

## الفصل الثاني

### فقه قوله أو فعله ﷺ

- ١- نَضَّرَ اللهُ امراً سمع منا شيئاً فبلغه كما سمعه.
- ٢- وذاك عند أوان ذهاب العلم.
- ٣- بيت لا تمر فيه جياع أهله.
- ٤- المواد الأساسية التي يحتويها التمر.

## الفصل الثاني

### فقّه قوله أو فعله ﷺ

لقد منّ الله سبحانه وتعالى على نبيه ﷺ بفصاحة اللسان وبلاغة القول، وعن هذا الأمر يقول القاضي عياض (١) رحمه الله " وأما فصاحة اللسان ، وبلاغة القول ، فقد كان النبي ﷺ من ذلك بالمحل الأفضل ، والموضع الذي لا يجهل سلاسةً طبع ، وبراعه منزع ، وإيجاز مَقَطَعٍ وفصاحة لفظٍ ، وجزالة قولٍ ، وصحة معانٍ ، وقلة تكلف . أوتي جوامع الكلم ، وخص ببدايح الحكم، وعلم السِّنة العرب ، فكان يخاطب كل أمة منها بلسانها ويحاورها بلغتها ويباريها في منزع بلاغتها حتى كان كثير من الصحابة يسألونه في غير موطن عن شرح كلامه وتفسير قوله . من تأمل حديثه وسيره علم ذلك وتحققه وليس كلامه مع قریش والأنصار وأهل الحجاز ونجد، ككلامه مع ذي المشعار الهمذاني ..... وغيرهم من أقبال \* حضر موت وملوك اليمن " .

ولقد ورد حديث في مسند الإمام أحمد (٢) رحمه الله وفيه يقول :

"حدثنا عبدالله، حدثني أبي، حدثنا وكيع، عن سفيان، عن أسامة، عن الزهري،

(١) أبو الفضل عياض اليعصبي (ت ٥٤٤هـ) الشفا بتعريف حقوق المصطفى إليه للقاضي

عياض ( مرجع سابق ) ، ج ١ فصل : " وأما فصاحة لسانه ص ٧٠ " .

\* والقَيْلُ ملك من ملوك حميرَ دون الملك الأعظم، والمرأة قَيْلَةٌ، وأصله قَيْلٌ بالتشديد، كأنه الذي له قول، أي يَنْفَعُ قوله والجمع أقوال و أقبال أيضاً، ومن جمَعَهُ على أقبالٍ لم يجعل الواحدَ منه مشدداً (اسماعيل بن حماد الجوهري (ت ٣٩٣هـ)، الصحاح تاج اللغة وصحاح العربية، تحقيق أحمد عبدالغفور عطار، ط٣، بيروت: دار العلم للملايين، ١٤٠٤هـ/ ١٩٨٤م.

(٢) مسند الإمام أحمد ( مرجع سابق ) مج ٦ ، ح ٢٥١٣٠ .

عن عروة عن عائشة رضي الله عنها قالت : " كان كلام النبي ﷺ فصلاً يفقهه كل أحد لم يكن يسرده سرداً " .

فصلوات ربي وسلامه عليه فقد كان حريصاً على أن يعي كل شخص قوله ويفقهه ، غير أنه ومن باب الإعجاز والدلالة على نبوته ، فقد كانت بعض أقواله أو أفعاله الظاهرة لا يفقهها إلا قليل من الناس ولذلك ضح عن المصطفى ﷺ أنه دعا لمن يحفظ حديثاً وبلغه لغيره فربما كان الذي نقل إليه الحديث فقيهاً يفقه الحديث ويعرف الناس بذلك .

فقد وردت أحاديث كثيرة في هذا الشأن وسنورد منها ما يلي :

روى الإمام الترمذي (١) رحمه الله حديثاً يقول : "حدثنا محمود بن غيلان، أخبرنا أبو داود ، أنبأنا شعبة عن سماك بن حرب قال سمعت عبدالرحمن بن عبدالله بن مسعود يحدث عن أبيه قال : سمعت رسول الله ﷺ يقول : " نضّر الله امرأً سمع منا شيئاً فبلغه كما سمعه فربّ مبلغ أوعى من سامع " .

وروى حديثاً آخر يقول فيه : " حدثنا محمود بن غيلان ، أخبرنا أبو داود، أخبرنا شعبه ، أخبرني عمر بن سليمان من ولد عمر بن الخطاب ، قال سمعت عبدالرحمن بن أبان بن عثمان يحدث عن أبيه قال خرج زيد بن ثابت من عند مروان نصف النهار ، قلنا ما بعث إليه هذه الساعة إلا لشيء يسأله

(١) تحفة الأحوذى بشرح جامع الترمذي (مرجع سابق)، أبواب العلم ،باب ٧ ( باب في الحث على تبليغ السماع ،ح٢٧٩٤ ، ٢٧٩٥ ، ورويت أحاديث كثيرة في نفس الموضوع ففي مسند الإمام أحمد مج ٤ ، ح١٦٧٤٣ ، ١٦٧٥٩ ، ومج ٥ ، ح٢١٦٤٥ . وفي سنن ابن ماجه أبو عبدالله يزيد بن محمد القزويني بن ماجه ( ٢٠٧-٢٧٥هـ) سنن ابن ماجه حقه ورقم أحاديثه محمد فؤاد عبدالباقي، بيروت: دار الكتب العلمية ، في المقدمة باب ١٨ ، (باب من بلغ علماً) ، ح٢٣٠ ، ٢٣١ ، ٢٣٢ ، ٢٣٦ ، وفي كتاب المناسك باب ٧٦ ، ( باب الخطبة يوم النحر) ح٣٠٥٦ . وفي سنن أبي داود ، مج ٣ ، كتاب العلم ، باب ١٠ ( باب فضل نشر العلم ) ح : ٣٦٦ ، وفي سنن الدارمي ، مج ١ ، باب ٢٤ ( باب الإقتداء بالعلماء ) ح٢٢٧ ، ٢٢٨ ، ٢٢٩ ، ٢٣٠ ، وانظر الطبراني في الكبير .

عنه ، فقمنا فسألناه ، فقال : نعم سألنا عن أشياء سمعناها من رسول الله ﷺ ، سمعت رسول الله ﷺ يقول : " نَضَرَ اللهُ امرأً سمع منا حديثاً فحفظه حتى يبلغه غيره ، فرب حامل فقهٍ إلى من هو أفقه منه ، ورب حامل فقهٍ ليس بفقهِه " .

ومن خلال جميع هذه الأحاديث ندرك تماماً أن بعض أفعال أو أقوال نبي الهدى ﷺ قد لا يفقه المقصود منها مباشرة من رآها أو سمعها ، ولذلك دعا المصطفى ﷺ لمن سمع كلامه وحفظه ثم بلغه لغيره كما سمعه دون تغيير ، إذ قد يفقه المبلغ مباشرة ما يقصده الرسول ﷺ من الفعل أو القول .

ولقد شرح الإمام المباركفوري (١) رحمه الله قوله ﷺ : " ( نَضَرَ اللهُ امرأً سمع منا حديثاً فحفظه حتى يبلغه غيره ..... ) فقال : معنى (فحفظه) أي بالقلب أو بالكتابة ، ( فرب حامل فقه ) أي علم ، ( إلى من هو أفقه منه ) أي فرب حامل فقه قد يكون فقيهاً ولا يكون أفقه فيحفظه ويبلغه إلى من هو أفقه منه فيستنبط منه ما لا يفهمه الحامل أو إلى من يصير أفقه منه ، إشارة إلى فائدة النقل والداعي إليه ، وذكر المباركفوري ما قاله الطيبي عن قوله ( ورب حامل فقه ليس بفقهِه ) ، إذ قال إن ذلك يبين أن راوي الحديث ليس الفقه من شرطه ، إنما شرطه الحفظ ، وعلى الفقيه التفهم والتدبر .

(١) تحفة الأحوذى للإمام المباركفوري (مرجع سابق) مج ٧ ، ص ٣٤٨ .  
 \* نَضَرَ : جاء في اللسان النضرة هي النعمة والعيش والغنى ، وقيل الحُسن والرونق ، ونضراً لله وجهه نضرة أي حسن ، ويقال نَضَرَ اللهُ وجهه بالتشديد ، وأنظر الله وجهه بمعنى وإذا قلت نَضَرَ اللهُ امرأً بمعنى نعمة ، وفي الحديث عن النبي ﷺ : نَضَرَ اللهُ عبداً سمع مقالتي فوعاها ثم أذاها إلى من يسمعها ( انظر لسان العرب لأبن منظور ، مرجع سابق ، مج ٥ ، مادة نضِر ) .

ولعل التدبر في بعض الأحاديث النبوية ، يظهر لنا ما يؤكد أن من أقواله ﷺ قد لا يفقه منها بعض السامعين إلا ما يشير إليه ظاهر القول ولكن بعض الناس وكما أخبرنا رسول الهدى ﷺ قد يدرك ويفقه تماماً المقصود الخفي في القول الظاهر .

ولقد ورد في المسند للإمام أحمد (١) رحمه الله : " حدثنا عبدالله حدثني أبي ، حدثنا وكيع حدثنا الأعمشي عن سالم بن أبي الجعد ، عن زياد بن ليبيد قال : ذكر النبي ﷺ شيئاً فقال " وذلك عند أوان ذهاب العلم " قال : قلنا يارسول الله وكيف يذهب العلم ونحن نقرأ القرآن ، ونقرئه أبناءنا ، ونقرئه أبناءنا أبناءهم إلى يوم القيامة ؟ فقال : " تكلتك أمك يابن أم ليبيد ، إن كنت لأراك من أफقه رجل بالمدينة أو ليس هذه اليهود والنصارى يقرؤون \* التوراة والإنجيل لا ينتفعون مما فيهما بشيء . " وفي سنن ابن ماجه (٢) رحمه الله جاء في الحديث نفسه إلا أنه انتهى بقوله ﷺ : " أوليس هذه اليهود والنصارى يقرؤون التوراة والإنجيل لا يعملون بشيء مما فيهما ؟ " .

وقد روى الإمام الترمذي (٣) رحمه الله بلفظ إختلاس العلم من الناس ، فقد ورد : " حدثنا عبدالله بن عبدالرحمن ، أنبأنا عبدالله بن صالح ، حدثني معاوية بن صالح ، عن عبدالرحمن بن جبير بن نفيير ، عن أبيه جبير بن نفيير

(١) المسند للإمام أحمد بن حنبل (مرجع سابق) مج ٤ ، ح ١٧٤٨٥ ، ١٧٩٤٢ ، وانظر أيضاً مج ٦ ، ح ٢٤٠٤٥ .

\* يقرؤون: وردت في الكتاب على هذا النحو، ولم تكتب يقرؤون.

(٢) سنن ابن ماجه (مرجع سابق) ، مج ٢ ، كتاب الفتن ، باب ١٤ (باب ذهاب القرآن والعلم) ح ٤٠٤٨ .

(٣) تحفة الأحوذى (مرجع سابق) مج ٧ ، كتاب العلم ، باب ٥ ، (باب ماجاء في ذهاب العلم) ح ٢٧٩١ .

عن أبي الدرداء قال : كنا مع النبي ﷺ فشرح ببصره إلى السماء ثم قال :  
" هذا أوان يُختلسُ العلم من الناس حتى لا يقدرُوا منه على شيء " ،  
فقال زياد بن ليبيد الأنصاري : يارسول الله ، وكيف يختلس منا ، وقد قرأنا  
القرآن ، فوالله لنقرأنه ، ولنقرننه نساءنا وأبناءنا . فقال : " تكلتك أمك يا  
زياد ، إن كنت لأعدك من فقهاء أهل المدينة ، هذه التوراة  
والإنجيل عند اليهود والنصارى فماذا تغني عنهم ؟ " .

قال جبير : فلقيت عبادة بن الصامت ، قال : قلت ألا تسمع ما يقول  
أخوك أبو الدرداء ؟ فأخبرته بالذي قال ، قال : صدق أبو الدرداء إن شئت  
لأحدثك بأول علم يرفع من الناس : الخشوع ، يوشك أن تدخل مسجد  
الجماعة ، فلا ترى رجلاً خاشعاً (١) .

ونحن اليوم وفي هذا العصر وعلى الرغم من أننا لم نصل بعد إلى  
أوان ذهاب العلم لكننا قد أدركنا جزءاً من معجزة الرسول ﷺ في إخباره  
باختلاس العلم ورفع ، فلننظر إلى حالة المسلمين في الدول الشيوعية ، ألم  
ترفع كتب لآله إلا الله وتحجب عن أنظارهم ؟ ألم تختلس منهم كتب الهدى  
والنور حتى ألحد بعضهم وصار لا يعرف من الإسلام إلا اسمه .  
فصدقت يامن بعثك الله هادياً وبشيراً ، وسراجاً منيراً وصلوات ربي  
وسلامه عليك بعدد ما ذكرك الذاكرون وغفل عن ذكرك الغافلون ..

فهذا القرآن وهذه كتب الإسلام قد توفرت لبعضهم ، ولكن هل عملوا  
بها وهل أغنت عنهم شيئاً ؟ إنها لم تغن عنهم شيئاً ولم تنفعهم بشيء . فكأنما  
رفعت وحجبت عنهم .

(١) وروى الحديث أيضاً الإمام الدارمي ، انظر : سنن الدارمي ، ( مرجع سابق ) ،  
مج ١ ، المقدمة ، باب ٢٩ ، ( باب من قال : العلم ، خشية وتقوى الله ) . ح ٢٨٨ .

ونسوق هنا مثلاً آخر يوضح لنا الإعجاز في أقوال المصطفى ﷺ ،  
إذ قد لايلمس بعضنا مباشرة المضمون من ظاهر قوله ﷺ .

فقد وردت أحاديث كثيرة في كتب الحديث المعتمدة ، يدل فيها ظاهر  
القول أنه لايجوع أهل بيت عندهم تمر ، فكيف يتمثل فيهم الجوع على الرغم  
من أنهم قد يملأون بطونهم من طعام آخر غير التمر ، لذا فربما تطراً على  
الذهن أسئلة واستفسارات ، إذ كيف يجوع جسم الإنسان على الرغم من أنه  
يحافظ على الأكل ويملاً بطنه بالطعام ؟ فكلنا يعرف أن الجوع لايتي إلا من  
فراغ البطن ، أما إذا امتلأت بطن الإنسان بالطعام حس بالشبع وذهب عنه  
الإحساس بالجوع ، ونذكر هنا إحدى الروايات لبعض هذه الأحاديث حيث  
ورد في صحيح الإمام مسلم (١) رحمه الله : " حدثنا عبدالله بن مسلمة بن  
قعب ، حدثنا يعقوب بن محمد بن طحلاء عن أبي الرجال محمد بن  
عبدالرحمن عن أمه عن عائشة رضي الله عنها قالت : قال رسول الله ﷺ  
:"يا عائشة بيت لا تمر فيه جياع أهله ، قالها مرتين أو ثلاثاً". نعم قد  
لايحوي بيت من البيوت التمر ، وإنما قد يوجد فيه طعام آخر يتغذى به أهل  
البيت ويملأون بطونهم منه ، إذا كيف تجوع أجسامهم ؟ .

(١) انظر الإمام محي الدين يحيى النووي ، صحيح مسلم بشرح النووي ، ط ١ ، مكة  
المكرمة : المكتبة الفيصلية ، ١٣٤٧هـ / ١٩٢٩م ، باب وجوب إمتثال ما قاله شرعاً  
دون ما ذكره ﷺ ، ج ١٥ ص (١١٦-١١٧) . ج ١٣ ، باب إدخار التمر ونحوه للعيال  
ص ٢٣٠ وورد الحديث نفسه في مسند الإمام أحمد مج ٦ ، مسند عائشة ح ٢٥٦٠٤ ،  
ح ٢٥٥١١ ، وفي الترمذي في كتاب الأطعمة باب ١٧ ، (باب ماجاء في استحباب التمر)  
وفي سنن ابن ماجه ، مج ٢ ، كتاب الأطعمة ح ٣٣٢٧ ، وفي مسند أبي داود في كتاب  
الأطعمة باب ٤١ ، (باب في التمر ) وفي سنن الدارمي مج ٢ ، باب ٢٦ . (باب في  
التمر ) ح ٢٠٦٠ .

نلمس من هذا الحديث ومن أحاديث أخرى في نفس الموضوع إشارة ضريحة ودليل واضح أن التمر ليس كأي طعام آخر، وإنما التمر يحوي على عناصر ومواد غذائية قد لا تتوفر مجتمعه في طعام آخر ، ونلمس أيضاً من هذه الأحاديث أن تمثل الجوع في جسم الإنسان لا ينحصر في حالة فراغ المعدة من الطعام ، فالجوع \* قد يتمثل في جسم الإنسان وبدنه على الرغم من عدم الإحساس به لأن المعدة ممتلئة بالطعام ، وهذا ما كشفه لنا العلم الحديث وكشفته لنا أجهزة وآليات التحليل الكيميائي .

لقد بات كثير من الناس يشكو حالة أطفالهم ، فأصبح كثير منهم ضعيفاً هزيل الجسم ، سريع الحساسية للمرض ، ويبدو حالهم كأنهم جوعى لا يأكلون ولا يشربون على الرغم من أنهم قد يلجأون إلى الأكل والشرب بشكل متواصل ومستمر ، فبطونهم مليئة بالطعام ، لكن أجسامهم وأبدانهم جائعة .

نعم إنهم يأكلون ويشربون على نحو مستمر لذا لا يشعر أحدهم بإحساس الجوع ولكن بماذا تمتلئ البطن ؟ إننا لو رجعنا إلى العادات الغذائية التي يمارسها هؤلاء الأطفال أو غيرهم لرأينا أن بطون هؤلاء لا تمتلئ عادة إلا بطعام قد لا يحوي على جميع العناصر والمواد الغذائية التي

---

\* تحتاج أجسامنا إلى عناصر ومواد غذائية كثيرة، إذ يأخذ الجسم احتياجاته من هذه العناصر والمواد الغذائية من الطعام الذي نأكله، وجوع الجسم الذي نقصده هنا هو عدم إيفاء الجسم حاجته من جميع العناصر والمواد الغذائية المطلوبة. وإطفاء حاسة الجوع عن طريق أكل حاجته من الطعام قد لا يعطي الجسم حقه من العناصر والمواد الغذائية فيجوع، وقد يمرض، لذا فنوعية الطعام التي تحتوي على كمية متوازنة من العناصر والمواد التي يحتاجها الجسم هي النوعية الصحيحة، والطعام الذي يخرج عن هذه الحدود فقد يكون ضاراً أو على الأقل غير مفيد، (انظر على سبيل المثال كتاب: جلال خليل المخلاتي، التغذية وصحة الإنسان، ط٢، الرياض، دار الشوافي للنشر والتوزيع، ١٤١١هـ/١٩٩١م.

يحتاج إليها الجسم يومياً فهي تُحشى بمختلف أشكال وأنواع التسالي ، وتغذى بلحوم الوجبات السريعة والغذاء المصنع ، وتمتلئ بأصناف لا حصر لها من المشروبات الغازية ، فهل جميع هذه الأصناف من الطعام والشراب تحوي على ما يطلبه الجسم يومياً من عناصر غذائية محددة ، ومواد وفيتامينات معينة ؟ ، وهل الإفراط في تناول هذه الأطعمة آمناً صحياً ؟ بالطبع لا ! ، فهي لا تحتوي على ما يحتاجه الجسم من العناصر والمواد ، كما أنها تحتوي على كثير من المواد الضارة السامة التي تتمثل في المواد الملونة والمنكهة الصناعية والمواد الحافظة الكيميائية ، فالجوع إذاً ليس جوع البطن وإنما هو جوع الجسم والبدن .

فصدقت يامن لا ينطق عن الهوى ، إن أجسامهم وأبدانهم جائعة على الرغم من أن بطونهم مليئة بالطعام .

فتعالوا لنلقي نظرة خاطفة على ما كشفته لنا العلوم الحديثة ونتائج التحليل الكيميائي عن القيمة الغذائية للتمر حتى ندرك الإعجاز في قوله ﷺ " بيت لا تمر فيه جياح أهله " .

لقد بحث كثير من العلماء فيما يحتويه التمر من قيمة غذائية عالية وظهرت نتائج هذه الدراسات في مجلات علمية مختلفة ، مما حدى بكثير من العلماء أن يفردوا لفوائد التمر كتباً أو مقالات خاصة ومنهم من استعرض ذلك في باب أو فصل وخاصة في الكتب التي تهتم بالغذاء والتغذية ، وحتى لا تطيل على القارئ فنلخص بصورة مختصرة ما يحتويه التمر من عناصر ومواد أساسية للحياة من كتاب نخلة التمر(١) وكتاب الأسودان التمر والماء (٢) وغيرهما من الكتب .

(١) عاطف محمد إبراهيم و محمد نظيف حجاج خليف ، نخلة التمر ، الإسكندرية : منشأة المعارف ( ١٩٩٣ م ) .

(٢) حسان شمسي باشا : الأسودان التمر والماء بين القرآن والسنة والطب الحديث ، ط١، جدة : دار المنارة للنشر والتوزيع ١٤١٢هـ / ١٩٩٢م .

ومن المواد الأساسية التي يحتويها التمر ما يلي :

### ١- السكريات :

ومنها السكريات الأحادية مثل سكر العنب الذي يسمى جلوكوز وسكر الفواكه الذي يسمى فركتوز ، ومنها السكريات الثنائية كسكر القصب والمسمى السكروز وهو السكر العادي الذي يستخدم في تحلية الشاي والمأكولات الحلوة ، وتبلغ نسبة المواد السكرية في التمر من ٧٠ إلى ٨٠ في المئة من الوزن الجاف .

### ٢- الألياف :

للألياف النباتية دور مهم في حياة الإنسان، ولقد ذكرنا أهم هذه الفوائد في كتاب "وجوه متنوعة للإعجاز العلمي في القرآن والسنة" (١) ونشير هنا باختصار إلى بعض فوائد هذه الألياف فهي تعمل على تنظيم حركة الأمعاء ، كما أن الدراسات والبحوث التي أجريت في مختلف بقاع العالم قد أثبتت أن الألياف تعمل على تقييد وتكبير المعادن السامة الضارة التي تؤثر في كثير من أعضاء الجسم وخاصة الكلى والكبد والقلب ، ومن هذه المعادن مايسبب أمراض الكلى المختلفة ، ورفع ضغط الدم ، وتضخم القلب ، والعقم .... فالألياف النباتية الموجودة في الطعام تحول دون وصول هذه المعادن إلى هذه الأعضاء وتطرحها مع فضلات الطعام خارج الجسم .

---

(١) عبدالبدیع حمزه زللي : وجوه متنوعة للإعجاز العلمي في القرآن والسنة ( كتاب

مطبوع في طريقه للنشر) ، ج ١ ، الباب الثاني ( الإعجاز البلاغي واللغوي في القرآن

والسنة ) الفصل الأول : الإعجاز في ترتيب الألفاظ والكلمات في القرآن والسنة .

والتمر كغيره من الفواكه يحتوي على الألياف ولكنه يتميز عنها بأنه يحتوي عليها بنسبة عالية ، إذ تبلغ هذه النسبة ٨,٤ في المئة في حين أن الجزر يحتوي على ٢,٩ في المئة .

وهناك جانب آخر يتعلق بكيفية إزالة التمر للسموم والسحر شرحه الدكتور محمود النسيمي (١) في كتابه الطب النبوي والعلم الحديث إذ بين كيف يكون التمر واقياً من السم والسحر عن طريق سكر القصب الذي يحويه، وعن طريق زيادة قوة المقاومة الجسدية والنفسية لآكله.

فصدق الرسول الكريم ﷺ حين قال : "من تصبَّح كلَّ يوم سبع تمرات عجوة لم يضره ذلك اليوم سم ولا سحر" (٢) . ولم يكن أحد يدرك كيف يقوم التمر بتعطيل فعل السم ، غير أن العلم الحديث بدأ يكشف لنا عن بعض الأمور المتصلة بهذا الموضوع .

على أية حال هناك فوائد أخرى للألياف ذكرناها في كتاب وجوه الإعجاز ولاداعي للتكرار .

(١) محمود ناظم النسيمي، الطب النبوي والعلم الحديث، ط٢، بيروت، مؤسسة الرسالة ، ١٤٠٧هـ / ١٩٧٨م، مج٣، ص ٢٩٢-٢٩٧ .

(٢) ورد هذا الحديث في صحيح الإمام البخاري: انظر أحمد بن علي ابن حجر العسقلاني، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، مج٩، كتاب الأطعمة ، باب ٤٣، ح ٥٤٤٥، كتاب الطب ح ٥٧٦٨، ح ٥٧٦٩، ح ٥٧٧٩، ومسند الإمام أحمد (مرجع سابق) مج ١ ، ح ١٥٧٦، وسنن أبو داود ( مرجع سابق ) ، مج ٤ ، كتاب الطب ، ح ٣٨٧٦ .

### ٣- البروتين :

يحتوي التمر أيضاً على البروتين وإن كانت هذه النسبة بسيطة ولكنها تختلف باختلاف نوع التمر وطور نموه ، ودرجات النضج ، ولقد ذكر الدكتور/ عاطف إبراهيم ، والدكتور / محمد خليف (١) في كتابهما أن نسبة البروتين في البلح تتراوح بين ١,٥ إلى ٢ في المئة وأن البروتين ذي جودة غذائية عالية غير أن هذه النسبة تزداد في بعض الأصناف لتصل إلى ٢,٧٨ في المئة .

### ٤- الدهون :

توجد في التمر نسبة بسيطة من الدهون وغالباً ما تتركز هذه الدهون على القشرة كطبقة رقيقة شمعية ، وتتراوح نسبة الدهون في التمر من ٠,٣١ إلى ١,٩ في المئة من وزن التمر الرطب .

### ٥- الفيتامينات :

تعتبر التمور غنية بالفيتامينات وخاصة فيتامين أ ، إذ تتراوح كمية هذا الفيتامين في ١٠٠ غرام ما بين ٨٠ إلى ١٠٠ وحدة دولية ، أما فيتامين ج فتتراوح بين ٠,٧٧ إلى ٢,٧ مجم في كل ١٠٠ جرام تمر . كما يحتوي التمر على كميات متوسطة من فيتامينات ب١ ، ب٢ ، أما حمض

---

(١) نخلة التمر لعاطف إبراهيم و محمد خليف ( مرجع سابق ) ص ١٢١ .

النيكوتينيك وهو فيتامين ب ٣ فتتراوح نسبته من ١,٣ إلى ٢,٢ مجم في نفس كمية التمر (١٠٠ جرام) ، ويذكر الدكتور شمسي باشا (١) أن الجسم يحتاج ١٢ مجم يومياً من هذا الفيتامين ، لذا فإن تناول ١٠٠ جرام من التمر يعطي تقريباً سدس حاجة الجسم اليومية من فيتامين ب ٣ ، وتدل الدراسات أن النقص الشديد لهذا الفيتامين يؤدي إلى حدوث أمراض معينة ومن هذه الأمراض مرض يسمى مرض البلاجرا ، ومن أعراض هذا المرض التهاب جلدي وإسهال وخرف .... ، ويضيف الدكتور شمسي باشا أن الجرعات العالية من حمض النيكوتينيك ( فيتامين ب ٣ ) تفيد في علاج ارتفاع دهون الدم ، على أن يتم ذلك بإشراف الطبيب لذا فقد يكون تناول التمر يومياً بكميات كبيرة كما نرى في المجتمعات المختلفة التي اعتادت على جعل التمر الوجبة الرئيسية لها سبباً في إبتعاد هؤلاء غالباً عن أمراض القلب والشرايين التي يسببها إرتفاع نسبة الدهون في الدم .

#### ٦- الأملام المعدنية :

تعتبر التمور مصدرأ غنياً بمد الجسم بالأملاح المعدنية وخاصة عنصر البوتاسيوم الذي يعتبر عنصراً ضرورياً وخاصة بالنسبة لوظائف القلب وتتراوح نسبته في كل ١٠٠ جرام تمر بين ٦٤٩مجم إلى ٩٠٥ مجم ، كما أنه غني أيضاً بعنصر المغنيسيوم والحديد، ويذكر الدكتور شمسي باشا (٢) أن ١٠٠ جرام من التمر تحتوي على خمس الحاجة اليومية من المغنيسيوم والحديد وما يقارب نصف الحاجة اليومية من البوتاسيوم وفي الوقت نفسه

(١) الأسودان التمر والماء لحسان شمسي باشا ( مرجع سابق ) ص ٥٥ .

(٢) نفس المرجع ص ٢٨ .

يتميز بقلة عنصر الصوديوم (نجد أن نسبته تتراوح في ١٠٠ جرام تمر بين ٤,١ - ١٦ مجم) ولهذا يرى أن التمر يناسب المرضى المصابين بارتفاع ضغط الدم حيث ينصح هؤلاء بتجنب ملح الطعام أو تخفيف استعماله لأنه غني بالصوديوم ولا تريد أن نسترسل في هذا الموضوع حتى لا نخرج عن دائرة موضوع الكتاب لكن الواقع فرض علينا أن نقلي جانباً بسيطاً عن محتوى التمر من العناصر والمواد الغذائية حتى يتبين لنا بوضوح الإعجاز في قوله ﷺ "بيت لا تمر فيه جياع أهله" ، ولمن أراد أن يستزيد في هذا الموضوع فيمكنه الرجوع إلى كتاب نخله التمر وكتاب الأسودان .

ومن خلال هذا العرض البسيط الذي قدمناه ندرك أن بعض أقواله وأفعاله ﷺ قد لا يدرك المقصود منها جميع الناس ، ولكن ربما يفقهها مَنْ مَنْ الله عليه وفتح عليه ، إذ يدرك بسهولة هذا المقصود ، أو ربما تكتشف للناس جزءاً من الحكمة في قوله أو فعله ﷺ مع مرور الزمان ومع تطور العلوم والمعرفة وتطور المخترعات والمكتشفات التي عن طريقها تتبين حقائق علمية جديدة توضح خفايا وأسرار لم يكن يعرفها الناس من قبل ، عندها يبرز للناس جميعاً جزءاً من تلك الحكمة ، وندرك عندئذ أن قوله أو فعله ﷺ إنما هو من الإعجاز الذي خص الله تعالى به نبي الهدى ﷺ .