلجج الحادثة في الأيدي و الأرجل من جراء البرد.
- يقضي على احتباس البول من المثانة و الجهاز البولي و التبول الليلي.
- يعالج سقوط الشرج عند الاطفال بمكمدات من مغلى لحائه.
- يعالج الافرازات المهبلية عند النساء بدوش مهلي لمغلى اللحاء و له فائدة كبيرة في علاج سرطان الرحم و قيل انه يعالج سرطان المعدة.
- يعالج مختلف الجروح و القروح النتنة و القروح القرواح والقرح الرقادية

- يعالج ضعف الأعصاب بإضافته الى ماء الحمام و خاصة لدى الشيوخ و المسنين.<sup>1</sup>
- يعالج الاسهال عند الاطفال المصابين بداء الخنازير أو تدرن الغدد اللمفاوية.
- تفيد ثمار البلوط في معالجة فرط الحموضة في المعدة و ضمور الكبد.
- تعالج الثمار و اللحاء ضعف الأمعاء و ضعف الأعصاب

### 3. استعماله التجميلية:

يستخدم البلوط في التجميل لعلاج مشاكل الجلد مثل الحروق والجروح و الالتهابات كذلك تنظيف و تفتيح البشرة. كما يستخدم مستخلص البلوط في منتجات تجميلية كالكريمات لتعزيز نظارة البشرة.

### 4. استعماله في الصناعة:

يستخدم لحائه في إنتاج مادة الفلين حيث يتميز بقدرته الاستثنائية على التجدد و التحلل البيولوجي و يتوافق مع مختلف مواد البناء ( الاسمنت البلاستيك و الخشب الرقائقي) ومن خلال دمج الفلين مع هذه المواد يمكننا تحسين سلامتها الهيكلية و أدائها الحراري و عزلها الصوتي و عازل كهربائي و مادة عازلة هو مقاوم للغاية.

يصنع منه الواجهة و أغطية الجدران و الاثاث بعمرها الطويل و الأرضيات الخشبية و الانشاءات البحرية و الواح الساندويتش أيضا تصنع من الفلين.

عندما يستخدم الفلين في البناء يقلل من انتقال الحرارة و الضوضاء.<sup>2</sup>

### 5. استخدامات البلوط في الطبخ:

يمكن تناول ثمار البلوط مسلوقة أو مشوية أو حتى نيئة و تستخدم في بعض الأحيان في السلطات كما يستخدم البلوط المطحون كبديل للقهوة او كإضافة للطحين في الخبز.

<sup>1</sup> - عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص 133

<sup>2</sup> - المرجع نفسه ، ص 134

و يمكن استخدام خشب البلوط لإضفاء نكهة فريدة على الأطعمة دون أن تغطي طعمها الأصلي<sup>1</sup>.

ثانيا : الثقافة اللامادية :

من عادات منطقة الطارف وضع البلوط في الكانون أو النافخ أو المقلاة و اجتماع العائلة الطارفية في سهرات الشتاء الباردة خاصة في المناطق الريفية على عكس وقتنا الحالي الذي اختلفت فيه هذه العادة أصبحت تمارس عادة جديدة وهي السهر على أكل المكسرات ( جوز ولوز ، فول سوداني)<sup>2</sup>



14. الحناء :

اسمها العلمي: Low Sania.henna

شجيرة من الفصيلة الجنائية Lythracees حولية معمرة ، تمكث حوالي 3 سنوات، وقد تمتد إلى 10 سنوات مستديمة الخضرة ، غزيرة التفرع ، يصل طولها إلى 3 أمتار لها جذور وتدية حمراء ، وساقها كثيرة الفروع ، والأفرع جانبية وهي خضراء اللون، وتتحول إلى اللون البني عند النضج

أوراق الحناء بسيطة جلدية بيضاوية الشكل بطول 3 إلى 4سم بيضة ، عريضة ، متقابلة الوضع بلون أحمر خفيف أو أبيض مصفر والأزهار صغيرة بيضاء لها رائحة عطرية قوية ومميزة ، والثمرة علبة صغيرة تحوي بذورا هرمية الشكل ، وشجرة الحناء لها صنفان يختلفان في لون الزهر كالصنف Alba ذو الأزهار البيضاء والصنف miniata ذو الأزهار البنفسجية، ومن أصناف الحناء: البلدي ، الشامي البغدادي ، والشائكة<sup>3</sup>

<sup>1</sup> - الراوية رقم 5

<sup>2</sup> - الراوية رقم 2

<sup>3</sup> - إدريس رمضان: المرجع السابق ، ص 86

## استعمالات الحناء في الثقافة الشعبية

### أولاً: الثقافة المادية

#### 1. استعمالاته في الطب البديل :

تنقية الدم: بعد غلي الماء ووضع ملعقة صغيرة من الحناء في الماء لمدة 10 دقائق ثم تصفى وتحلى وتشرب فإنها مفيدة لتصفية الدم.<sup>1</sup>

علاج الصداع: عند عجن الحناء وخلطها مع الخل و تلتخ بها الجبهة وفروة الرأس فإنها مفيدة للصداع ولقروح الرأس.

علاج الحكمة والجرب : الحناء مع خل التفاح أو أي خل اخر وخلطهم وعجنهم ووضعهم على مكان الحكمة فإنه مفيد.

علاج الأورام : عند خلط الحناء وعجنها ووضعها وتضمد بها فإنها مفيدة لنضجها وتحليلها.<sup>2</sup>

#### 2. استعمالاتها التجميلية:

اصلاح الشعر: وذلك بعجن الحناء مع الماء وإضافة نصف كمية الحناء عسلا ، وتوضع على الرأس لمدة 3 ساعات بعدها تغسل بماء دافئ.

فطريات الجلد : تستخدم الحنة للقضاء على الفطريات التي في الجلد وخاصة التي في أصابع القدم.

الثعلبية في الرأس : لعلاج الثعلبية يتم دلكها في الرأس جيدا بماء وقطعة قماش ، ثم توضع الحنة المخلوطة مع الخل والماء وتوضع على مكان الثعلبية وتكرر حتى الشفاء<sup>3</sup>

### ثانياً: الثقافة اللامادية

<sup>1</sup> - إدريس رمضاني ، المرجع السابق، ص 86

<sup>2</sup> - المرجع نفسه، ص 85

<sup>3</sup> - الراوية رقم 5

ترتبط الحناء عند المسلمين بجانب من الفكر الديني فاستعمالاتها سنة ، وأن النبي محمد (ص) قد شجع على استعمال الحناء للزينة والعلاج، ومن أحاديث الرسول (ص) ما شكى إليه أحد له وجع في رجليه إلا وقال له "اختضب بالحناء" وتعتبر أيضا عند أجدادنا هي رمز الفرح والسعادة لذا في الاعراس والأفراح النساء يتجملون بها في أعراسهم وأفراحهم في معتقداتهم مصدرا للتفاؤل يربطون الحناء بالفرح لقولهم مثل شعبي " لي يحزن عليا تحزن عليه" ويعتبر الشخص الذي لا يستعملها على الأقل مرة في العام فهي ندر شؤم عليه ولا يخلو كل بيت في ولاية الطارف من الحناء في الأعياد والمناسبات الدينية. كالمولد النبوي والختان. في الاعراس والختان

وهناك طقوس الحناء يخصص يوم و يسمى يوم الحناء .<sup>1</sup>

كما نجدها في بعض الأحجيات الشعبية في منطقة الطارف منها : أخضر يتعلك ، أرقد لا يتعملك ، كي يجي باباك وأمك ما ينحوهاش منك  
وهنا يقصد على الحناء

---

<sup>1</sup> - الراوية رقم 6



15. فتات الحجر الخضراء Parietaria

الإسم العلمي *Parietaria officinalis*

الفضيلة : القراصيات. Urticacees.

ويطلق عليها أيضا أسماء عديدة منها : قانة لحجار تيلا ساس.

حشيشية الزجاج

الاستعمالات فتات الحجر في الثقافة الشعبية

أولا : الثقافة المادية

1. استعمالاته في الطب البديل :

- ملطفة

- مضادة للالتهاب والروماتيزم.

- مضادة لداء النقرس

- مدرة للبول.

- ملينة ومقشع

طريقة الإستعمال:

تنقع النبتة في الماء المغلى ويؤخذ كأسين باليوم كما تقوم عصارة النبتة بتنظيف الكلى ،

وتسهيل البول ومضغ النبتة يؤدي إلى تخفيف آلام الأسنان وتستعمل ككمادات على

البواسير.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> - محمد دموش : المرجع السابق، ص 148



## 16. الشندقورة :

### الاسم العلمي : *Teucrium polium*

عشبة صغيرة ، ساق متعرج ، تلو ما بين 20 - 30 سم تعتبر من النباتات المعمرة ، الأوراق المستطيلة صغيرة والأزهار أرجوانية أو صفراء ، محمولة على نورات ، ويكسو جسم النبات زغب أبيض ، وتعتبر العشبة من نباتات حوض البحر المتوسط ، وتنتشر في الجزائر في نطاق التل الجزائري تنمو على التربة الفقيرة في العناصر الغذائية والأراضي الخشنة ويطلق عليها عدة أسماء من بينها : خمافيطوس ( صنوبر الأرض )<sup>1</sup>.

### استعمالات الشندقورة في الثقافة الشعبية :

#### أولاً: الثقافة المادية

#### 1. استعمالاته في الطب البديل :

الأجزاء المستعملة طبيا : كل النبات ما عدا الجذور تعد عشبة الشندقورة من النباتات ذات الاستعمال الواسع في بلاد المغرب العربي في الطب الشعبي ، وتستعمل لأغراض كثيرة منها

- لحفظ نسبة الكوليسترول في الدم
- داء الكلب ومداواة للجراح
- تستعمل العشبة ضد أمراض الروماتيزم<sup>2</sup>.
- تستعمل لشفاء الجروح
- تستعمل العشبة لخفض التوترات الدموية
- تعتبر من النباتات الهاضمة
- تستعمل العشبة لتخفيف آلام اللوزتين<sup>3</sup>.

<sup>1</sup>- محمد دموش : المرجع السابق ، ص 109

<sup>2</sup>- المرجع نفسه : ص 110

<sup>3</sup>- الراوية رقم 6



## 17. البرواق :

### الاسم العلمي: *Asphodelus*

نبات من جنس البصل ، ونوع من الكلخ ، ورقة كورق الكراث إلا أنها أعرض ، و أطول وخضرتها مائلة إلى الصفرة وفيها الخ..... يرتفع من وسطها قضبان رخوة بداخلها شبه القطن ، ينمو نبات البرواق في الأراضي البائرة أو البرية يحتمل كثيرا البيئة الطبيعية القاسية ، ويقولون في هذا المجال أشكر من بروقه أي أنها قنوعة بالماء ، وينتشر بشكل أساسي بالأراضي الرملية ، ويغطي مكانا واسعا في اقليم البحر المتوسط الذي ينمو بأعداد كبيرة في الأماكن التي تتعرض للحرائق وينتشر في الأحراش والغابات ويحل محل الغابات المتدهورة .<sup>1</sup>

### استعمالات البرواق في الثقافة الشعبية :

#### أولا : الثقافة المادية

#### 1. استعمالاته في الطب البديل :

الأجزاء المستخدمة طبيا :

الجذور الدرنية وتجمع في الريف والخريف .

له عدة استعمالات علاجية من بينها

مدر للبول

يعتبر البرواق من النباتات الهامة في معالجة القرحة

تستعمل الدرنيات في تسكين آلام الأسنان والروماتيزم

تستعمل جذوره في علاج البرص .<sup>2</sup>

<sup>1</sup>- عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص 52

<sup>2</sup>- المرجع نفسه ، ص 53

## 2. استعمالاته في الصناعة :

- يصنع منه علف الحيوانات
- تستعمل الحلمات الجذرية لهذا النبات في صناعة غذاء صناعية .



## 18. الخزامى :

### الاسم العلمي: Lavender

الخزامى عشبة معمرة متخشبة ترتفع من 30 الى 60 سم كثيرة التفرع ، الأوراق طويلة ملساء ، الأزهار بنفسجية عطرية الرائحة مرة المذاق ، تتجمع في شكل سنابل ، تنمو في شكل طبيعي في البراري وداخل الأحراش في الطابق البيومناخي الشبه الرطب الى الرطب ، وتنمو في مختلف أنواع التربة .<sup>1</sup> و لأهميتها في تحضير العطور تزرع على نطاق واسع في اقليم حوض البحر المتوسط ، ويوجد نوعين منها : البرية المعروفة بالحلال والمزروعة ، ويطلق عليها اسم : زعرورة ، قزم حيزي البر ، والحلال ، وتطلق في ولاية الطارف بالخزامى .<sup>2</sup>

### استعمالات الخزامى في الثقافة الشعبية :

### أولا : الثقافة المادية :

### 1. استعمالاته في الطب البديل :

الأجزاء المستعملة طبيا : الأزهار التي تعمر أكثر من سنة

- لها استعمالات طبية كثيرة نذكر منها :
- تعالج الكدمات والتواء المفاصل
- يعالج آلام عرق النسا والروماتيزم
- تعالج اضطرابات المعدة وطرده الغازات وجميع الاضطرابات العصبية ( القلب العصبي ، الصداع ، التهيج )

<sup>1</sup>- عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص 89

<sup>2</sup>- الراوية رقم 3

- ينصح بها قديما باستعمال أزهارها لإعادة النطق الى اللسان بعد اصابته بالشلل  
الدهاغي وذلك بوضعها داخل الفم.<sup>1</sup>
- مدرة للبول ومنشط للعرق
- مطهر مضاد للتشنج دافع للريح
- لائم للجروح
- كذلك يستخدمها النساء قديما كعشبة مساعدة للإنجاب فهي تظهر الرحم وتستعمل  
للشرب أول يستعمل بخارها.

## 2. استعمالها الصناعية :

- يعتبر نبات الخزامى عشبة عطرية فهي تدخل في صناعة الكثير من المنتجات مثلا :
- المواد التي تطرد الحشرات فهي تضاف اليها
- تدخل في صناعة مواد التنظيف
  - تصنع منها العطور بكافة أنواعها خاصة الزيتية
  - يصنع منها الخل ( خل الخزامى )
  - يصنع الزيت ( زيت الخزامى ) .<sup>2</sup>

## 3. استعمالها التجميلية :

- تستخدم الخزامى لمنع تساقط الشعر والتخلص من قشرة الشعر
- ترطب البشرة الجافة ويعزز النضارة والاشراق
- تعالج مشكلة الرؤوس السوداء
- يحد من ظهور التجاعيد
- يجدد خلايا الجلد الميتة مما ينتج بشرة صافية .<sup>3</sup>

<sup>1</sup>- دليل النباتات الطبية : المرجع السابق ، ص 34

<sup>2</sup>- المرجع نفسه ، ص 34

<sup>3</sup>- المرجع نفسه ، ص 34

## ثانيا : الثقافة اللامادية

لقد وردت الخزامى (الحلحال) في الامثال الشعبية قديما المثل يقولوا : " كي يضيق عليك الحال عليك بالحلحال "



### 19. الفيجل : السذاب

#### الاسم العلمي : *Ruta graveolens*

الفيجل نبات عشبي معمر ، بري ، زراعي ، ويتكاثر بالبذور يتراوح طوله ما بين 50 الى 100 سم ، من فصيلة السذابيات أو الجبلية ومنها البستانيّة ، لذعة الرائحة ، حريقة ، مستقيمة ، الساق ، ليفية متصلبة في جزئها الأعلى مرطاء ، اوراقها منقطة بعدد ، متعاقبة ، مركبة لونها أخضر ، أزهارها صفراء اللون ، خنثوية ، خماسية السبلات ، المقعرة الشكل ، المتجمعة الصفحة المسننة الحافة خماسية البتلات ، صمغه شديد الحدة ، يزرع في بستان المنازل لاعتقاد النساء أنه يطرد الأذى والجن ويطلق عليه اسم السذاب .<sup>1</sup>

#### استعمالاته في الثقافة الشعبية :

##### أولا : الثقافة المادية :

#### 1. استعمالاته في الطب البديل :

- يعالج البوناغوث<sup>2</sup> أو البونغود .
- يعالج وجع المثانة والكلى .
- مدر للبول .
- طارد للرياح والغازات
- يعالج أوجاع الأذن والظهر .

<sup>1</sup> - الراوية رقم 1

<sup>2</sup> - الراوية رقم 5

- يعالج الصداع.<sup>1</sup>

ثانيا : الثقافة اللامادية :

يستعمل الفيجل في اعتقاد الأجداد أنه يقضي على الأرواح الشريرة ، فإذا غرس أمام أبواب المنازل أي عتبات البيوت فإنه يمنع الأذى وكان يقال قديما أن البيت الذي يغرس فيه الفيجل لا تدخله الشياطين ولا يصيب ذلك البيت و أصحاب البيت أذى من الجن ويبعد الحسد.

كذلك في اعتقادهم أن خلط الفيجل بالماء ويدهن به أذن الرضيع ويشرب منه قليلا فإنه

يعالج مرض البوناغوث .<sup>2</sup>



20.العرعار :

الاسم العلمي : **Juniperus**

من أسمائه : مروجيلي ، لزاب ، عرعار ، أبهل ، الطاقة ( الجزائر )

شجيرة مثمرة دائمة الخضرة تنمو في المناطق الباردة و يوجد منها ذكر و أنثى ، تعمر مئات السنين ، وهي من الأشجار الجذابة الظليلة وذات رائحة منعشة لما تحتويه من كمية وفيرة من الزيوت الطيارة ، كما أن للعرعر رائحة جميلة عند حرقه ، يعتبر من النباتات عارية البذور .<sup>3</sup>

ينمو العرعار في المناطق الجبلية المشمسة في اقليم البحر المتوسط تعيش الشجرة في المناخ الرطب والشبه الرطب.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> - الراوية رقم 3

\*- البوناغوث : هو مرض يصيب الرضيع الأكثر من 4 أشهر من أعراض هذا المرض هو حك الرضيع لأذنه كثيرا أو سيلان القيح من الأذن و إذا لم يعالج قد يؤدي إلى جعل الطفل أصما لا يسمع.

<sup>2</sup> - الراوية رقم 4

<sup>3</sup> - مي محمد الوحش : المرجع السابق ، ص 151

<sup>4</sup> - عبد النور حسان : المرجع السابق، ص 153

## استعمالات العرعر في الثقافة الشعبية

أولا : الثقافة المادية :

### 1. استعمالاته في الطب البديل :

تستخدم أوراق العرعر الطازجة شعبيا على هيئة منقوع لعلاج السل الرئوي في المناطق الذي ينمو فيه هذا النبات كما يستخدم في بعض حالات الربو بالإضافة الى ان منقوع أوراق العرعر الجافة تخفف من اليرقان ، كما يعتبر مفيد لأوجاع الصدر والغازات المعوية والسعال وضيق الرجم ، كما يستعمل مشروب أوراق العرعر لعلاج عسر البول وحصوات المجاري البولية والاستقساء ، كما يعالج حبه في علاج رائحة الفم الكريهة وثقل المعدة والشهقة كما يستعمل زيتة للمغص الكلوي .<sup>1</sup>

كما تطحن ثماره لعلاج عرق النسا .<sup>2</sup>

### 2. استعمالات العرعر في الصناعة :

يستخدم العرعر في تحضير القطران الأسود وتحضير زيت القطران في طلاء الأبواب والنوافذ و أزبار الماء الفخارية وكذلك دهان الجزء الأسفل من جدران الحمامات القديمة . كذلك كمطهر وقاتل للبكتيريا كما يستعمل أيضا لدهن أسقف المنازل الخشبية كمضاد للنمل الأبيض الأكل للخشب .<sup>3</sup>

كما يستخدم ثمار العرعر كربوب للأوعية الجلدية بعد دباغتها خاصة تلك التي تحفظ السمن والعسل ، توضع داخل الوعاء الجلدي (القرب) حتى يمكث العسل أو السمن سنين طويلة لا يتلف ولا يتغير طعمه ورائحته.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> - مي محمد الوحش : المرجع السابق ، ص 152

<sup>2</sup> - عبد الناصر مرائب : دليل العشاب في التداوي بالأعشاب ، دار نوميديا ، قسنطينة ، د ط ، د ت ، ص 204

<sup>3</sup> - مي محمد الوحش : المرجع نفسه ، ص 151

<sup>4</sup> - عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص 189



## 21. البصل:

الاسم العلمي: **Allium cepa**

البصل من الفصيلة الزنبقية ، ذو رائحة نفاثة وهو على أنواع مختلفة من حيث الشكل أو اللون والطعم والرائحة ويحتل مكانة في التغذية أكثر من أنواع الخضر الأخرى ويزرع في كل مكان في أنحاء العالم <sup>1</sup>.

وقد وردت كلمة البصل في القرآن الكريم ويحتوي على عناصر غذائية هامة : البروتينات ، الأملاح المعدنية ، الحديد والفوسفور والكالسيوم وتكثر زراعته في منطقة الطارف بكثرة <sup>2</sup>.

استعمالات البصل في الثقافة الشعبية

أولاً: الثقافة المادية :

1. استعمالاته في الطب البديل :

له فوائد عديدة وعلاجات متعددة لعدة أمراض من أهمها :

- السعال الديكي والصداع والتهاب اللوزتين والزكام
- الربو والسعال والذبححة الصدرية
- التهابات الرئة
- البروستات والبول السكري و أمراض الكلى والحصى
- عسر التبول ، علاج الشمسية \*
- القوة والنشاط وللقوة التناسلية
- للأمراض النفسية
- لسرطان الجلد
- الروماتيزم والتئام الكسور وتخفيف آلامها

<sup>1</sup>- إدريس رمضان: المرجع السابق، ص 32

<sup>2</sup>- فيصل بن محمد عراقي: المرجع السابق، ص 94-95

- للكدمات والرضوض والدمامل والمسامير والثآليل
- للجروح المتعفنة والدوالي والاكزيما
- حبوب الشباب والدوخة و أمراض العيون .
- طارد للغازات والامساك وطارذ الديدان <sup>1</sup>.

## 2. استعمالات البصل في التجميل :

يستعمل لتعزيز نمو الشعر وتطويله وتكثيفه والوقاية من تساقطه ويؤخذ عصير البصل مع العسل ويدلك به فروة الرأس.

## 3. استعمالات البصل في الصناعة :

يستعمل في صناعة مواد التحنيط قديما في عهد الفراعنة .

## 4. استعمالات البصل في الطبخ :

للبصل استخدامات متعددة في الطبخ ، حيث يمكن استخدامه في القلي ، الشوي ، التكرمل ، أو حتى نيئا في السلطات كما يمكن استعماله لإضافة نكهة الى الأطباق خاصة في الحساء والمرق.<sup>2</sup>

## ثانيا : الثقافة اللامادية :

ذكر أيضا في الأمثال الشعبية ، حيث قيل : " البرمة بلا بصل كالمرآة بلا عقل"<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> - ادريس رمضاني : المرجع السابق ، ص 33

<sup>2</sup> - الراوية رقم 4

<sup>3</sup> - الراوية رقم 5

\*- الشمسية : هي صداع في الرأس تسببه الشمس



22. الضرو Sentisque :

**الإسم العلمي Pistacin Deuterus :**

الضرو شجرة فرعاء ، دائمة الإخضرار تنمو مفترشة سطح الارض وتخرج في أغصان عدة ، أوراقها مركبة ريشية بها رائحة عطرية زكية، أزهارها متجمعة في عقده حمراء ثم سوداء، عن النضج، تنمو بكثرة في منطقة الطارف خاصة في المناطق الجبلية<sup>1</sup> ويطلق عليه في الطارف بالكظوم

**استعمالات الضرو في الثقافة الشعبية**

**أولا :الثقافة المادية**

**1. استعمالاته في الطب البديل :**

يعتبر الضرو صيدلية متنقلة ، هذه الشجرة تقطر ذهباً.

ويعالج الكثير من الامراض:

- نستعمل لحالات المغص و سوء الهضم.
- تعالج التشنجات المعوية.
- تقوي اللثة وتحافظ على بياض الاسنان ويزيد من افرازات اللعاب لاحتوائها على مادة مرة بها
- يستعمل لعسر البول وحرقة المعدة
- تذهب الصداع والنزلات وتسهل البلغم والصفراء، تقطع النزيف
- تذهب الريح الغليظة وسوء الهضم وضعف الكبد والطحال.

<sup>1</sup>- عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص117

- تقطر في الاذن لفتح سددا ، وازالة الصمم ، وإذا طبخت في الماء نفع هذا الماء في الاستسقاء وتقوية الهضم.<sup>1</sup>
- يستعمل زيت الضرو كمطهر قوي للحروق والجروح ويعتبر من أهم المواد اللامة للجروح ولا تترك آثار لها
- يساعد زيتة على إزالة القشع والشفاء من الربو

- كما يستعمل كمطهر للعين وخاصة من الأمراض الوبائية (كالرمد) وذلك بوضع كمية قليلة من الزيت فوق الجفن وتركه يتسرب ببطء داخل العين .<sup>2</sup>

## 2. استعمالات الضرو في الصناعة:

- يدخل الضرو في صناعة الصبغات والورنيش وهو نوع من الطلاء يستعمل في العمليات الجراحية وفي عمل أغشية حول الحبوب الدوائية وكمادة للمضغ.<sup>3</sup>

## 3. استعمالات الضرو في التجميل :

- يستعمل لإزالة الرائحة الكريهة من الفم
- يستعمل زيتة في الأقنعة التجميل لترطيب البشرة
- يستعمل كمرهم لعلاج تشقق القدمين .<sup>4</sup>

<sup>1</sup>- دليل النباتات الطبية : المعهد الوطني للأبحاث الغابية ، المحطة التجريبية لأنظمة البيئية الأرضية الرطبة ، بلدية السوارخ ، الطارف ، 2020

<sup>2</sup>- عبد الناصر مراتي: المرجع السابق ، ص 98

<sup>3</sup>- عبد النور حسان : المرجع السابق، ص 119

<sup>4</sup>- المرجع نفسه ، ص 120



## 23. الدفلى Laurier rose :

### الإسم العلمي Nerium oleander

شجيرة ، يبلغ ارتفاعها 4 متر دائمة الخضرة ، أو إنها حرايبية الشكل طويلة ، لونها يميل إلى الزرقة، وسيقانها طويلة ، الأزهار مستديرة تحتوي على خمس ورقات وردية والثمار صلبة متفتحة قشرية تحتوي بذور مكسوة بشعيرات ناعمة كالحبر. <sup>1</sup>

يملك نبات الدفلى خواصا مرنة اتجاه تحمله لمختلف أنواع المناخات وينتشر في المناطق القاحلة إذا ما توفرت لقليل من الرطوبة ينتشر على نطاق واسع في الأودية والشعاب ، وقد جاءت كلمة Nerium من كلمة Neros اليونانية وتعني رطب إشارة إلى طبيعة الوضع الذي توجد فيه ، <sup>2</sup> ويوجد بالنبات لبن ( حليب ) نباتي يحتوي على جلوسيدات البيرين واوسرين والفوليس

### استعمالات الدفلى في الثقافة الشعبية:

#### أولا: الثقافة المادية

#### 1. استعمالاته في الطب البديل :

الاجزاء المستعملة طبيا: الأوراق ، القشور ، الجذور

نظرا لخطورة نبات الدفلى لكون ساما. فإنه ينصح بعدم استعماله في المداوات الا بمشورة أهل الاختصاص والخبرة ، ويمكن أن يعيد النبات في علاج الكثير من الأمراض المزمنة وخاصة ما يتعلق الامر بالأمراض الجلدية ومن أهم خواصه الطبية:

- أن النبات يستعمل كمنشط جيد للقلب لاحتوائه على الجلوسيدات
- ستخرج من العلف زيت عالي السمية يفيد في علاج الامراض المزمنة التي تصيب الجلد كالصدفية

<sup>1</sup> - عبد النور حسان : المرجع نفسه، ص109

<sup>2</sup> - المرجع نفسه، ص110

- يستعمل مغطى الاوراق في تقوية اللثة والأسنان كغرغرة ولفظ للأنف لإزالة مختلف الالتهابات.

- ينفع من وجع المفاصل<sup>1</sup>.

2. استعمالاتها التجميلية.

- اذا جلبت عيون الدفلى الغصة ودرست و هرسست حتى تنعم وطبخت في السمن تطفى في فروة الرأس لإنبات الشعر المتساقط

- مفيدة الجلد للتخلص من الحكة والجرب والبرص

3. استعمالاتها الصناعية

- تدخل في صناعة المبيدات الحشرية والبراغيث والحشرات الزاحفة الضارة ، فقديما كانوا يرشون مغلَى الدفلى في البيوت الريفية الشعبية للتخلص من الحشرات

ثانيا: الثقافة اللامادية :

1. الأمثال الشعبية :

" ما يعجبكش نوار الدفلى في الواد داير ظلليل ومايغركش زين الطفلة حتى تشوف لفاعيل "

2.

---

<sup>1</sup> - عبد النور حسان ،المرجع نفسه، ص 111

<sup>2</sup> - الراوية رقم 3



## 24. الرند Laurier d'a Pollon :

الإسم العلمي *Laurus nobilis*

الرند عبارة عن شجيرة ترتفع من 2 الى 10 متر، الساق جرداء: ذات لون بني يميل إلى الأسود، الفرع منتصب ، الاوراق خضراء قائمة لماعة من أعلى مسننة متعاقبة دائمة : الأزهار بيضاء صفراوية تنتظم في خنميات عن إبط الأوراق . ثنائية المسكن، الرائحة عطرية الازهار و الأوراق.<sup>1</sup>

يعتبر اقليم حوض البحر المتوسط مكان انتشار هذا النبات الشجيري ويعتبر من النوع المحب للرطوبة لذا ينمو على الاراضي ذات الطابع البيومناخي في الرطب والشبه رطب او يجيد الترب السيليسية ويكثر في غابات منطقة الطارف ، ويطلق عليه عدة تسميات منها : الرند (سوريا والجزائر) الغار، دفنة ، لورة ، عصار أو ورق موسى

استعمالات الرند في الثقافة الشعبية.

أولا : الثقافة المادية .

1. استعمالاته في الطب البديل :

- الاجزاء المستعملة الطبية : الأوراق دون سيقانها ، الثمار

من داوعي استعمالاته العلاجية تذكر:

- يعالج نبات الرند الوهن العام والتعب

- منظم جيد الاضطرابات الحيض.

- يفيد في آلام الروماتيزم وعرق النسا

- تعتبر من النباتات الهاضمة الأطعمة ويعتبر مفيد الجهاز الهضمي.

- يساعد على النوم

<sup>1</sup> - عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص 112

## 2. استعمالاته في الطبخ:

نظر لرائحته العطرية يستعمل في الطبخ لإضافة النكهة خاصة الاطعمة التي تحتوي على اللحم<sup>1</sup>

## 3. استعمالاته الخاصة في الصناعة

يدخل في صناعة المبيدات الحشرية، وقد كان يستخدم قديها في البيوت الشعبية كطارد للحشرات

## 4. استعمالات التجميلية :

- يعرف ورق الرند بقدرته على تعزيز جمال البشرة والحد من ظهور علامات الشيخوخة
- كما يستعمل في بعض المشكلات الجلدية مثل : حب الشباب والندوب
- يمنح البشرة مظهرا نظرا وحيويا<sup>2</sup>.



## 25.الدردار FRENE :

### الاسم العلمي Fraxnus Excelsion

يوجد أكثر من 400 نوع نباتي من هذه العائلة، وتعتبر مجموعة نباتية منظورة لأنها من أواخر النباتات التي ظهرت على وجه الأرض ويطلق عليها أسيدات البذور، وهي شجرة ترتفع إلى ما بين 20- 40 م بجذع مستقيم عار اللحاء رمادي ناعم في بداية النمو ثم يتشقق شقوق طويلة ، الأوراق سويقية، ريشية وثرية خضراء قاتمة من الجهة العليا شاحبة من الجهة السفلى بيضاوية ومسننة ، الأزهار بنية<sup>3</sup>، ينمو نبات الدردار في الغابات الباردة ، والوهاد والاراضي الخصبة ، على ارتفاع 1400م ويوجد في منطقة الطارف ويطلق عليه عدة أسماء المران ولسان العصفور .

<sup>1</sup>- الراوية رقم 5

<sup>2</sup>- الراوية رقم 2

<sup>3</sup>- عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص 141

- استعمالات الدردار في الثقافة الشعبية

أولا: الثقافة المادية

1. استعمالاته في الطب البديل :

الأجزاء المستعملة طبيا : الأوراق الثمار لحاء الأغصان

استعمالات علاجية متنوعة تذكر منها:

- يستعمل ضد الحمى وكمنشط ومضاد الالتهابات ومعرق
- يستعمل كمادة مطهرة للجهاز البولي لكونه مدر للبول
- وينقي الجسم من السموم.
- نبات مسهل و لعلاج الانتفاخات الحادثة في الأذن.
- إذا قطرت عصارة الورق أبرأت من ورمها .
- يستعمل كمخفض الوزن وضد توتر الأعصاب وحموضة البولة في الدم، وداء المفاصل والالتهاب الروماتيزمي الحاد والمزمن
- قشوره مفيدة للمعدة

2. الاستعمالات التجميلية:

- محاربة شيخوخة البشرة والتجاعيد
- علاج التصبغات الجلدية والبقع الداكنة
- وقيل قديما إذا طبخت قشرته بالخل وصلي على البرص أذهبه .<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> - الراوية رقم 6



## 26. الفول السوداني :

### الاسم العلمي: *Arachis hypogaea*

الفول السوداني هو محصول زراعي شائع ومفيد للجسم ويعتبر غذاء جيد، وهو نوع من البقوليات التي تنزع في منطقة الطارف وهو نبات عشبي معمر ولكنه يزرع كنبات حولي يزهر فوق الأرض، ولكنه ينتج ثماره تحتها مثل معظم البقوليات كما يحتوي على جذور تحتوي على عقيدات من بكتيريا تثبت النيتروجين مما يجعله محصولاً قيماً يثري التربة.<sup>1</sup> و يطلق عليه اسم الكوكاو في منطقة الطارف ويزرع في السبعة ولا بالريحان والريغية وضواحي القال

### استعمالات الفول السوداني في الثقافة الشعبية

#### أولاً: الثقافة المادية

#### 1. استعمالاته في الطب البديل :

- فوائد الفول السوداني كثيرة على صحة الإنسان نذكر منها :
- الحفاظ على صحة القلب وهو ما ساعد على الوقاية من أمراض القلب لأنه يخفض مستويات الكوليسترول ومنع الجلطات الدموية الصغيرة لاحتوائه على نسبة عالية من المغنيزيوم والنحاس مما يساهم في الحفاظ على صحة القلب.<sup>2</sup>
  - الحفاظ على الوزن وتقلل خطر الإصابة بالسمنة
  - منع حصوة المرارة
  - الوقاية من السرطان
  - تقليل الالتهابات في الجسم
  - محسن للعظام الألياف الموجودة فيه تحسن عملية الهضم.

<sup>1</sup> - محمد محمود عبد الله : المرجع السابق ، ص 62

<sup>2</sup> - المرجع نفسه ، ص 62

- وتمنع الإمساك <sup>1</sup>.

- مقوي العظام يحتوي على معادن مثل : الكالسيوم والمغنسيوم <sup>2</sup>.

2. استعماله في الصناعة.

يدخل الفول السوداني الكثيرة في الكثير من الصناعات مثل : الحلوى والصابون ويستخرج منه زيت يعرف بزيت السوداني . كذلك يدخل بتركيز مرتفع في صناعة الحلاوة الطحينية ويصنع منه زبدة الفول السوداني.

3. استعماله في الطبخ :

- يؤكل بعد القلي والتقليح

- يستعمل في حشو بعض الحلويات <sup>3</sup>.



27.الريحان Basilic :

الاسم العلمي

الريحان هو نبات عشبي حولي، وهو عبارة عن شجيرة برية ، يبلغ طولها حوالي 3 أمتار، من عائلة الآسيات ، حلو الخشب ، غصن الورق والثمار، تكثر في الغابات وهو نبات من أصل هندي ، يزرع في أطراف المتوسط وانتشر في كل أنحاء العالم ، <sup>4</sup>وينمو في مختلف المناطق ويكثر في غابات ولاية الطارف.

<sup>1</sup>- محمد محمود عبد الله : المرجع نفسه ، ص 62

<sup>2</sup>- محمود الحلفاوي : المرجع السابق ، ص 40

<sup>3</sup> - الراوية رقم 6

<sup>4</sup>- عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص25.

أزهار الريحان بيضاء إلى وردية وثماره بنفسجية اللون أو مائلة إلى السواد عن نضجها ، حلوة الطعم وأزهارها و ثمارها لهما رائحة طبية،<sup>1</sup> ويطلق عليه عدة أسماء من بينها : ريحاني - حبق ، نور و نجاني وفي الطارف يطلق عليه العضارة أو الغذارة

استعمالات الريحان في الثقافة الشعبية.

اولا: الثقافة المادية:

### 1. استعمالاته في الطب البديل :

يستخدم في الجانب الطبي الأوراق والأزهار والثمار حيث يزهر في الصيف إلى الخريف ويحتوي على زيوت طيارة . وعلى الرغم من أهميته العلاجية لهذا النبات ، إلا أنه قليل الاستعمال بالقدر المطلوب في بلادنا لجهل العامة بفوائده ويمكن ابراز اهميته في التالي :

- مهدئ للتشنجات العصبية.
- مدر للبن المرضعات.
- نافع للصداع النصفى أو الشقيقة
- يفيد في علاج الإسهال المزمن.
- بعيد في علاج السعال للأطفال.
- مدر للبول ومقو للقلب
- يخفف تقلصات المعدة والكلى،
- كما يعتبر : فاتح الشهية ومنشط لإفرازات المعدة ، ويعالج آلام الحيض والحروق<sup>2</sup>

### 2. استعمالات الريحان في الطبخ:

<sup>1</sup>- رزق عبد العزيز أبو الفتوح : الحجامه المهداة والتداوي بالأعشاب، دار الغد الجديد ، المنصورة ، مصر، 2005، ص144.

<sup>2</sup>- عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص 25

- يستخدم كتابل حين يمزج مع بعض النباتات الأخرى ويضاف إلى الطعام.
- استعمالات الريحان في التجميل:
- يستعمل في تسريع التآم الدامل والبثرات الجلدية. حب الشباب
- يمنع تساقط الشعر.<sup>1</sup>
- يستعمل كمرهم لإزالة آثار الحروق.

### 3. استعمالات الريحان في الصناعة :

- يستعمل في الصناعة لأنه يضاف إلى المواد التنظيف كمعجون أسنان بفضل رائحته الطيبة

- يستعمل الريحان أيضا في صناعة العطور



### 28. القراص ( الحريقة )

الاسم العلمي Urtica dioica :

الحريقة من النباتات الحولية التي تظهر في الأراضي الزراعية بشكل مزعج كعشب دخيل ويصعب التخلص منه حيث يوجد بصور كثيفة حول البيوت الريفية وفي المزابل والمنازل القديمة والمهجورة ويوجد نوعان من القراص الصغير ويصل ارتفاعه نحو 50 سم و الكبير علوه يفوق 1 م و هو نبات له أوراق معنقة يغطي أوراقه شعيرات تحدث تهيجا للجلد عند

ملامستها اياه،<sup>2</sup> حيث يعاني الإنسان الألم الشديد عن محاولته لمس النبات بيده

- أما الازهار صغيرة خضراء اللون تكون يشكل عناقيد تتلى نحو الأسفل وتزهو ما بين مارس وديسمبر<sup>3</sup>

ويوجد بكثرة في منطقة الطارف ولها عدة أسماء منها، قريص، حريق، حرايق . وفي الطارف يطلق عليه اسم الحريقة.

<sup>1</sup> - المرجع نفسه، ص 269

<sup>2</sup> - عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص 37.

<sup>3</sup> - محمد الحلفاوي : المرجع السابق، ص 103

استعمالات الحريقة في الثقافة الشعبية:

اولا: الثقافة المادية :

### 1. استعمالاته في الطب البديل :

الأجزاء المستعملة طبيا : العشبة المزهرة بكاملها بما فيها الجذور وتجمع العشبة من أوائل الربيع حتى الخريف وتجمع الجذور في آخر الصيف يعد القراص من النباتات الهامة بما تحتويه من مواد فعالة وما تعالجه من أمراض مستعصية ومن الاستعمالات العلاجية نذكر:

- يساعد في تقوية كريات الدم الحمراء وتكوينها وهي بذلك
- تعالج فقر الدم لاحتوائه على الحديد ، وضعف القلب
- و تقلل من زيادة الضغط في تصلب الشرايين
- تنظيم الهضم وعملية التمثيل الغذائي، ومعالجة الجهاز الحصي والقرحة المعدية والمعوية والبواسير ..
- تعالج الحروق من الدرجة الأولى ( احمرار الجلد فقط ) وذلك بمكمدات
- القراص من النباتات المطهرة للجروح الملوثة
- يوقف الرعاف ومقو الدورة الدموية ويخفض مستوى السكر في الدم .<sup>1</sup>
- تعالج الشلل الناتج عن انفجار شرايين الدماغ بذلك الأطراف المشلولة بمرهم من عشبة القراص .
- توقف النزيف الداخلي للرئة ( السل الرئوي ) أو نزيف الرحم و الجهاز البولي
- يعالج الاكزيما وداء النقرس والبول السكرى وتنظيم الحيض و تعالج القروح السرطانية
- يدر الحليب للمرضع وإسهال الرضع ويعمل القارص على تهيج شهوة الجماع
- يعالج الحصبة

<sup>1</sup> - أيمن سليمان مزاهرة ، المرجع السابق ، ص 225

## 2. استعمالات القراص في التجميل:

- يستعمل خل القراص في معالجة الشعر منعه من التساقط بفركه يوميا بقطعة من القماش في جلد الرأس

## 2. استعمالات القراص في الصناعة :

- يصنع منه معجون الأسنان لإحتوائه على مواد مفيدة للثة والغم ، ويصنع منه غاسول للغرغرة عن طريق الفم التهيجات.<sup>1</sup>

## 3. استعمالات القراص في الطبخ:

تستعمل الحريقة في الطبخ اما أن تغلى أو تقور حتى تزول منها المادة الحارقة وتخلط مع مكونات أخرى وتطهى فأجدادنا سابقا كانوا يستعملونها  
مزاللت تطبخ عند نساء الأرياف فقط.<sup>2</sup>



## 29. التين الشوكي :

### الاسم العلمي: Le figue de bambarie

التين الشوكي هو نوع من أنواع الفواكه تنمو ثماره على أطراف ألواح صنف معين من أشجار الصبار وهو بذلك يعتبر نبتة صبارية لها سيقان تشبه الأوراق عليها أشواك و هي معمرة كثيرا و لها قدرة عجيبة على مقاومة الجفاف و يزرع خاصة في الأرياف ،فسكان الأرياف يزرعون هذه النبتة كسور لحماية ممتلكاتهم و الاستفادة من ثمرها الشهي الذي ينضج عادة في بداية فصل الصيف.<sup>3</sup> و ثماره شكلها أسطواني و تحتوي القشرة الخارجية للثمار على القليل من الشوك و تكون القشرة و اللب اخضر في البداية ومع نضج الثمار يتغير لون اللب من الاصفر إلى الأحمر، و رائحته أقرب إلى رائحة الخيار. و له عدة

<sup>1</sup> - أيمن سليمان مزاهرة ، المرجع السابق، ص 226

\*- الحصبة هي عبارة عن حبوب حمراء صغيرة تصيب الجلد مع ارتفاع في درجة الحرارة.

<sup>2</sup> - الراوية رقم 5

<sup>3</sup> - بخوش صالح : المرجع السابق، ص 11

تسميات منها: كرموس النصارى، النصرانية في الغرب الجزائري أما في الشرق خاصة ولاية الطارف فيسمى ب: الهندي و يسمى ايضا فاكهه الفقراء وهو يساهم في التقليل من انجراف التربة و يحمي المراعي و يساهم في إعطاء غطاء نباتي.

### استعمالات التين الشوكي في الثقافة الشعبية

#### أولا: الثقافة المادية:

1. استعمالاته في الطب البديل : له فوائد طبية و علاجية متنوعة نذكر منها :

- تقوية المناعة لاحتوائه على نسبة عالية من فيتامين ج و هـ.
- تقوية العظام و الأسنان لإحتوائه على مركبات كيميائية التي تساعد على الوقاية من الالتهابات التي قد تصيب العظام و هو يقلل نسبة الإصابة بهشاشة العظام ، و كذلك لإحتوائه على الكالسيوم
- خفض الضغط المرتفع و تحسين صحة القلب و الشرايين
- تحسين صحة الجهاز الهضمي
- تنظيم مستويات السكر في الدم
- يساعد في التخلص من الوزن الزائد
- يقي من السرطان و يمنع نمو و انتشار السرطان للمصابين به
- يسبب الإمساك عند الإكثار منه <sup>1</sup>.

#### 2. استعمالاته التجميلية:

- يحمي البشرة من الشيخوخة و التجاعيد و علامات التقدم في العمر
- يستعمل كقناع للتخلص من التصبغات و علاج الكلف.
- يوضع تحت العينين لتقليل الهالات السوداء.
- يوضع أيضا في فروة الشعر لمنع التساقط.

<sup>1</sup> - محمد دموش : المرجع السابق ، ص 185

- يستعمل كعلاج لفقدان الوزن و التخلص من الدهون المتراكمة.

### 3. استعمالاته في الصناعة:

- الصناعات الغذائية: يستخدم في تحضير العصائر ، الهلام ، الحلويات و الشاي.
- الصناعات الدوائية: يستخدم في صناعة الأدوية و المستحضرات الطبية.
- صناعة المربي و زيت الصبار و تستخرج من التين الشوكي
- الديكور الداخلي و الخارجي: يمكن إستخدامه في تزيين الأسطح و الجدران و الأرضيات و الاثاث.

### ثانيا: الثقافة اللامادية :

يعتقد القدامى أن نبتة الصبار تقي من العين والحسد وقد كانوا يضعونها فوق سطح بيوتهم أو عتبة البيوت أو عند اقتناء أشياء جديدة ( سيارة ) فهم يتباركون بها



### 30. الحنظل:

#### الاسم العلمي:

نبات عشبي زاحف معمر يتبع الفصيلة القرعية و هو من النباتات الشديدة المرارة و له ازهار صفراء و ثمار تشبه في حجمها البرتقالة او التفاحة ذات لون مخضر مخطط ببياض قبل النضج ثم تتحول الى اللون الاصفر و الثمرة ملساء و يحتوي على لب اسفنجي و هو الذي يغرى إليه التأثير المسهل القوي و يعتبر الحنظل من اقوى المسهلات على الإطلاق ، كما يحتوي على عدد كبير من الجذور بين اللب الاسفنجي و تسمى بذور الحنظل "هبيد" <sup>1</sup>. يتواجد الحنظل في السواحل البحرية لشمال إفريقيا و يتواجد في منطقة الطارف بشكل كبير و ينتشر في المناطق الصحراوية و هو نبات زاحف بري <sup>2</sup>، له عدة تسميات منها: العلقم ، التفاح المر.

<sup>1</sup> - محمد دموش : المرجع السابق ، ص 100

<sup>2</sup> - الراوية رقم 01

استعمالات الحنظل في الثقافة الشعبية:

أولاً: الثقافة المادية.

1. استعمالاته في الطب البديل :

الأجزاء المستعملة طبيا:

○ لب الثمار

○ البذور

يفيد نبات الحنظل في علاج العديد من الأمراض نذكر منها :

- تخفيض نسبة السكر في الدم خاصة غلاف البذرة.
- يستعمل كمادة مسهلة قوية و لكن بالنسبة للبواسير تؤخذ الثمرة قبل النضج و هي مازالت خضراء و تقسم الى أربع قطع و تستعمل كل قطعة لدهن البواسير و هي وصفة مجربة عن الأجداد و ناجحة.
- رماد الحنظل يرد ألوان العين إلى السواد و يزيل حمرة العين.<sup>1</sup>
- و المعروف قديما عند أهل السودان يقومون بتقطير بذور الحنظل بطريقة بدائية فتخرج نتيجة لذلك خلاصة ممزوجة بالكربون تسمى (قطرات الحنظل) الذي يعالج به الحيوانات خاصة الإبل من الجرب و يعالج به أيضا الجروح القديمة عند الإنسان.
- يستعمل في علاج الجذام و الصمم و البرقان.
- يستعمل كمنقوع و مشروب لإزالة حالات الإمساك المزمن و لتنشيط حركة الأمعاء و المعدة و يساعد على الهضم و تقليل الغازات.
- علاج الثآليل و عين السمكة و الفطريات بحك المنطقة المصابة بنبات الحنظل.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> - الراوية رقم 01

<sup>2</sup> - الراوية رقم 5

## 2. استعمالاته التجميلية:

كانت النساء قديما يستخدمونه لإضفاء السواد على شعورهن و تأخير ظهور الشيب.

## 3. استعمالاته في الصناعة:

يصنع من نبات الحنظل زيت يفيد في علاج الأمراض الجلدية كالجرب و يستخدم في طرد القراد العالق بجلد الحيوانات و المواشي و الطيور المنزلية. لكن للأسف نبات الحنظل و بكل خصائصه و أسراره العلاجية التي يتميز بها إلا أنه يعد أحد أركان الثروة النباتية المهملة و الضائعة.<sup>1</sup>

## ثانيا: الثقافة اللامادية:

- الحنظل نبات شديد المرارة و عادة يضرب به المثل فيقال " أمر من الحنظل " و كذلك مثال شعبي يقول: المر ينحي الضر " أي الشيء المر هو الذي يقضي على الضر و هو المرض.<sup>2</sup>

- ويضرب به المثل في المرارة ويقال " مر حدج " والحدج هو نوع من الحنظل.<sup>3</sup>



## 31. الخروب caroubier :

## الاسم العلمي ceratonia siliqua :

الخروب شجرة دائمة الخضرة تنتمي إلى الفصيلة البقولية تعيش في المناطق المتوسطية خاصة بلدان المغرب العربي و يسمى أيضا الخروب او الفانيليا .<sup>4</sup> و بذور الخروب صلبة جدا مببطة لونها بني وقد كان العرب الأوائل يسمونها عيون الديكة و يقال أنها الأصل

<sup>1</sup> - الراوية رقم 3

<sup>2</sup> - الراوية رقم 6

<sup>3</sup> - الراوية رقم 2

<sup>4</sup> - محمد دموش: المرجع السابق ، ص 30

لوزن القيراط المستعمل في وزن الأحجار الكريمة كالماس<sup>1</sup> و تنمو أشجار الخروب في بلاد حوض البحر الأبيض المتوسط.

### استعمالات الخروب في الثقافة الشعبية:

أولاً: الثقافة المادية:

#### 1. استعمالاته في الطب البديل :

لقد كتب الطبيب الاغريقي سقوريدس في القرن الأول الميلادي أن ثمار الخروب تفرج ألم المعدة و تنظم الهضم و يستعمل لعلاج عدة أمراض من بينها: يعالج حموضة المعدة و يطهر الأمعاء و مفيد للمغص و مدر البول و طارد للديدان و يعالج الاسهال.

يستخدم لمضمضة الأسنان و اللثة.

مفيد لمرض السكري.

ينشط إفرازات المرارة.

يستعمله القدامى للحيوانات لمنع حدوث الاسهال فالخروب يقضي على بعض أنواع الجراثيم خاصة جراثيم العائلة المعوية<sup>2</sup>

يعتبر الخروب من أهم النباتات الحاسبة للبطن و رديئة للصدر و الرئة.

تزيل قرون الخروب الطرية إزالة كلية للتآليل<sup>3</sup>.

#### 2. استعمالاته في الطبخ:

يستعمل لب الثمرة كطعام حلو. كما يستخدم في إضافته إلى طعام المرأة النافس يخلط مع القمح و يطبخ منه الزيرة و يطبخ منه الكعك و الفطائر

<sup>1</sup> - خالد السيد أحمد : المرجع السابق ، ص 71

<sup>2</sup> - المرجع نفسه ، ص 72

<sup>3</sup> - عبد النور حسان : المرجع السابق ، ص 140

### 3. استعماله في الصناعة:

للخروب عدة استعمالات في الصناعة بما في ذلك إنتاج دبس الخروب و الشراب ، و استخدامه كبديل للكاكاو في الشوكولاتة و الحلويات ، و استخدامه في صناعة الأدوية و الأغذية كمثبت و محسن للملمس.

و يدخل أيضا في صناعة المستحضرات التجميلية و المبيدات الحشرية.<sup>1</sup>

### 4. الاستعمالات التجميلية:

يعتبر الخروب و خاصة دبسه و مسحوقه من العناصر الطبيعية التي يمكن استخدامها في التجميل لفوائدها العديدة للبشرة و الشعر .

يستعمل دبس الخروب كغسول للوجه حيث يزيل الزيوت الزائدة و ينظف البشرة بعمق، أما مسحوق الخروب فيمكن استخدامه في الوصفات الطبيعية لترطيب البشرة و تقليل التهاباتها.<sup>2</sup>

### ثانياً: الثقافة اللامادية:

يستعمل في اعتقاد أجدادنا و آبائنا في قطع الثآليل.<sup>3</sup>

### 32. الرمان :



الاسم العلمي : Punica granatum

الرمان نبات يزرع على نطاق واسع كنبات للزينة و الثمار ولها أهمية في التغذية يقال أن موطنها الأصلي هي بلاد إيران و الشمال الغربي ثم تم نقلها الى شمال إفريقيا و الأندلس

<sup>1</sup> - دليل النباتات الطبية : المرجع السابق، ص 35

- الزريرة : هي خليط من القمح المطحون ومكونات اخرى تقدم للمرأة حديثة الولادة لما فيها من فوائد لإدرار الحليب وتقوية جسم الأم

<sup>2</sup> - دليل النباتات الطبية : المرجع نفسه ، ص 35

<sup>3</sup> - الراوية رقم 1

أثناء الفتوحات الإسلامية لينقلها فيما بعد الإسبان الى أمريكا يوجد الرمان على ثلاثة أنواع: حلو و معتدل و حامض.<sup>1</sup>

يحتوي الرمان على سكر المانتول و غيره من السكريات كما يحتوي على نسبة عالية من عنصر الحديد و تحتوي القشور على حمض التنيك و هي مادة قابضة كما أنها توجد في القشرة البيضاء الداخلية و تحتوي على فلويدات أهمها البلترين و تحتوي البذور على فيتامين أ. ب. ج و سكريات و بروتينات و مواد دهنية و أحماض عضوية أهمها حمض الستريك.<sup>2</sup> ومنه نستنتج أن نبات الرمان هو شجيرة لها سعة الانتشار تنمو في مختلف المناخات وفي كل أنواع التراب.

### استعمالات الرمان في الثقافة الشعبية

#### أولاً: الثقافة المادية

#### 1. استعمالاته في الطب البديل

الأجزاء المستعملة طبياً هي: الأزهار قبل تمام التلقيح و الأوراق خلال الصيف أيضاً الثمار عند النضج و القشور.<sup>3</sup>

الرمان معروف و خاصة قوته الطاردة لدودة التينبا بما تحتويه القشور و الجذور من خواص طبية فعالة لتهيئة وسط غير ملائم للنمو و الانتشار الأوراق تستعمل لدى مرضى فقر الدم و الأزهار في معالجة الإسهال و كذلك يملك خاصية هاضمة و خاصة بالنسبة للشحم و الدهون لذا يستعمل مع الطعام الثقيل.<sup>4</sup>

<sup>1</sup> - عبد النور حسان: المرجع السابق، ص 233

<sup>2</sup> - إدريس رمضان: المرجع السابق، ص 48

<sup>3</sup> - عبد النور حسان، المرجع السابق، ص 233

<sup>4</sup> - المرجع نفسه، ص 234

و يعالج أيضا الرمان الزكام ، القيئ، قرحة المعدة، أمراض اللثة ، البواسير الجذري و اثاره ، و الحموضة في المعدة .<sup>1</sup> و منه نستنتج أن نبات الرمان يستخدم على نطاق واسع في الطب سواء أن كان طباً تقليدياً أو حديثاً.

## 2. استعمالاته في الطبخ : تستخدم بذور الزمان في العصائر والحلويات

والأطباق المالحة مثل أكلة العصيدة\* وهي أكلة تشتهر بها منطقة الطارف وخاصة في موسم الحصاد حيث تقدم أطباق من العصيدة بالزبدة والعسل مع بذور الرمان للعمال ، أما قشور الرمان فتغلى وتضاف للشاي كمشروب دافئ.<sup>2</sup>

## 3. استعمالاته في الصناعة : يستخدم الرمان في دباغة الجلود وتخضيب الحناء وإنتاج العصائر والمشروبات .<sup>3</sup>

كما يستخدم الزمان في تحضير المربي والجيلي واستخراج الزيوت.<sup>4</sup>

## 4. استعمالاته في التجميل : يضاف الرمان المطحون إلى بعض المواد مثل العسل ، الزبادي أو الليمون ويحضر كقناع للوجه. كما يستخدم زنته لتطبيب البشرة وتدايها للتقليل من ظهور التجاعيد .<sup>5</sup>



## 3.3 العنب

الإسم العلمي Vitis vinifera :

العنب عبارة عن فاكهة لذيذة تنمو على شكل عناقيد تتنوع ألوانه بين الاخضر والأحمر والأسود والأرجواني، وهو ناعم القشرة ، لبي عصيري تنمو على شجر الكرم.

<sup>1</sup> - إدريس رمضان، المرجع نفسه، ص 49

<sup>2</sup> - الراوية رقم : 1

<sup>3</sup> - عبد النور حسان، المرجع السابق، ص 234

<sup>4</sup> - الراوية رقم 6.

<sup>5</sup> - الراوية رقم 3

\* - العصيدة : أكلة من تراثنا الشعبي تتكون من دقيق القمح والملح

البيئة الطبيعية لنمو وتكاثر العنب هي المنطقة المعتدلة والدافئة ويزرع على نطاق واسع في منطقة الطارف نظرا لأهميته الاقتصادية والعلاجية والغذائية لاحتوائه على نسبة كبيرة من

الكالسيوم والفسفور والحديد والبوتاسيوم<sup>1</sup>.

استخدامات العنب في الثقافة الشعبية

أولا : الثقافة المادية:

1-استعمالاته في الطب البديل :

الأجزاء المستخدمة طبيا : الأواق والمحاليق والثمار عند النفخ.

وله فوائد علاجية متنوعة نذكر منها :

- يفيد في تنقية الدم

- منشط لعملية الهضم

- ينشط الأعصاب والعضلات<sup>2</sup>.

- يفيد في الأمراض الصدرية والبرد والسعال

- مطهر للجهاز البولي وإفرازات الصفراء وطارد للسموم

- تقلل من ارتفاع ضغط الدم.<sup>3</sup>

2.استعمالاته في الطبخ:

تستعمل أوراق العنب في طهي طبخة المحشي ويعتبر محشي أوراق العنب غذاء جيد

ومفيد لأنه يزيل التعب ويذهب الإرهاق<sup>4</sup>. كذلك يصنع منه الحلوى والكعك وطبق

المسفوف ، ويستعمل أيضا في السلطات والعصائر.

---

<sup>1</sup>- عبد النور حسان : المرجع نفسه، ص 242

<sup>2</sup>- عبد النور حسان، المرجع السابق ، ص 243

<sup>3</sup>- المرجع نفسه ، ص 244

<sup>4</sup>- محمد محمود عبد الله : المرجع السابق ، ص 41

### 3. استعمالاته في الصناعة:

يصنع منه النبيذ ويتم تجفيفه لانتاج الزبيب الذي يستخدم في صناعة دبس العنب والمربي

### 4. استعمالاته في التجميل:

- يعتبر مفتح البشرة ويجدد خلايا البشرة

- يعزز نمو الشعر.<sup>1</sup>

ثانيا : الثقافة اللامادية:

نجد العنب في الامثال الشعبية المنطقة الطارف : اللي ما لحقش على العنب قال قارص ، يقال للشخص الذي لا يستطيع الوصول إلى شيء ما ، فيصفه بالسوء لكي تخفف عن نفسه الشعور

بالخسارة ومعنى المثل : أنه من لم يصل للعنب قال عنه حامض.<sup>2</sup>

الاستنتاج في آخر الفصل الثاني

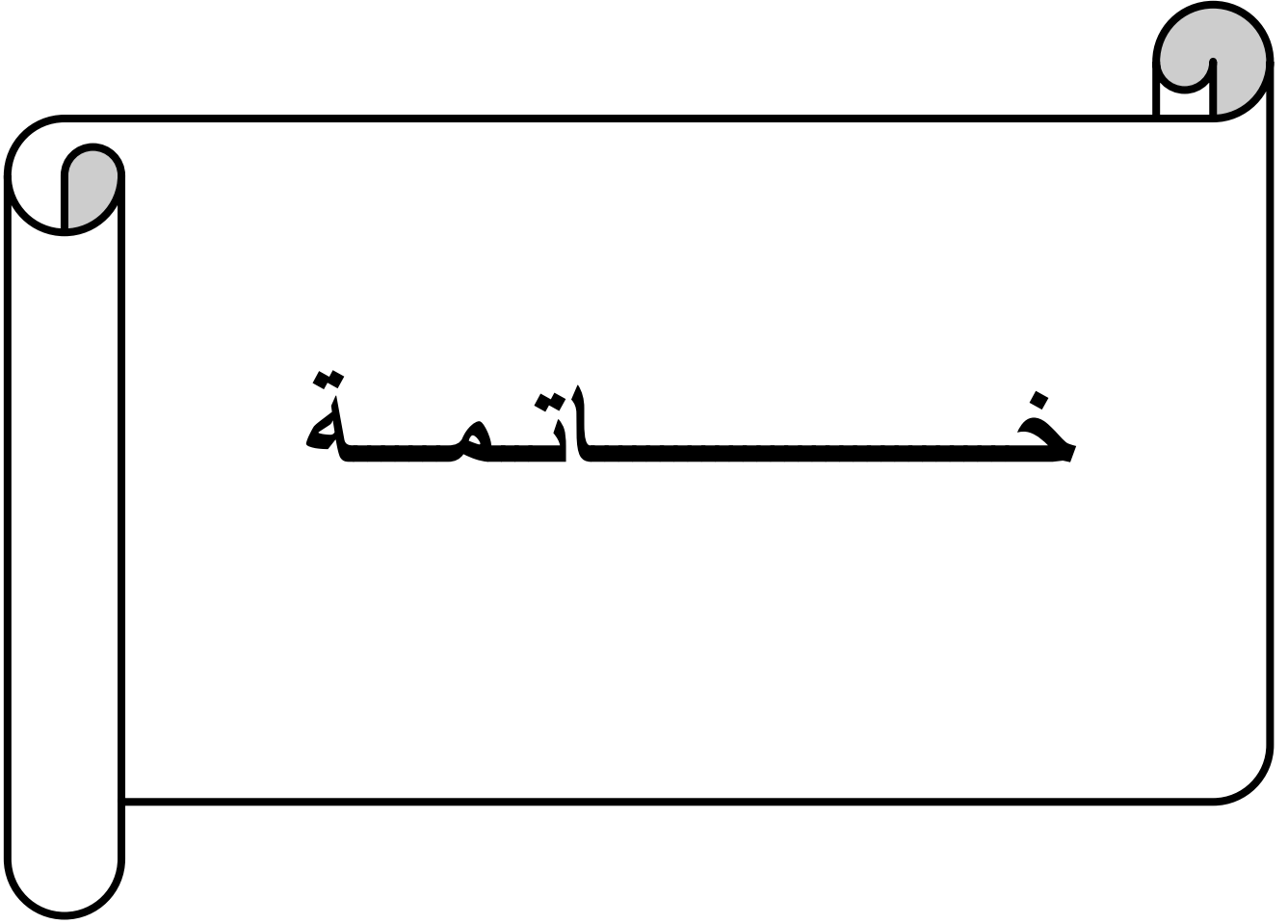
نستنتج من خلال دراستنا الميدانية لهذا البحث أن النباتات المتواجدة في منطقة الطارف لها استخدامات عديدة ومتنوعة منها المادية وأكثر الاستخدامات المادية هو الجانب الطبي والعلاجي الذي طغى على الجوانب الأخرى، أما اللامادية فهي قليلة جدًا مقارنة بالمادية

---

<sup>1</sup> - الراوية رقم 6

<sup>2</sup> - الراوية رقم 5

\* - المسغوف طبق تقليدي وهو عبارة عن كسكسي ويخلطونه بالمكسرات العنب



## خاتمة :

بعد الخوض في غمار موضوع النباتات في منطقة الطارف خلصنا الى مجموعة من النتائج

نوجزها في ما يلي :

- تعد منطقة الطارف من أثرى المناطق الطبيعية الغنية بالغطاء النباتي ويساعدها ذلك موقعها الجغرافي المتمركز في الساحل ومناخ البحر المتوسط .
- تزخر منطقة الطارف بمجموعة من العادات والتقاليد التي تستند على النباتات واستخدامها الشعبي
- تتواجد النباتات بكثرة في منطقة الطارف ولها أنواع كثيرة ومتنوعة منها الأشجار المثمرة والأعشاب والنباتات البرية .
- مازال سكان منطقة الطارف يستعملون النباتات و يعتمدونها بكثرة في حياتهم اليومية .
- تلعب النباتات دورا هاما في الثقافة الشعبية حيث تكمن أهميتها في جوانب متعددة مثل : الطب البديل ، والطبخ والتجميل والصناعة ، وهي جزء لا يتجزأ من تراثنا الشعبي .
- تحمل النباتات معاني ودلالات عميقة في مختلف الثقافات ، وتعتبر مصدر إلهام للإنسان ، وهي غالبا ما ترتبط بالحياة والنمو والتجدد والأمل والشفاء .
- تحظى النباتات بأهمية بالغة وخاصة في الجانب المادي في حين نجدها قليلة في الجانب اللامادي .
- تزخر الطارف بغطاء نباتي متنوع ونباتات ذات أهمية بالغة في الصناعات الصيدلانية والحرف اليدوية كصناعة الألوان
- وفي الختام نتمنى أن يكون هذا البحث مرجعا مهما لمن يأتي بعدنا ، ويفيد كل باحث في مجال الثقافة الشعبية وعلاقتها بالطبيعية عامة وبالنباتات خاصة .



قائمة المصادر

والمراجع

## أولاً: المصادر

- القرآن الكريم ، برواية ورش عن نافع ، اليمامة للطباعة والنشر والتوزيع ، ط 1 ، 1331-2010

- المعهد الوطني للأبحاث الغابية ، بلدية السوارخ ، ولاية الطارف

## ثانياً : المراجع

### 1. المعاجم والقواميس :

- ابن منظور: لسان العرب ،مج 3 ، دار صادر ،ط1 1997 ، بيروت

- أحمد بن فارس بن زكريا ابو الحسين : معجم مقاييس اللغة دار الفكر ،ج1

- أحمد بن محمد بن علي الفيومي المقرئ : المصباح المنير معجم عربي، عربي، دار

الحديث ، القاهرة، مج 1 ، 2008

- أيمن سليمان مزاهرة : موسوعة الغذاء والتغذية الصحية ، دار المسيرة ، الأردن ، ط1 ،

2008 ، ط 2 ، 2010

- جبران مسعود : الرائد معجم ألف بابي في اللغة والإعلام، دار العلم، ط1، لبنان، 2003

### 2. الموسوعات :

- موسوعة الأطفال والنباتات ، دار البدر للطباعة ، ط1، 2017

- الموسوعة العلمية المبسطة ( النباتات ) . وزارة الثقافة ، د ط ، د ت

- مي محمد الوحش : موسوعة علم النبات، دار دجلة (عمان) ، د ط ، 2008

- ميشال حايك : موسوعة النباتات الطبية ، المعجم 3، مكتبة لبنان ، ط1، 1998

### 3. الكتب :

- أحمد علي مرسي : صوت التراث الثقافي غير المادي ، أرشيف الحياة والمأثورات الشعبية

،مصر، أنموذجا ، القاهرة ، ط1 ، 2013

- أحمد فؤاد محمود : أضواء علي الثقافة الإسلامية، دار إشبيليا ، ط 1 ، 2000.

- إدريس رمضان: الصيدلية المنزلية من الاشربة و الاعشاب الطبيعية الطبية، دار عوادي  
عين البيضاء، ط3، 2019
- إلياس فرح : دور الثقافة في المجتمع العربي والمعاصر ، الطبعة العربية في تونس ،  
1986
- أمينة فزاري : الأدب الشعبي المناهج التاريخية والأثربولوجية والنفسية والمورفولوجية في  
دراسة الامثال الشعبية ، التراث ، الفولكلور ، الحكاية الشعبية، دار الكتاب الحديث -  
ط1، القاهرة 2010
- بخوش صالح : عالم النبات، دار الهدى الجزائر ، د ط ، د ت
- بلقاسم تراكه : سلسلة موسوعة بلادي ، طبعة بلادي ، دار بوسعادة للنشر والتوزيع ، وزارة  
الثقافة
- جميلة بيت عيادة الشهري : مفهوم الثقافة في الفكر العربي، والفكر العربي، دار الألوكة ،  
د ط ، د ت
- الجوهري ابو نصر : الصحاح تاج اللغة، مج 04، ص 1334 مادة (ث، ق، ف) باء  
الثاء
- الجيلالي الغرابي : دراسات في الثقافة الشعبية ، دار الكتب العلمية، لبنان ، د ط 1791
- حلومي علي: دليل النباتات الطبية في الجزائر، وزارة الفلاحة و الصيد البحري.
- خالد السيد أحمد : وصفات طبيعية للعلاج بالأعشاب والنباتات الطبيعية ، دار الكتب  
المصرية ، القاهرة ، ط1، 2013
- رزق عبد العزيز أبو الفتوح : الحجامه المهداة والتداوي بالأعشاب ، دار الغد الحديد  
المنصورة ، مصر ، 2005 .
- سيد إسماعيل ضيف الله : الآخر في الثقافة الشعبية ، د ط، 2001
- الصباغ مرسي : القصص الشعبي العربي في كتب التراث ، دار الوفاء، د ط

- عاطف عطية : الثقافة الشعبية العربية بين السرد الحكائي في الأدب الشعبي ، ط1 ، لبنان ، 2016
- عبد الباسط بن محمد عراقي : اساسيات التداوي بالأعشاب والطب النبوي ، دار توبار للطباعة ، القاهرة ، ط2، 2003
- عبد الحميد حواس: أوراق الثقافة الشعبية ، مج 1، ط1 ، دار الأمين، القاهرة، للنشر والتوزيع
- عبد الناصر مرابيع : دليل العشاب في التداوي بالأعشاب ، دار نوميديا ، قسنطينة ، د ط ، د ت
- عبد النور حسان: النباتات و الاعشاب الطبية، دار نوميديا ، دط، 2008.
- عزيز العرابوي : الثقافة الشعبية وآدابها في الجزائر
- علي خلدون: القالة بين البحر و البحيرات، الجزء الاول، د ط
- علي شطي : التراث الثقافي المادي و غير المادي المدينة المغير ، دار ومضة للنشر و التوزيع ، جيجل، الجزائر، ج1
- فوزي العنتيل : الفلكور ما هو، دار المعارف، مصر، د ط ، سنة 1965
- فيصل بن محمد عراقي : الأعشاب دواء لكل داء ، ط1، 1413 هـ، د ت
- محمد أبو يحيى : الثقافة الإسلامية ثقافة المسلم وتحديات العصر، دار المناهج ، عمان ، ط1 ، 2001
- محمد بن شنب : الثقافة الشعبية ، منشورات مديرية الثقافة، لولاية المدية ، د ط ، 2012
- محمد دموش ، التداوي بالأعشاب الطبية ، دار ألفا ، الأردن ، ط1، 2021
- محمد محمود عبد الله : الصحة والغذاء ، دار الجيل ، بيروت ، دت ، 2005
- محمود الحلفاوي : 200 غذاء وعشب طبيعي لعلاج العظام وآلام الظهر ، بيت الضياء ، للنشر والتوزيع ، الجزائر ، دت
- مولدي بشينية : الحكاية الشعبية و مجتمعها بمنطقة الطارف

- ياسر بكر: الثقافة الشعبية وتشكيل العقل المصري، 2021

#### 4. الكتب المترجمة :

- أرمان ماتلار: التنوع الثقافي والعولمة ، تعريب خليل أحمد خليل ، دار الفارابي، ط1، 2008 ، بيروت

- جون ستوري : النظرية الثقافية والثقافة الشعبية و ترجمة صالح خليل أبو أصبع و فاروق منصور، ط1، 2014 ، أبوظبي

- ميكل تومسون ، ريتشاره إليس، آرون فليدا فسكي : نظرية الثقافة ، ترجمة علي السيد الضاوي ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب ، الكويت ، د ط ، 1997

#### 5. المجلات :

- التجاني مياطة : دور التراث المادي و اللامادي لمجتمع وادي سوف، مجلة الدراسات و البحوث الاجتماعية، العدد 09

- زينب عبد التواب رياض خميس : الطوطمية بين السحر و الدين في عصور ما قبل التاريخ بأفريقيا، مجلة العلوم الاجتماعية و الانسانية ، 2018

- عبد اللطيف بوسماحة : إشكالية المصطلح ، مجلة الموروث الشعبي و قضايا الوطن

- عميرات محمد أمين وجمال الدين بابا : مجلة أنثروبولوجيا، الممارسات الثقافية والاجتماعية بين الثقافة الشعرية والثقافة العالمية، تاريخ النشر 2020

- مجلة دليل النباتات الطبيعية للحظيرة الوطنية

- مجلة ولاية الطارف بعنوان : محافظة المهرجان الثقافية المحلي للفنون الثقافية الشعبية لولاية الطارف ، دار المعارف ، اصدار مديرية الثقافة

- مجموعة من الباحثين الأكاديميين: بحوث ودراسات في الثقافة الشعبية

- هاجر حمداوي : مجلة الانثروبولوجيا الثقافة الشعبية الجزائرية منطقة الطارف الولائي انموذجا ، جامعة الشادلي بن جديد، الطارف، عدد07، سنة 2018

- دليل النباتات الطبية : المعهد الوطني للأبحاث الغابية ، المحطة التجريبية للأنظمة  
البيئية الأرضية الرطبة ، بلدية السوارخ ، الطارف ، 2020  
6. المواقع :

- تقرير مصور عن ولاية الطارف ، dz – blogs pot . com – 48 ، 11:05 ،  
2025/04/21

- تقرير مصور عن ولاية الطارف 388- [dz-bolgspot.com](http://dz-bolgspot.com) التاريخ و الساعة 11:05  
2025/04/21

- <https://www.Threeleaffarm.com> 01.06.2025/09 //<sup>1</sup>

.a 12 . blogs pot . com // Alegria earth . 2: http // 03 – 21 – 56

### قائمة الرواة

#### الراوية رقم 01:

الاسم واللقب: ساسية بوقرة

السن: 70 سنة.

المستوى التعليمي: أمية

السكن : حي سيدي بلقاسم ولاية الطارف.

المهنة: ربة بيت

#### الراوية رقم 02:

الاسم واللقب: نورة خنوشي

السن: 59 سنة

المستوى التعليمي: أمية

السكن: البسباس

المهنة: ربة بيت

### الراوية رقم 03:

الاسم واللقب: فريدة خنوشي

السن: 63 سنة

المستوى التعليمي: أمية

السكن: البسباس

المهنة: ربة بيت

### الراوية رقم 04:

الاسم واللقب: بية بن طراد

السن: 65 سنة

المستوى التعليمي: أمية

السكن: السبعة ولاية الطارف

المهنة: ربة بيت

### الراوية رقم 05 :

الاسم واللقب: نعيمة مدار

السن: 75 سنة

المستوى التعليمي: أمية

السكن: بوقوس

المهنة: ربة بيت

### الراوية رقم 06:

الاسم واللقب: خديجة ذيب

السن : 72 سنة


المستوى التعليمي: أمية









السكن: بوقوس

المهنة: ربة بيت

الملاحق :

الصورة	النبات	الرقم
	الزعتر	01
	الخبيزة	02
	الخرشوف	03
	النعناع	04
	الحلبة	05
	الزيتون	06
	الزعرور الشائك	07
	الصنوبر الحلبي	08
	توت العليق	09

	البابونج	10
	اكليل الجبل	11
	الكراث	12
	البلوط	13
	الحناء	14
	فتات الحجر	15
	الشندقورة	16
	البرواق	17
	الخزامى	18

		الفيجل	19
		العرعار	20
		البصل	21
		الضرو	22
		الدقلى	23
		الرنند	24
		الدردار	25
		الفول السوداني	26

		الريحان	27
		القراص (الحريقة)	28
		التين الشوكي	29
		الحنظل	30
		الخروب	31
		الرمان	32
		العنب	33

## فهرس المحتويات :

شكر

إهداء

مقدمة	أ - ج
مدخل التعريف بمنطقة الطارف	04
1. التعريف بمنطقة الطارف	05
1. الموقع الجغرافي والتسمية والنشأة	05
2. أصل التسمية	06-05
3. تضاريس منطقة الطارف	07-06
4. مناخ منطقة الطارف	07
5. الرطوبة في ولاية الطارف	08
7. أهم ما تشتهر به ولاية الطارف	09
8. السياحة في ولاية الطارف	10-09
9. ولاية الطارف ثقافيا واجتماعيا	11-10

## الفصل الأول : الثقافة الشعبية ، النباتات

1. الثقافة الشعبية	12
تمهيد	13
1. مفهوم الثقافة	13
أ. لغة	13
ب. إصطلاحا	14-13
- عند الغرب	15-14
- عند العرب	16-15
2. مفهوم الشعبية	16

أ. لغة	16
ب. إصطلاحا	17
3. تعريف الثقافة الشعبية	20-17
4. تجليات الثقافة الشعبية	20
أ. الثقافة المادية	21-20
ب. الثقافة اللامادية	22-21
5. أهمية الثقافة الشعبية	24-22
6. خصائص الثقافة الشعبية	26-24
II. النباتات	26
تمهيد	26
1. تعريف النباتات	27
أ. لغة	27
ب. إصطلاحا	28-27
2. علاقة الإنسان بالنباتات	28
أ. من الناحية العلمية	29-28
ب. من الناحية الروحية	31-29
ج. النباتات في القرآن الكريم والسيرة النبوية	34-31
3. تصنيف النباتات والأعشاب حسب مكان تواجدها	35-34
4. مميزات النباتات	36

### الفصل الثاني : النباتات في الثقافة الشعبية الطارفية

تمهيد	38
IV. النباتات المستخدمة في الثقافة الشعبية الطارفية	39
1. الزعتر	41-39

2. الخبيزة ..... 44-42
3. الخرشوف ..... 46-44
4. النعناع ..... 47-46
5. الحلبة ..... 50-48
6. الزيتون ..... 52-50
7. الزعرور الشائك ..... 54-53
8. الصنوبر الحلبي ..... 55-54
9. توت العليق ..... 57-56
10. البابونج ..... 59-58
11. إكليل الجبل ..... 62-60
12. الكراث ..... 63-62
13. البلوط ..... 66-63
14. الحناء ..... 68-66
15. فتاتة الحجار ..... 69
16. الشندقورة ..... 70
17. البرواق ..... 72-71
18. الخزامى ..... 74-72
19. الفيجل ..... 75-74
20. العرعار ..... 76-75
21. البصل ..... 78-77
22. الضرو ..... 80-79
23. الدفلى ..... 82-81
24. الرند ..... 84-83

25.	الدردار	84-85
26.	الفول السوداني	85-87
27.	الريحان	87-89
28.	القراص ( الحريقة )	87-91
29.	التين الشوكي	91-93
30.	الحنظل	93-95
31.	الخروب	95-97
32.	الرمان	97-99
33.	العنب	99-101
103	خاتمة	
110-104	قائمة المصادر والمراجع	
114-111	الملاحق	
118-115	فهرس المحتويات	
119	الملخص	

### الملخص كاملا بجميع اللغات المتوفرة :

يتناول هذا البحث موضوع النباتات في الثقافة الشعبية في منطقة الطارف دراسة وصفية ، بحثا عن النباتات الأكثر انتشارًا في المنطقة ، وطرق استخدامها من الجانب المادي في معالجة الأمراض والطبخ و التجميل والصناعة ومن الجانب اللامادي التي تم توظيفها في الأمثال الشعبية والنكت معتمدين في ذلك على المنهج الوصفي . مما ساعدنا على الوصول إلى مجموعة من النتائج العامة.

### الملخص باللغة الفرنسية :

Cette recherche traite du sujet des plantes dans la culture populaire dans la région d'Al-Tarf, une étude descriptive, à la recherche des plantes les plus répandues dans la région, et des façons de les utiliser du côté matériel dans le traitement des maladies, la cuisine, les cosmétiques et l'industrie, et du côté non matériel, qui étaient utilisés dans les proverbes populaires et les blagues, en s'appuyant sur l'approche descriptive. Ce qui nous a aidés à atteindre un ensemble de résultats généraux.

### الملخص باللغة الإنجليزية :

This research deals with the topic of plants in popular culture in the Al-Tarf region, a descriptive study, in search of the most widespread plants in the region, and ways to use them from the material side in treating diseases, cooking, cosmetics, and industry, and from the non-material side, which were used in popular proverbs and jokes, relying on the descriptive approach. Which helped us reach a set of genera