

طَبِيبُ الْأُمَمِ الرِّضَا
الْمَعْرُوفُ بِالرِّسَالَةِ الذَّهَبِيَّةِ

شَرِّحَ وَتَحْقِيقَ

مَحْسِنِ عَقِيلٍ



انتشارات ذوی القربی

طوب الامام الرضا (ع)	نام کتاب:
محسن عقیل	مؤلف:
ذوی القربی	ناشر:
الأولی	نوبت چاپ:
۱۳۸۴	تاریخ چاپ:
۱۲۰۰	تیراژ:
غدير	چاپخانه:
۷۶-۷۹۹۷-۹۶۴	شابک:

مرکز پخش: قم - پاساژ قدس - الطابق الاول - پ ۵۹ - تلفن: ۷۷۴۴۶۶۳ - ۲۵۱ - ۹۸+

عراق - نجف الأشرف - سوق الحویش - همراه: ۰۷۸۰۱۰۰۳۵۷۲

بسم الله الرحمن الرحيم

المقدمة

إن أهمية الطب تعود إلى حاجة الناس إليه، سواء صغيروهم أو كبيرهم، ذكرهم أو أنثاهم. فالطب هو الذي يحفظ البدن، ويدفع عنه غوائل المرض وأنواع السقم، بل هو العلم الذي يدفع عن الإنسان البؤس والشقاء والتعاسة، ويجلب له الراحة والطمأنينة والسرور.

وقد اهتم ديننا الحنيف بالطب اهتماماً بالغاً، وأرشد إلى الاعتناء بالصحة وحفظها، فقد ورد ذلك في القرآن الكريم والسنة المطهرة، وكذلك فإن حفظ الصحة هو الجوهر الثاني من مقاصد الشريعة.

وسوف أبين ذلك بشيء من الإيجاز:

قد أوضح البيان الإلهي أن لا تعارض بين التداوي وقواعد الشرع الإسلامي، فجاءت آيات كثيرات تقرر أموراً مختلفة من الأمور الطبية كالوقاية والحماية.

فقال تعالى: ﴿فمن كان منكم مريضاً أو على سفر فعدة من أيام أخر﴾ [البقرة: ١٨٤].

﴿وإن كنتم مرضى أو على سفر أو جاء أحد منكم من الغائط أو لامستم النساء فلم تجدوا ماء فتيمموا صعيداً طيباً﴾ [النساء: ٤٣].

وقال تعالى: ﴿فمن كان منكم مريضاً أو به أذى من رأسه ففدية من صيام أو صدقة أو نسك﴾ [البقرة: ١٩٦].

اهتم النبي (ص) وأهل بيته (ع) بالصحة وحفظها اهتماماً بالغاً، وبين منزلة العافية وتأثيرها على سعادة الإنسان، فقال (ص): «من أصبح منكم آمناً في سربه، معافى في جسده، وعنده قوت يومه، فكأنما حيزت له الدنيا».

لقد أوجب الإسلام الحفاظ على النفس، وما غاية الطب إلا ذلك.

فالإسلام يعتبر الطب وظيفية شرعية، وأحد الواجبات التي لا مجال للتساهل فيها.

كما أن من يراجع كلام النبي (ص)، والأئمة (ع)، وما وصل إلينا من كلام لهم في الطب والعلاج، وهو ثروة كبيرة جداً، لا تتناسب مع ما لاحظناه من سير هذا العلم في القرن الأول الهجري ونصف الثاني - نعم إن المراجع لذلك - يخرج بحقيقة هامة، تلخص في أنهم (ع) كانوا يحاولون بعث نهضة شاملة في هذا المجال، تتسم بالشمولية والعمق والدقة، مستمدة ذلك من الواقعية الرائدة التي تعتمد عليها، وعلى هدى من المعاني الإنسانية النبيلة التي تتجه إليها.

لم يخل تشريع سماوي من وصايا صحية تنادي بالنظافة والطهارة، والاعتدال في الطعام والشراب، وتحريم ما يعود على الإنسان بالضرر البالغ. ولقد كان نصيب الإسلام من ذلك القسط الأعظم وكانت التعاليم الصحية في الرسالة الخاتمة وتخطيطها من أجل تعميمها وتطبيقها يفرقان كل المناهج الصحية والتخطيط في الديانات السابقة وفي دول العالم في العهد النبوي والعصور السابقة، حيث أحكمت صلة التعاليم الصحية بشعب الإيمان وشعائر الدين وفرائضه وسننه واشتملت فريضتا الصلاة والحج على حركات رياضية إضافة إلى الفوائد الروحية والنفسية الأخرى، وحرمت الخبائث من ميتة ودم ولحم الخنزير لأضرارها على الصحة، وحرم الخمر والمسكرات لما في تعاطيها من أضرار جسمية واجتماعية، وكذلك حرمت الفواحش وقاية من الأمراض الزهرية وحفاظاً على تماسك الأسرة وسلامة العلاقات الاجتماعية.

إن معظم ما جاء في الطب النبوي إنما هو من باب حفظ الصحة والطب

الوقائي، وليس غريباً أن يكون الأمر كذلك لأن التخطيط الصحي والتوعية الصحية إنما هما من مهام الدولة، ولقد كان الرسول (ص) أول مؤسس لدولة إسلامية على أساس من شرع الله الحكيم. ومن أجل ذلك كانت التعاليم والمناهج الصحية في الإسلام كثيرة.

فلا غرو أن يتلهم المسلم إلى معرفة ودراسة كل ما أثر عن رسول الله (ص) والأئمة (ع)، من صحيح القول وثابت الفعل، مما روي ونقل إلينا. من بين هذا التراث الخالد، هذا الكتاب «الرسالة الذهبية» للإمام الرضا (ع) تناول فيها حفظ وحماية أجل نعمة أنعم الله سبحانه وتعالى بها على الإنسان: نعمة العافية.

قيمة الرسالة العلمية والتاريخية:

تتضح قيمة هذه الرسالة في الطب في مجموعة من الحقائق نوجزها كالآتي:

أنها ظهرت في عصر المأمون الذي يعتبر العصر الذهبي لما يسمى بعلوم الحكمة والفلسفة وحيث بلغت حركة الترجمة أوج نشاطها. وفي تلك الفترة أسس المأمون بيت الحكمة واشتغل مجموعة كبيرة من السريان وبعض العرب بترجمة الكتب العلمية المتعلقة بالطب والنبات والحيوان والفلك والجغرافيا والحساب والرياضيات. . . إلخ من اليونانية والسريانية، وفي بعض الأحيان اللغة الهندية والفارسية إلى اللغة العربية. وكان يرأس فريق المترجمين حنين بن إسحاق. . . وتولى يوحنا بن ماسويه رئاسة بيت الحكمة. . . كما اشتهرت عائلة بختيشوع وكلمة بخت تعني العبد ويشوع المقصود بها عيسى عليه السلام. . . وهذه العائلة من نصارى السريان في جنديسابور وقد ظهر منها عدد كبير من الأطباء الذين خدموا الخلفاء العباسيين ونالوا لديهم الحظوة. وأولهم كان جورجوس بن جبرائيل بن بختيشوع الذي عمل طبيباً خاصاً للخليفة المنصور العباسي وخلفه ولده بختيشوع بن جورجوس وعمل لدى الرشيد حتى توفي سنة ١٨٢هـ/ ٧٩٨م ثم تلاه جبرائيل بن بختيشوع الذي التحق بخدمة الرشيد

ثم الامين ثم المأمون . وتوفي سنة ٢١٣هـ . وله بعض المؤلفات مثل كتاب
البناء ورسالة في الطعام وكناش في الطب . وكان مقرباً لدى الخلفاء
العباسيين . . وكتبه عبارة عن ترجمة من الكتب اليونانية والسريانية . . وكان
معاصراً للإمام علي الرضا (ع) . .

واشتهر في هذا العصر أيضاً صالح بن بهلة الهندي الطبيب الحاذق ولكن
لم يذكر له مؤلفات .

وكان المأمون واسع الاطلاع عالماً بمختلف فنون المعرفة في عصره
وخاصة ما يسمى بعلوم الحكمة مثل الطب والفلك والرياضيات . . وله مقدرة
على المشاركة في مجالس العلماء والحكماء والفلاسفة الذين كانت تزدان بهم
مجالسه .

وقد أوضحت رسالة المأمون وتقريضه لرسالة الرضا في الطب وكافة
العلماء من أهل الدراية في الطب والحكمة والفلسفة الذين كان يعج بهم قصره
ومجلسه ، واعترافهم بفضل كاتبها ، وأمره بكتابتها بالذهب وتسميتها بالرسالة
المذهبة ، الدليل على تلك المكانة العظيمة التي تبوأها رسالة الإمام علي الرضا
في الطب في ذلك العصر .

تتميز هذه الرسالة بأنها أول رسالة في الطب يكتبها عربي مسلم . . ولم
تكتب قبلها سوى رسائل مترجمة من اليونانية والسريانية وكلها قام بها نصارى
من السريان مثل أسرة بختيشوع وعائلة ماسويه أو من نصارى العرب مثل
حنين بن إسحاق وابنه إسحاق بن حنين العبادي ومثل ثابت بن قرة الحراني
(وحران في سوريا وقد خرج منها ابن تيمية فيما بعد) . وإن كان ثابت بن قرة قد
ظهر في القرن الثالث الهجري (توفي سنة ٢٨٨هـ) وابنه سنان الذي عاش إلى
القرن الرابع الهجري :

وإذا علمنا أن الإمام الرضا (ع) توفي سنة ٢٠٣هـ وأنه كتب هذه الرسالة
عندما استقدمه المأمون من المدينة إلى خراسان (أي أنها كتبت في حدود سنة
٢٠٠هـ) وقد كتبها بطلب المأمون عندما تذكروا في الأغذية والأدوية والأبدان

في احد مجالس المامون في نيسابور . . . وكان المجلس يضم كبار الاطباء في ذلك العصر وهم جبريل بن بختيشوع ويوحنا بن ماسويه وصالح بن بهلة الهندي . . . وغيرهم من اهل الفلسفة والحكمة والطب . . . وقد اعترفوا جميعاً للرضا (ع) بتقدمه وفضله . وبأهمية هذه الرسالة وقروضها جميعاً كما ذكر ذلك المأمون في رسالته التي نقلت نصها .

ولا تعتبر هذه أول رسالة في الطب يكتبها مسلم فحسب ، بل تعتبر أول رسالة في الطب تؤلف في التاريخ الإسلامي . . . حيث أن ما كتب قبلها لا يعدو ترجمات من كتب اليونان والسرّيان الطبية .

وهذه الرسالة تختلف عن كل ما كتب أنها ضمت معلومات الإمام الرضا (ع) الطبية التي استفادت بدون شك من طب اليونان ولكنها أضافت إليها ما أخذه الإمام عن أبيه عن جده (ع) ، وما استفاده من كلام جده المصطفى كما أنها تضم أيضاً ما استفاده الإمام الرضا (ع) من علوم آبائه موسى الكاظم ، وجعفر الصادق ومحمد الباقر وعلي زين العابدين والإمام السبط الحسين والإمام علي بن أبي طالب (ع) .

ولم يكتب الإمام الرضا (ع) بذلك كله ولكنه أضاف إليها تجاربه الشخصية ومعارفه الذاتية . .

واستطاع بعد ذلك كله أن يوجز بليغاً في ١٤ صفحة فقط (من المطبوع من القطع الصغير) .

تتميز هذه الرسالة بأنها كتبت في موضوع واحد محدد هو حفظ الصحة . وكيفية تدبير الغذاء والحمام في مختلف فصول السنة وما يتناسب الإنسان من الأطعمة ومقدارها والرياضة والنكاح وكيفية الاعتدال في ذلك كله . . . وذكر أهمية السواك وتحدث عن أهمية استخدام الأدوية حين الحاجة إليها وخاصة الحجامة والفصد وأوقاتها . وتحدث عن مراحل عمر الإنسان وما يصلح لكل مرحلة . ومقدار النوم الذي يحتاجه في كل مرحلة من هذه المراحل . . . وفي أثناء ذلك كله يبيث معلوماته بإيجاز شديد وبيان واضح جلي عن التشريح وعلم

وظائف الاعضاء ويستدل بالأحاديث النبوية دون أن يذكر سندها . وفي الغالب يشير إلى معنى من معانيها دون أن يذكر متنها وبينه المأمون إلى ما ينبغي أن يفعله في الحضر والسفر وفي اختلاف فصول السنة ويذكر ذلك فصلاً فصلاً وشهراً شهراً بالتقويم الشمسي مبتدئاً بشهر آذار (مارس) ومنتهياً بشهر شباط (فبراير) وينتهي الإمام الرضا رسالته بذكر مراحل العمر ويقسمها إلى أربع مراحل : .

مرحلة البناء وبداية الشباب إلى سن خمس عشرة سنة .

ومرحلة القوة وغلبة المرة الصفراء من سن ١٥ إلى سن ٣٥ سنة .

إن الطب الحديث والعلم الحديث قد ألغى فكرة العناصر الأربعة والطبائع الأربع والأمزجة الأربعة . واستبدلها بأمور أكثر تعقيداً بكثير مما كان يظن . والعناصر الأربعة لم تعد عناصر بل هي مركبات وحالات فالماء مركب والهواء مركب والتراب مركب والنار حالة تعتري المواد كلها وهي حالة الاحتراق بواسطة الأوكسجين . . .

وعدد العناصر قد جاوز المائة عنصر . . . والطبائع الأربع الحرارة والبرودة والرطوبة واليبوسة لم تعد أساسية وإنما هي تعبر عن درجة الحرارة (الحرارة والبرودة) التي يمكن أن تقاس بمختلف الأجهزة المعقدة والبسيطة (ميزان الحرارة الترمومتر) والرطوبة واليبوسة عبارة عن درجة وجود الماء في الأشياء فإذا زادت نسبة الماء زادت الرطوبة وإذا قلت النسبة كانت اليبوسة .

وما يسمى الأمزجة في جسم الإنسان قد تغير مفهومه كثيراً . والدم سائل من سوائل الجسم صحيح أنه يتكون في الكبد في أثناء نمو الجنين ولكن هذه مرحلة فقط من المراحل ثم يتكون في نقي العظام . . .

وأما الطحال فلا تفرز المرة السوداء كما يقولون بل تحطم خلايا الدم الحمراء التي انتهى أجلها .

وتفسيرات الدم والبلغم والمرة السوداء والصفراء مضحكة بالنسبة للطب الحديث وأغلب ما ذكر في ذلك أثبت العلم خطأه وخطئه . وقد يبقى منه فتات أو شذرات تصح منه الإشارات .

وتبدلت الحال وظهرت الهرمونات والمواد الكيماوية المعقدة وظهر تأثيرها على جسم الإنسان وعلى سلوكه كذلك . ومع هذا بقيت تعبيرات المزاج الصفراوي والمزاج السوداوي والمزاج الدموي والمزاج البلغمي في جميع اللغات الحية إلى اليوم .

ولهذا كله لا ينبغي حين نتعرض لكتب الطب القديم أن نفهمها أنها كتبت لعصرنا، فعصرنا يختلف في مفهوماته ومعلوماته وطبه عن عصور الأقدمين . وهذا كله لا يمنعنا أن ننظر إلى أعمالهم ونزنها بميزان عصرها لا بميزان عصرنا . ولا ننكر أننا يمكن أن نستفيد من لفظة بارعة أو منهج تفكير نجده لدى القدماء وأهمله المحدثون .

فليس كل قديم لا نفع فيه، ولا كل جديد فيه الخير كله . . . بل قد يكون في الجديد ما يحتاج إلى معاودة النظر في قيمته، ولعله من الغناء الذي ينبغي طرحه . . . ولعل في القديم من الجواهر والدرر ما ينبغي الكشف عنه ومعاودة استخدامه وإن كان بأسلوب وطريقة مناسبة للعصر الذي نعيش فيه .

ورسالة الإمام علي الرضا (ع) تفتح لنا كثيراً من هذه الآفاق . . . وقيمتها ليست فحسب في كونها أول رسالة في حفظ الصحة باللغة العربية، وإنما تكمن قيمتها أيضاً في منهج مؤلفها الذي جمع فيها ما ورثه من طب النبوة عن آبائه وما تعلمه من طب اليونان ومزج ذلك كله مزجاً فذاً غريباً، وصاغه بلغة أدبية رائعة، واستطاع أن يوجز تلك المعومات الكثيرة والمتباينة في ١٤ صفحة مطبوعة من الحجم الصغير .

إن هذه الرسالة الموجزة الصغيرة تحمل في طياتها علماً كثيراً، استطاع الإمام علي الرضا (ع) أن يوجزه في صفحات قليلة تميزت بالدقة وسلاسة العبارة ووضوح المعنى . وهو أمر عسير وشاق دون ريب، إذ إن الإيجاز الشديد يقتضي في كثير من الأحيان غموض المعنى وصعوبة العبارة . وكذلك رسالة الرضا (ع) .

ونظراً لقيمة هذه الرسالة وما تحتوي من إرشادات صحية وأسس طبية

قمت بشرحها على قواعد علمية صحيحة، مقارنة بما وصل إليه الطب والعلم الحديث، وتظهر الإعجاز النبوي في ثوب جديد ليكون رداً مُفجماً على كل من يدّعي أن الإسلام دين طقوس، فحسب، وأنه لم يعن إلا بجوانب محدودة من حياة الإنسان، وإنما هو منهج للحياة، يُعنى بدقائق حياة الإنسان وجوانبها المختلفة. فهو كما يُعنى بصحة الروح يُعنى بصحة الجسم.

فهذا جهد المقلّ وأرجو أن ينفع الله به كاتبه وناشره وقارئة، فإن أصبت فالحمد لله، وإن أخطأت فاستغفر الله العظيم وأتوب إليه، عليه أتوكل وإليه أنيب، وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

الفهرس

الموضوع	الصفحة
الإهداء	٥
المقدمة	٧
قيمة الرسالة العلمية والتاريخية	٩
إن الله لم ينزل داء إلا أنزل له دواء	٢٢
وظائف الأعضاء ومثالها مثال الملك	٢٥
وصف القلب وتركيبه	٢٦
القلب والدورة الدموية	٢٧
كيف يعمل القلب	٢٨
وصف الدماغ	٢٩
نظرية بقراط في الدماغ	٣٢
النظريات الحديثة حول الدماغ	٣٣
تشريح الدماغ	٣٤
ضوابط الانفعالات	٣٥
الجهاز الهضمي	٣٦
عملية الهضم	٣٧
وظائف اليدين والرجلان	٣٩
وصف العينان	٤٠
النظر والادراك الحسي	٤٤
الخلايا الحساسة للنور	٤٥
عملية الادراك الحسي	٤٦
وصف الأذن	٤٧
السمع والتوازن	٥٠
كيف يصل الصوت إلى الدماغ	٥١

٥٢	الصمم وغيره من شوائب السمع
٥٤	وصف الأنف
٥٥	الشم والذوق
٥٦	كيف يعمل الشم
٥٧	التقاط الروائح
٥٨	وصف الكلية
٦٠	جهاز الدورة الهضمية والدورة الدموية
٦٥	أهمية الاعتدال في الطعام
٦٥	الاعتدال في الطعام في أحاديث النبي (ص)
٦٧	نحن والطعام
٦٨	الفرق بين الإنسان والحيوان
٦٩	أنواع الإسراف
٧٠	أسباب الشره
٧١	ضيق الميول وسعة الفراغ
٧٢	مضار الشره والإسراف
٧٣	أضراره في جهاز الدوران
٧٤	تسببه البلوغ الباكر عند اليافع
٧٥	مضار الإسراف في نوع غذائي
٧٦	الوقاية من النهم وعلاجه
٧٨	سر بلادة الفهم التي تعتري بعضهم
٨٠	مبالغة في الاحتياط
٨١	قلبك دليلك
٨٢	العادة وأثرها
٨٣	الحافرون قبورهم بأسنانهم
٨٥	التعادل في الأكل والشراب
٨٧	منهاج تناول الطعام
٨٧	تدبير الصحة في الفصول الأربعة
٨٨	تدبير الصحة في فصل الربيع
٨٩	تدبير الصحة في فصل الصيف

٩٠	تدبير الصحة في فصل الخريف
٩١	تدبير الصحة في فصل الشتاء
٩٢	تدبير المأكّل في الصيف
٩٥	في طباع الفصول
٩٩	في أحكام الفصول وتغييرها
١٠٠	كيفية الادوية ومتنضيات الفصول
١٠٤	في أحكام ترتيب السنة
١٠٥	في نبض الفصول
١٠٧	فصل الربيع
١١٠	تدبير فصول السنة
١١٣	يتنظة الفجر مع ربح الصبا
١١٧	صفة الشراب يحل شربه
١١٨	خير معين لعملية الهضم
١١٩	مشروبك المفضل لعلاج نزلات البرد
١٢٠	حمام العافية
١٢١	إعداد الزنجبيل للاستخدام
١٢٢	خواص القرنفل في الطب القديم
١٢٣	فوائده الصحية في الطب الحديث
١٢٤	هل تعاني من الأرق
١٢٦	القرنفل مفيد لتنطهير الأمعاء
١٢٦	خواص الزعفران في الطب القديم
١٢٨	خواص السنبّل في الطب القديم
١٣٠	خواص العود في الطب القديم
١٣١	خواص المصطكى في الطب القديم
١٣٤	الأدوية النافعة للنقرس
١٣٦	علاج الفالج
١٣٨	الأترج
١٣٨	خواص الأترج
١٣٨	الخواص العلاجية

١٤٦	إتيان المرأة الحائض
١٥٣	العقيدة الإيمانية والرحمة الإلهية
١٥٤	فسيولوجيا الحيض ومتاعبه
١٥٧	الأضرار الصحية للرجل
١٥٨	الجذام
١٥٩	أما ما يقوله الطب الحديث
١٦١	تدبير الجماع
١٦٢	تدبير أكل البيض
١٦٧	الربو
١٧٣	أكل اللحم الني
١٧٣	الديدان
١٧٥	التين
١٨٣	الماء البارد
١٨٥	الاكثار من أكل اللحوم
١٨٦	شفاء النوراستانيا بالتدبير النباتي
١٨٧	الاقتصار على النباتات يطيل الحياة
١٨٨	أداب الحمام
١٩٠	في مضار أن لا يكون الحمام معتدلاً
١٩١	تدارك ضرر الحمام البارد
١٩٤	ضرر المقام الكثير في الحمام
١٩٥	ضرر دخول الحمام والبدن ممتلىء
١٩٦	فضيلة الاطلاع بالنورة
١٩٨	خواص الصبر في الطب القديم
٢٠١	خواص القاقيا
٢٠٣	خواص البابونج في الطب القديم
٢٠٧	البابونج كمطهر ومسكن للألم
٢٠٩	طارد للذباب والناموس بأقل التكاليف
٢١٠	خواص المرزنجوش في الطب القديم
٢١١	خواص البنفسج في الطب القديم

٢١٣	خواص الزرنخ في الطب القديم
٢١٥	خواص الخوخ في الطب القديم
٢١٦	خواص الحناء في الطب القديم
٢٢١	خواص الورد في الطب القديم
٢٢٤	خواص العدس في الطب القديم
٢٢٤	خواص الخل في الطب القديم
٢٢٧	خواص ماء الورد
٢٣٢	علاج عسر البول
٢٣٧	الفوائد الطبية للتمر ومكوناته
٢٤٠	الأحاديث النبوية والتمر
٢٤١	التمر شفاء من السم
٢٤١	التمر يذهب الداء ولا داء فيه
٢٤٢	خواص علاجات التمر في الطب القديم
٢٤٣	خواص الخردل في الطب القديم
٢٤٧	خواص الهليلج في الطب القديم
٢٤٩	علاج تشنق الأظفار ورضها وشحها
٢٥٢	طرق علاج آلام ومشاكل الأذن بالأعشاب
٢٦١	ما هو عسل النحل
٢٦٠	تركيب عسل النحل
٢٦٢	عسل النحل ومريض السكر
٢٦٤	وصفة لذوي الأبدان الضعيفة والمنهكة
٢٦٥	فيتامينات عسل النحل
٢٦٧	انزيمات عسل النحل
٢٦٨	العناصر المعدنية في عسل النحل
٢٦٩	العسل علاج لقرحة المعدة
٢٧٠	عسل النحل والكبد والمرارة
٢٧١	فوائد عسل النحل لمريض القلب
٢٧٢	عسل النحل والذبحة الصدرية
٢٧٣	استعمال عسل النحل لعلاج الجروح والحروق

٢٧٤	بشرى لمرضى دوالي الساقين
٢٧٦	عسل النحل يعالج حالات التبول اللاإرادي
٢٧٧	أفضل غذاء لطفلك
٢٧٩	عسل النحل وفائدته لمرضى الروماتيزم المفصلي
٢٨٠	عسل النحل وصحة الأسنان
٢٨١	أفضل علاج للأرق
٢٨٣	منشط جنسي على أعلى مستوى
٢٨٤	أفضل غذاء للضعفاء والناقهين
٢٨٥	خواص علاجات العسل في الطب القديم
٢٨٩	خواص الحبة السوداء
٢٩٠	التركيب الكيميائي للحبة السوداء
٢٩١	لعلاج الربو «حساسية الصدر»
٢٩٢	لعلاج الآلام الروماتيزمية بالمفاصل
٢٩٣	لعلاج القولون العصبي والانتفاخ
٢٩٤	لعلاج ألم اللثة والأسنان
٢٩٥	لعلاج حب الشباب
٢٩٥	لعلاج الجرب
٢٩٦	لعلاج التوتر العصبي
٢٩٧	لعلاج الإجهاض المُنذر وتثبيت الحمل
٢٩٩	خواص الخيار في الطب القديم
٣٠٠	(الشقيقة) صداع نصفي
٣٠٥	علاج الشقيقة من الطب القديم
٣٠٦	استحباب الحجامة وآدابها
٣١٢	الهندباء في طب القدماء
٣٢٢	أدوية لليرقان مجربة من الطب القديم
٣٢٤	العلاج بالثوم
٣٢٥	التركيب التحليلي لحبة الثوم
٣٢٦	الثوم يحمي من تكون الجلطات الدموية
٣٢٧	الثوم ومريض السكر

٣٢٨	النوم مضاد حيوي وطارق للديدان
٣٢٩	النوم والسرطان
٣٣٠	النوم وسلامة الكبد
٣٣٢	شراب عصير الثوم
٣٣٣	لعلاج الحصوات البولية
٣٣٣	لعلاج الإمساك
٣٣٥	خواص علاجات الثوم في الطب القديم
٣٣٩	خواص الأضربل
٣٤٠	قول كلي في تدبير المسافرين
٣٤٤	خواص الحصرم في الطب القديم
٣٤٨	في توفي المسافرين مضرة المياه المختلفة
٣٥١	أفضل المياه
٣٥٧	أنواع أخرى للمياه
٣٦٠	ذكر علامات غلبة الدم
٣٦٢	الأمزجة الأربعة في جسم الإنسان
٣٧١	في سائر آداب النوم
٣٧٢	تعديل النوم واليقظة
٣٧٣	ولكن ما هو النوم
٣٧٥	فوائد النوم
٣٧٦	ما مقدار حاجتنا من النوم
٣٧٩	النوم المفيد
٣٨١	وظائف الجسم أثناء النوم
٣٨٢	وسائل لتحسين النوم
٣٨٥	الصحة وطول فترة النوم
٣٨٩	خصائص الأمزجة ومراحل العمر
٣٩٤	الحجامة في نواحي الجسم
٤٠٠	أوجاع الرأس أو الصداع
٤٠٢	الحجامة في الأخدعين والكاهل
٤٠٤	أوقات الحجامة الدامية

٤٠٩	خواص المسك
٤١١	خواص دهن البنسج
٤١٤	الحذر من بعض الأطعمة
٤١٤	وصايا نافعة
٤١٧	البواسير
٤١٩	تأثير شرب الخمر على جسم الإنسان
٤٢٠	هل الغول غذاء
٤٢٤	الغول والجملة العصبية
٤٢٦	الغول وجهاز التنفس
٤٢٧	تأثير الغول على القلب
٤٢٩	الغول والمعثكلة
٤٣١	الغول والجهاز التناسلي
٤٣٣	الغول والعضلات
٤٣٧	فوائد البصل الغذائية والطبية
٤٣٨	خصائص البصل العلاجية
٤٣٩	البصل ومريض السكر
٤٤٠	وصفة لمريض الربو
٤٤١	البصل منظم للأمعاء وطارد للديدان
٤٤٢	البصل مطهر وقاتل للجراثيم
٤٤٤	هل هناك أضرار من الإفراط في تناول البصل
٤٥٠	منافع الجماع
٤٥١	مضار الجماع وأحواله ورداءة أشكاله
٤٥٢	أوقات الجماع
٤٥٧	المصادر والمراجع
٤٧٣	الفهرس