

الأشربة في الأندلس بين الغذاء والدواء خلال العصر الوسيط

دراسة في التراث الطبي الأندلسي

Medicinal drinks in Andalusia between Food and Medicine during
the Middle Ages

A Study of Andalusian Medical Heritage



د. فاطمة الزهراء جدو *

: أستاذ محاضر "ب" جامعة 20 أوت 1955م - سكيكدة - الجزائر

fz.djeddou@univ-skikda.dz

تاريخ الاستلام: 2026/03/01 تاريخ القبول: 2026/05/24 تاريخ النشر: 2026/06/08



ملخص:

تتناول هذه الورقة البحثية موضوع الأشربة في الأندلس خلال العصر الوسيط، واستخداماتها الغذائية والعلاجية، وذلك من خلال النصوص التراثية الطبية لأطباء الأندلس كالزهراوي وابن زهر و ابن البيطار، فقد احتلت الأشربة مكانة بارزة في الثقافة الغذائية الأندلسية، فهي لم تكن مجرد وسيلة للإرتواء و الإنتعاش، بل عدت مكونا رئيسا في النظام الغذائي والدوائي للأندلسيين، وقد تبينا ذلك من خلال حضور الأشربة بمختلف أنواعها (الغذائية والدوائية) في المصنفات الطبية والصيدلانية وتوظيفها في حفظ الصحة والوقاية من مختلف العلل وعلاج الأمراض المستعصية وساعدت البيئة الأندلسية الغنية بالنباتات والأعشاب على هذا التنوع والتميز.

الكلمات المفتاحية: الأشربة؛ الأندلس؛ الغذاء؛ الدواء؛ التراث الطبي.

* المؤلف المراسل

Abstract:

This research paper addresses the topic of beverages in Andalusia during the Middle Ages, and their nutritional and therapeutic uses, based on the medical texts of Andalusian physicians such as Al-Zahrawi, Ibn al-Zahr, and Ibn al-Baitar. Drinks occupied a prominent place in Andalusian food culture, as they were not only a means of hydration and refreshment, but also a key component of the Andalusians' diet and medicine. This is evident from the presence of various types of drinks (nutritional and medicinal) in medical and pharmaceutical texts and their use in maintaining health, preventing various diseases, and treating incurable diseases. The Andalusian environment, rich in plants and herbs, contributed to this diversity and distinction.

key words: drinks; Andalusia; food; medicine; medical heritage.

مقدمة: اعتبرت الأشربة من العناصر الضرورية في الثقافة الغذائية والصحية للأندلسيين خلال العصر الوسيط، فهي لم تكن مجرد وسيلة للارتواء والانتعاش أو التغذية، بل تجاوزت ذلك إلى كونها عنصرا مهما في حفظ توازن الجسم والوقاية من الأمراض وعلاجها في أغلب الأحيان، وقد لجأ أطباء الأندلس إليها كوسيلة ضرورية، استنادا على الوظيفة التكاملية لها والتي تجمع بين الغذاء والدواء، ويبتنوا ذلك في مصنفاتهم الطبية، كما أبرزوا خصائص هذه الأشربة المستخلصة من الفواكه والنباتات العطرية، وصنّفوها وفقا لمنافعها وتأثيراتها على المزاج وأعضاء الجسم، كما أفردت هذه المصنفات الطبية أبوابا لطرق تحضيرها ومقاديرها ودواعي استعمالها، وهذا ما يؤكد لنا حضور الأشربة المختلفة في النظام الغذائي اليومي للأندلسيين وفي ممارساتهم العلاجية والدوائية.

إن الإشكال المطروح هنا: إلى أي مدى جسدت الأشربة مفهوم التكامل بين الغذاء والدواء؟ وهل تعامل أطباء الأندلس معها على اعتبار أنها جزء من النظام الغذائي أم على أساس أنها دواء أو أنهم اعتبروها ضمن مجال وسطي يجمع بين الغذاء والدواء معا (وظيفة تكاملية)؟

1 - دلالة مصطلح الأشربة في المصادر:

• **لغة:** وردت الدلالة اللغوية لمصطلح الأشربة عند اللغويين تقريبا بنفس المعنى فهي جمع شراب وهو ما يشرب من أي نوع كان كالماء مثلاً، " شَرِبَ الماء شَرْبًا وشَرْبًا وشَرْبًا، والشَّرَاب اسم لما يُشْرَبُ، وكل شيء لا يَمِضُغ، فإنه يقال فيه يُشْرَبُ¹، سواء كان حلالاً أم حراماً جمعه أَشْرِبَةٌ²

• **اصطلاحاً:** هي كل ما يشرب من السوائل عن طريق الفم، بغرض التغذية أو العلاج، وعادة ما يكون مكوناً من مواد طبيعية كأشربة الفواكه أو مركبة³.

• **فقهياً:** عرفها الفقهاء بأنها كل سائل يتناول عن طريق الفم، سواء كان حلالاً كالماء واللبن والعصائر المختلفة، أو حراماً كالخمر فابن قدامة يعرفها في باب الأشربة، بأن كل شراب أسكر كثيره فقليله حرام، سواء كان من العنب أو غيره، وهو خمر يجب الحد بشربه⁴.

ركز الفقهاء المسلمون في كتبهم الفقهية على المشروبات التي لها حكم شرعي، سواء من حيث الإباحة أو التحريم، وبخاصة الأشربة التي وقع فيها الخلاف بين المسلمين، وظهرت الحاجة الماسة إلى ضرورة الفصل فيها وبيان الحكم الأصح كالأشربة المسكرة (النبذ).

وبالتالي فالأشربة في الفقه الإسلامي مقتصرة على كل ما يدخل الجسم عن طريق الفم في شكل سائل، وله أحكام متعلقة بالحلال أو الحرام، ومدى تأثير ذلك الشراب: هل هو مسكر أم لا، كما أن المصادر الفقهية النوازية اهتمت بهذا الموضوع، وأفردت أبواباً خاصة بالأشربة الطبية، والتي عرضت فيها مسائل حول استعمال بعض السوائل العلاجية التي قد تشبه الخمر في تأثيرها، وقدمت المقترح الشرعي لها⁵.

كما أن الأشربة في الطب الإسلامي لم تكن مجرد سائل يتناولها الإنسان بغرض الانتعاش وتغذية الجسم فقط، بل أداة طبية فعالة في معالجة مختلف العلل والأمراض التي

تصيب جسم الإنسان، وفقا لأُمور يجب مراعاتها متمثلة في: الطعم - القوام - القوة - الزمان - الكمية)، فهي تجمع بين الغذاء والدواء.

ويمكن أن نميز هنا بين أربعة أنواع من الأشربة، ذكرت في المصادر الطبية الأندلسية:

- شراب السكر أو العسل: مزيج من الماء والسكر أو العسل، ويقدم غالبا للأطفال والمرضى⁶.

- شراب السكنجبين: وهو في الأصل كلمة فارسية، سركا وتعني الخل وأنكبين وتعني العسل، ويطلق اسم شراب السكنجبين على الشراب المركب من: الخل والعسل⁷، هناك نوعان من السكنجبين، النوع الأول يتخذ من الخل الحاذق والعسل والنوع الثاني يتخذ من الخل الحاذق والعسل والسكر ويستخدم للمساعدة في الهضم وتنقية المعدة ويمنع القيء ويقطع العطش⁸.

- شراب الفواكه: يحضر من عصير الفواكه المغلي وبعض الإضافات كالعسل.

- شراب الأعشاب والنباتات العطرية: تُغلى أو تنقع الأعشاب والنباتات العطرية كالنعناع والريحان والقرنفل...

2- مكونات الأشربة وأنواعها:

تنوعت مكونات الأشربة في الأندلس بين ما هو مشتق من الفواكه وما هو نباتي ، إضافة إلى المشروبات الطبية المفردة أو المركبة من الأعشاب والنباتات العطرية التي اشتهرت الأندلس بزراعتها، مع العلم أن المكون الرئيس هو الماء، سواء كان باردا أو مغليا أو ماء ورد أو زهر ونجد في المصادر الطبية إشارات كثيرة له سواء عند ابن سينا أو ابن زهر أو ابن البيطار، والتي تستعمل عبارات ماء مغلي، ماء منقوع مع الأعشاب، ويمزج غالبا مع إضافات كالعسل والسكر ومن المعلوم أن الماء قد احتل مكانة في الأمثال الشعبية الأندلسية فهو عندهم مصدر رزق ومن أسس الغنى⁹ ومن الأمثلة عن ذلك: " من قاد الماء قاد الغنى " وأيضا " الرزق في البير "... إلخ¹⁰.

وتخلو الأشربة في عمومها من الكحول التزاما بالشرعية الإسلامية، مع وجود بعض الاستثناءات في فترات معينة أو حالات خاصة أو في أوساط غير المسلمين من أهل الذمة (اليهود والنصارى).

نميز هنا بين نوعين من الأشربة: غذائية (كثيرة الماء) وعلاجية دوائية (قليلة الماء)

• أشربة غذائية: تستخدم عموما لتغذية وتقوية الجسم وكذا للارتواء والانتعاش، فهي شراب في صورة غذاء وتقدم عادة في الحياة اليومية والمناسبات الاجتماعية كالمجالس والولائم والأعياد وحفلات الأعراس والختان، دون غرض علاجي وتعتمد في تركيبها على مكونات طبيعية كالماء وعصائر الفواكه، اللبن، الحليب،... إلخ وهي أنواع:

- أشربة مستخلصة من الفواكه كعصير الرمان والتفاح والإجاص، العنب والسفرجل، وتقدم باردة في المجالس والولائم، وقد أشار إلى ذلك شعراء الأندلس.

- أشربة نباتية كماء النعناع وشراب الورد والزهر، ويضاف إليها السكر أو العسل.

- أشربة حيوانية كالحليب واللبن.

ويحضر هذا النوع من الأشربة عن طريق العصر كأشربة الفواكه، والمزج والغلي كشراب النعناع وشراب الورد.

أشربة علاجية: تحضر وفقا لوصفات طبية، بغرض العلاج والتداوي أو الوقاية من الأسقام والأمراض، فهو شراب في صورة دواء، وتعتمد في تركيبها على الماء الذي يعالج به عامة الناس، فالعلماء اعتبروه من أركان الكون، كما أنه أجل العناصر الطبيعية وسيد الأشربة¹¹، فقد استعمل الماء منذ القديم في التداوي من مختلف الأمراض التي تصيب جسم الإنسان، لما يحتويه من فوائد لعلاج أمراض المرئ والمعدة، كما أنه مركب للغذاء إذ يسهل نفوذ الأغذية في العروق والبدن¹²، أي أن له قيمة طبية للجسم في المساعدة على استعادة الهضم وإتمامه وقد رُعي في تناوله الكيفية والكمية والوقت وترتيب الشرب¹³، وقد حصر الأطباء والصيادلة المنافع الطبية للماء في عشر طرق وهي: اللون والرائحة

والطعم والوزن والمنبع والجري والسطحية والحركة والكمية والمصّب، فخير المياه ما كان لونه صافيا وليس له رائحة، وطعمه حلوا عذبا، ووزنه خفيفا، ومنبعه بعيدا، ومسلكه طيبا، وجريه وحركته سريعين، وغير مختلف عن الشمس والريح، وله كثرة تمنعه من التلوث، ويكون اتجاهه من الشمال إلى الجنوب أو من المغرب إلى المشرق¹⁴ بالإضافة إلى الأعشاب والنباتات العطرية والتوابل والعسل، وسوائل مذوبة كالكسكجيين وأيضا النبيذ الذي استعمل في حالات كثيرة للعلاج، فقد وردت بعض الإشارات حول استعمال النبيذ في بعض التراكيب الطبية عند أطباء الأندلس مثل ابن زهر¹⁵ رغم النقاش الفقهي الذي أثير حوله¹⁶.

يحضر هذا النوع من الأشربة وفق قواعد وضوابط دقيقة، يلتزم بها الطبيب أو المعالج، ويلتزم في تحضير الوصفة الطبية بمدة زمنية معينة مرتبطة بنوع الشراب الطبي و نوع المرض، ويستخدم طرق مختلفة كالنقع والغلي التخمير و الإعتاق، وحتى تتحقق المنافع والفوائد المرجوة من الأشربة، حرص فقهاء الأندلس عبر المحتسب إلى ضبط صناعة الدواء وحرفة العطارة والعطارون الذين انتشرت دكاكينهم في أسواق الأندلس، وفي هذا يقول ابن عبدون: " لا يبيع الشراب والمعجون ولا يركب الدواء إلا الحكيم الماهر"¹⁷ كما أشار ابن زهر إلى ضرورة مراعاة صفات الطبيب¹⁸.

3- الاستخدامات الغذائية للأشربة:

اعتمد الأندلسيون على مجموعة من الأشربة في نظامهم الغذائي، والتي كانت تحضر من مكونات طبيعية

كالعسل الذي يعد من الأشربة التي اشتهرت بها مدن الأندلس، ومن أنواع العسل التي استعملها الأندلسيون في تغذيتهم العسل المأذي أو العسل الأبيض¹⁹، والذي كان يستعمل غالبا في صنع الأشربة الباردة المنعشة صيفا وخاصة شراب الجلاب وشراب الورد. أما النوع الثاني من العسل فهو العسل الأحمر ويستخدم في صناعة الأشربة

الحارة²⁰، وعموما فالعسل ونظرا لقيمته الغذائية كان يستعمل كشراب مفعّوها بالقرفة والزنجبيل وجوزة الطيب ويضاف إليه نوار القرنفل²¹، وقد عرف عن الأندلسيون إقبالهم على هذا الشراب وخاصة ساكنة غرناطة²² الذين عرفوا بتنوع الأشربة عندهم نظرا لخصوصية المنطقة الطبيعية المتميزة²³، والفواكه التي تفنن الأندلسيون في صنع أشربة منها كشراب الرمان الذي يتم صنعه من الرمان الحلو والحامض مع إضافة السكر²⁴، وشراب التفاح الذي يصنع من التفاح الحلو ويضاف إليه السكر والعسل²⁵، وكان التفاح من الفواكه التي يتهادونها الأندلسيون فيما بينهم²⁶، وشراب العُنب وشراب العنب والإجاص وغيرها من أشربة الفواكه.

كما صنع الأندلسيون من الرياحين والنباتات العطرية التي انتشرت زراعتها في أنحاء مختلفة من الأراضي الأندلسية، حيث تواجدت أصناف مختلفة من الرياحين في مدينة غرناطة وطليطلة وقرطبة وغيرها من المدن الأندلسية التي اشتهرت بحداثتها الفواحة²⁷، وبخاصة مع اهتمام أمراء وحكام الأندلس بزراعتها من خلال تشجيعهم لعلماء النبات ورعايتهم لأبحاثهم العلمية كالخليفة الأموي الناصر (300هـ - 350هـ / 912م - 961م)، الذي أنشأ في مدينة قرطبة حديقة نباتية خصصها للنباتات العطرية²⁸ وأمراء طليطلة وإشبيلية الذين كانوا يتنافسون على استقطاب علماء النبات كابن وافد وابن بصال وابن حجاج²⁹، أشربة مختلفة وفي مقدمتها ماء الورد الذي كان يُقدم في المناسبات الخاصة بالإضافة إلى شراب البنفسج وشراب الريحان وشراب النعناع³⁰ وغيرها.

تناول الأندلسيون هذه الأشربة في أوقات الحر، لفائدتها في ترطيب الجسم وتعويض السوائل كأشربة الفواكه، وبعضها في أوقات البرد كالأشربة الحارة، وعددت عنصرا غذائيا مهما لما احتوته من سكريات طبيعية، تمد الجسم بالطاقة والنشاط، وقد أشرنا فيما سبق إلى اهتمام أطباء الأندلس بالأشربة وأكدوا على أهميتها في تقوية البدن وتسهيل الهضم وتحسين المزاج.

كما أقبل الأندلسيون على الأشربة ذات الأصل الحيواني، نظرا لخصائصها الغذائية المتنوعة ومن أبرزها الحليب ومشتقاته والذي يعد غذاء كاملا لاحتوائه على العناصر الضرورية لنمو الإنسان من بروتين ودهون وأملاح معدنية، واللبن الذي استخدم وبكثرة في الغذاء اليومي للأندلسيين وخاصة العامة، كلبن البقر والماعز³¹.

لذلك فالأشربة احتلت مكانة مهمة في العادات الغذائية للأندلسيون سواء في حياتهم اليومية أو في الولائم والمناسبات الاجتماعية للتفاخر والتباهي³².

4 - الاستخدامات العلاجية للأشربة:

تنوع الاستخدام الطبي العلاجي للأشربة في الأندلس، واستعملت في معالجة العديد من الأمراض والعلل، لذلك اعتمد عليها الأطباء في تحضير وصنع أشربة مركبة من النباتات الطبية والفواكه والعسل، لتقدمها للمريض وفقا لحالته الصحية وطبيعة مرضه، ومن الأمثلة على ذلك الأشربة المصنوعة من الفواكه والتي كانت تستعمل لتقوية المعدة وتحسين الهضم ومعالجة القيء كشراب التفاح³³ وشراب السفرجل والحصرم³⁴، وشراب الرمان³⁵، والأشربة المصنوعة من النباتات العطرية والطبية والتي استخدمت لمعالجة مختلف الأمراض كالحُمى وترطيب الجسم في حالات الجفاف أين استعمل ماء الورد وماء الشعير³⁶، بينما استخدم شراب الخشخاش وشراب البنفسج لعلاج السعال وأمراض الصدر والرئة وتسكين الآلام³⁷ وشراب النعناع مع القرنفل في علاج عِلل المعدة والكبد وفتح الشهية³⁸.

كما استخدمت بعض الأشربة في معالجة بعض السموم النباتية كنبات البَنج أو الشيكراَن السام والذي كان يعالج بماء العسل مع شرب حليب البقر أو حليب الماعز³⁹، ونبات الفطر السام والذي استعمل في علاجه عصير الفجل⁴⁰، وأوصى ابن البيطار بشرب اللبن لعلاج التسمم الناتج عن نبات الكندس⁴¹، كما أن شراب الأترج له خاصية مقاومة بعض أنواع السموم⁴².

عرفت الأندلس خلال العصر الوسيط محاولات لتسميم الأمراء والحكام، ومن نماذج ذلك المؤامرة التي دبرتها الجارية طروب لإقصاء الأمير محمد بن عبد الرحمان عن ولاية العهد وتعيين ولدها عبد الله، عن طريق دس السم للأمير عبد الرحمان الأوسط وولده محمد، لكن الأمير عبد الرحمان علم بالمؤامرة وأجبر مُقَدِّم الشراب المسموم على شربه، والذي انطلق بعدها إلى الطبيب الحرائي صانع الشراب المسموم، فنصحته بشرب حليب الماعز⁴³، لفعاليته في القضاء على السموم وحماية الجسم، ويرجح بعض الباحثين أن الطبيب الحرائي قد صنع ذلك السم من مجموعة من النباتات السامة وقدمه على شكل شراب، مما يبين لنا أن الطبيب يونس الحرائي كانت له معرفة واسعة بالنباتات السامة و مضاداتها⁴⁴. كما تمكن الطبيب ابن زهر من علاج الأمير المرابطي سير بن علي بن تاشفين الذي فقد شهيته للطعام نتيجة تناوله طعاما مسموما من خلال إعطائه عصارة الدلاع مع دواء معدني متمثل في حجر الباذرهر، وبذلك نجا الأمير المرابطي من محاولة اغتياله⁴⁵.

إلى جانب ذلك كان الأطباء الأندلسيون ينصحون مرضاهم المصابين في حالات الوباء بشرب ماء الورد وشراب السنكجبين الذي يعد علاجا مفيدا للمعدة زمن الوباء⁴⁶ خاصة إذا مزج مع شراب التفاح ورُب الحصرم، فيعمل على فصد العروق وتعضيد القلب مع تسكين الدم. كما كان ينصح المريض بشراب الصندل⁴⁷، كما لجؤوا إلى تقطير ماء الورد في عين المصاب بمرض الجذري حتى لا يفقد بصره⁴⁸.

رغم الأهمية الطبية للأشربة في الأندلس وتعدد استخداماتها الدوائية، إلا أن الأطباء أكدوا على ضرورة الاعتدال في تناولها، وربطوا استعمالها بمبادئ الحمية والتدبير الصحي، مما يدل على اندماجها في المنظومة العلاجية للطب الأندلسي.

5- أشهر الأشربة الأندلسية مستخرجة من كتب الطب الأندلسي:

اسم الشراب	طريقة التحضير	الوظيفة	المصدر
شراب التفاح	يعصر التفاح ويوضع على النار ويضاف إليه السكر.	يقوي القلب يجدد النشاط	مجهول، المصدر السابق، 248.

		(غذائي - علاجي)	ابن زهر، المصدر السابق، ص 73.
شراب النعناع	يطبخ النعناع والحبق الترنجاني ويضاف إليه السكر والقرنفل	مفيد للبطن، يمنع القيء مفيد للمعدة والكبد، منعش (علاجي)	المصدر الخطابي 49، السابق، ص 466 مجهول، المصدر السابق، ص 240.. ابن زهر، المصدر السابق، ص 76.
شراب الجلاب	يمزج ماء الورد والسكر أو العسل	يقوي المعدة والكبد، ملين للحلق، يسكن العطش	الخطابي، المصدر السابق، ص 466. المصدر الزهراوي، السابق، ص 261- 262.
شراب الورد الجاف	يوضع الورد الجاف ويغلى مع الماء ثم يصفى ويضاف إليه السكر أو العسل	يقوي الأعضاء الداخلية (الكبد والمعدة)، يفتح الشهية.	الخطابي، المصدر السابق، ص 467. ابن زهر ص 83. الزهراوي، المصدر السابق، ص 262.
شراب البنفسج	يطبخ زهر البنفسج مع الماء، يصفى ويضاف له السكر.	مفيد للبطن، قاطع للعطش، مفيد للسعال	الخطابي، المصدر السابق، ص 467- 468. الزهراوي، المصدر السابق، ص 262. ابن زهر، المصدر السابق، ص 83.
شراب السكنجبين	الخل والعسل أو السكر (يطبخ).	مفيد للمعدة يكسر من حدة الصفراء	مجهول، المصدر السابق، ص 244. ابن زهر، المصدر السابق، ص 469.
شراب لسان الثور	يُغلى نبات لسان الثور مع	مفيد للمعدة. مقوي للكبد	الخطابي، المصدر السابق،

الماء ويصفى ويضاف له السكر مع القرنفل.	والقلب، يساعد على الهضم.	ص 469.
شرب الرومان	يمزج عصير الرومان والسكر.	الخطابي، المصدر السابق، ص 469. ابن زهر، المصدر السابق، ص 73.
شرب الحلحال	ينقع سنبل الحلحال في الماء ليلة كاملة، يصفى ويضاف له العسل.	الخطابي، المصدر السابق، ص 470
شرب الإجاجص	يطبخ الإجاجص مع العنّاب ويضاف له السكر أو العسل	الخطابي، المصدر السابق، ص 471
شرب الكرنب	عصارة الكرنب تخلط مع عصارة الفُجل يضاف إليها ماء الورد، يصفى ويشرب	الخطابي، المصدر السابق، ص 472
شرب عود السوس	يطبخ عود السوس ولسان الثور والبابونج وبذور الكتان والقليل من الزعفران، يصفى ويضاف له السكر	الخطابي، المصدر السابق، ص 473. ابن زهر، المصدر السابق، ص 74.
شرب الجزر	يُطبخ الجزر الأحمر في الماء، يصفى ويضاف له العسل.	الخطابي، المصدر السابق، ص 480.
شرب العنّاب	يؤخذ العنّاب ويطبخ على النار ثم يصفى ويضاف له العسل أو السكر.	ابن زهر، المصدر السابق، ص 82
شرب العنب	عصير الحصرم (قبل أن ينضج) إذا طُبخ رُبّا	ابن زهر، المصدر السابق، ص 37-38. الزهراوين المصدر السابق،

		للرئة، مسكن للسعال، يعالج القروح العارضة في الكلى والمثانة.	ص 266.
شراب الكمثرى	يطبخ الكمثرى مع الماء حتى الحصول على عصير.	مقوي للمعدة والجسم	ابن زهر، المصدر السابق، ص 39
شراب السفرجل	يطبخ السفرجل على النار مع الماء، يضاف له السكر أو العسل.	مفيد للبطن مقوي للنفس نافع للخفقان	ابن زهر، المصدر السابق، ص 40.
شراب الأترج	يتخذون من قشره شرابا	يلطف الأخلاط في الجسم له خاصية مقاومة بعض أنواع السموم	ابن زهر، المصدر السابق، ص 42.
شراب التوت	يطبخ التوت مع الماء، يضاف له السكر أو العسل.	إذا اتَّخذ رُب مفيد للرئة والمرئ مفيد للصدر والمثانة	ابن زهر، المصدر السابق، ص 43.
شراب الريحان	يغلى ورق الريحان سواء كان أخضر أيايس ويصفى، يضاف له السكر أو العسل، أو قد يؤخذ من حب الريحان ويعصر ماؤه ثم يطبخ ويضاف له بعض الماء.	مفيد للإمساك مفيد للمعدة	ابن زهر، المصدر السابق، ص 76.
شراب التمر الهندي	يؤخذ من التمر الهندي ثم يمرس مع الماء ثم يُرمى بثقله، بعدها يصفى ويضاف له السكر	يقوي المعدة يقطع الصفراء	ابن زهر، المصدر السابق، ص 80.
شراب الصندل	يؤخذ من الصندل الأبيض والأحمر ويطبخ بماء الورد، يضاف له السكر.	يقطع العطش مفيد لتسكين وهج الصفراء يقوي المعدة والكبد	ابن زهر، المصدر السابق، ص 77.
شراب الأصول ⁵⁰	تطبخ أصول الكرفس	مفيد للمعدة والكبد	الخطابي، المصدر السابق،

ص 465 - 466.	والطحال.	والنافع والفودنج والقرفة والقرنفل والزنجبيل في الماء ثم تصفى ويضاف له العسل.	
الزهراري، المصدر السابق، ص 265.	مفيد للمعدة ينفع لجميع العلل الباردة في الجسم	الماء ويضاف له العسل ويفوه بالقرفة ونوار القرنفل.	شراب العسل

خاتمة:

إن الأشربة في الأندلس خلال العصر الوسيط لم تكن مجرد سائل ومشروبات للارتواء والانتعاش، بل اعتبرت وسيلة غذائية لدعم الصحة، فهي بذلك ذات قيمة غذائية وعلاجية، أي جمعت بين الغذاء والدواء، وذلك من خلال تنوع مكوناتها (فواكه، أعشاب ونباتات)، ومعالجتها لمختلف العلل والأمراض، فهي ذات وظيفة تكاملية، كما أن ثراء المعارف النباتية بالأندلس دفع بالأطباء الأندلسيين كابن زهر والزهراوي إلى الاعتماد على مجموعة واسعة من النباتات العطرية والتوابل كأشربة علاجية، وهو ما يدل على معرفتهم المسبقة بخصائصها النفعية العلاجية والغذائية، وأفردوا لذلك أبواباً في مصنفاتهم الطبية المختلفة، التي أسهمت في إثراء التراث الطبي الإسلامي والعالمي، بما قدموه من وصفات علاجية فعالة، وهذا ما يبين لنا المكانة التي حظيت بها الأندلس خلال العصر الوسيط، كمركز للمعرفة الطبية التي انتقلت إلى أقاليم أخرى وأثرت فيها كأوروبا المسيحية.

¹ - الخليل بن أحمد الفراهيدي، كتاب العين، تحقيق عبد الحميد هنداوي، دار الكتب العلمية، بيروت، ص 317. ابن منظور، لسان العرب، دار المعارف، القاهرة، ج 25، ص 2221-

2222. الفيروزبادي، مجد الدين بن يعقوب، القاموس المحيط، تحقيق محمد نعيم العرقسوسي، ط 8، مؤسسة الرسالة، بيروت، 1426هـ / 2005م، ص 100.

² - بطرس البستاني، محيط المحيط، مكتبة لبنان، بيروت، 1987م، ص 458.

- ³ - إبراهيم مذكور وآخرون، المعجم الوسيط، ط3، مجمع اللغة العربية، ج1، ص 496.
- ⁴ - ابن قتيبة أبو محمد عبد الله، كتاب الأشربة وذكر اختلاف الناس فيها، تح ياسين محمد السواس، المطبعة العلمية، دمشق، ص27.
- ⁵ - أنوزلا مجيد، الأشربة والطب في الغرب الإسلامي من خلال النوازل الفقهية، دورية كان التاريخية الإلكترونية، السنة السادسة عشر، عدد 60، يونيو 2023م، ص 83.
- ⁶ - مجهول، كتاب الطبخ في بلاد المغرب الأندلس والغرب في عصر الموحدين، تحقيق أمبروزيو أوبشي ميراندا، ص238.
- ⁷ - الأنطاكي داود، تذكرة أولي الألباب والجامع للعجب العجائب، تحقيق أحمد شمس الدين، دار الكتب العلمية، بيروت، مجلد1، ص196.
- ⁸ - مجهول، المصدر السابق، ص230. أنوزلا مجيد، المرجع السابق، ص82.
- ⁹ - زينب ملياني، الأطعمة والأشربة بالمغرب والأندلس في عصري المرابطين والموحدين، رسالة دكتوراه علوم في التاريخ الإسلامي، جامعة الجزائر 2 أبو القاسم سعد الله، 1437هـ - 1438هـ / 2016م - 2017م، ص 182.
- ¹⁰ - الزجالي أبو يحيى، أمثال العوام في الأندلس، تحقيق محمد بن شريفة، منشورات وزارة الدولة المكتفة بالشؤون الثقافية والتعليم العالي، القسم الثاني، ص33.
- ¹¹ - أنوزلا مجيد، المرجع السابق، ص 83.
- ¹² - أنوزلا رشيد، المرجع نفسه، ص 83-84.
- ¹³ - سعيد بنحمادة، الماء والإنسان في الأندلس خلال القرنين 7 و8هـ / 13 - 14م إسهام في دراسة المجال والمجتمع والذهنيات، ط1، دار الطليعة للطباعة والنشر، بيروت، 2007م، ص 225.
- ¹⁴ - سعيد بن حمادة، المرجع السابق، ص 226.
- ¹⁵ - ابن زهر، المصدر السابق، ص 83.
- ¹⁶ - الونشريسي، المعيار العرب والجامع المغرب عن فتاوى علماء إفريقية والأندلس والمغرب، تحقيق علي الحججي، دار الغرب الإسلامي، ج11، ص150.

- 17 - ابن عبدون محمد بن أحمد، رسالة في القضاء والحسبة ضمن كتاب رسائل أندلسية في آداب الحسبة والمحتسب، تحقيق ليفي بروفنسال، مطبعة المعهد العلمي للآثار الشرقية، القاهرة، 195م، ص 47.
- 18 - ابن زهر، المصدر السابق، ص 446.
- 19 - إبراهيم رجب عبد الجواد، ألفاظ المأكّل والمشرب في العربية الأندلسية (دراسة في نفح الطيب للمقري)، دار غريب للطباعة والنشر، القاهرة، 2011م، ص 12.
- 20 - ملياني زينب، المرجع السابق، ص 115.
- 21 - مجهول، المصدر السابق، ص 238.
- 22 - سامية مسعد، الحياة الاقتصادية في إقليم غرناطة في عصري المرابطين والموحدين من 484هـ - 620هـ / 1092م - 1223م، ط 1، مكتبة الثقافة الدينية، القاهرة، 1423هـ / 2003م، ص 268.
- 23 - حاج سعد سليم، عامة غرناطة في عصر بني الأحمر (62هـ - 898هـ / 1232م - 1492م)، رسالة دكتوراه علوم في التاريخ الإسلامي، قسم التاريخ، جامعة عبد الحميد مهري، قسنطينة 2، 2020م - 2021م، ص 115.
- 24 - مجهول، المصدر السابق، ص 244.
- 25 - منتخبات من الأدوية الأندلسية المركبة المستخلصة من كتب أندلسية ضمن كتاب الأغذية والأدوية عند مؤلفي الغرب الإسلامي مدخل ونصوص، تقديم وتحقيق محمد العربي الخطابي، ط 1، دار الغرب الإسلامي، بيروت، 1990م، ص 468.
- 26 - إبراهيم رجب عبد الجواد، ألفاظ المأكّل والمشرب في العربية الأندلسية (دراسة في نفح الطيب للمقري)، دار غريب للطباعة والنشر، القاهرة، 2011م، ص 12. نوال بلمداني، المرجع السابق، ص 119.
- 27 - عن حداثق الأندلس ينظر محمد بشير حسين راضي العامري، الحداثق الأندلسية في التراث العربي الإسلامي، ط 1، دار أجد للنشر والتوزيع، 2019م.

- 28 - نسيمة بوترة، الفوائد الطبية للنباتات العطرية في الأندلس ما بين القرن (3هـ - 6هـ / 9م - 12م)، مجلة المعارف للبحوث والدراسات التاريخية، المجلد السابع، العدد الرابع، ماي 2022م، ص 670.
- 29 - فائزة البوكيلي، التراث الفلاحي بالأندلس في عهد ملوك الطوائف والمرابطين ضمن كتاب التقنيات الفلاحية بالعالم الإسلامي، إشراف حافظ حسن علوي، مؤسسة الملك عبد العزيز، الدار البيضاء، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، الرباط، منشورات عكاظ، إشبيلية، 2011م، ص 107 - 122.
- 30 - من المخطوطات المهمة حول نبات النعناع وفوائده المختلفة مخطوطة " منظومة في فوائد النعناع لأبي محمد عبد الوهاب بن أحمد أدزاق الفاسي، تحقيق حسن حافظ علوي، وقد نشرت الدراسة في مجلة هيسبريس تمودا، منشورات كلية الآداب والعلوم الإنسانية، الرباط، عدد خاص، 2013م، ص 9 - 27.
- 31 - ابن زهر، المصدر السابق، ص 145 - 146. ابن البيطار، المصدر السابق، ج 1، ص 37 - 38.
- 32 - أنوزلا مجيد، المرجع السابق، ص 82.
- 33 - أبو محمد السوسي الأندلسي، كتاب التجارب الطبية، تحقيق سمير قدوري، ص 30.
- 34 - الشقوري، المصدر السابق، ص 432.
- 35 - ابن زهر، المصدر السابق، ص 73. السوسي الأندلسي، المصدر السابق، ص 32.
- 36 - الشقوري، المصدر السابق، ص 426.
- 37 - الشقوري، المصدر نفسه، ص 428 - 429.
- 38 - ابن زهر، المصدر السابق، ص 76. الخطابي، ص 466.
- 39 - ابن البيطار، المصدر السابق، ج 1، ص 162.
- 40 - ابن زهر، المصدر السابق، ص 63. ابن البيطار، المصدر السابق، ج 3، ص 224.
- 41 - المصدر نفسه، ج 4، ص 353.
- 42 - ابن زهر، المصدر السابق، ص 42.

- 43 - ابن حيان، المقتبس من أنباء أهل الأندلس، تحقيق محمود علي مكي، وزارة الأوقاف، القاهرة، 1994م، ص 150 - 151.
- 44 - تريكي فتيحة، النباتات النفعية واستخداماتها العلاجية ببلاد الأندلس خلال العصر الوسيط، رسالة دكتوراه في التاريخ الإسلامي، قسم التاريخ، جامعة وهران، 2020م - 2021م، ص 350.
- 45 - ابن زهر، المصدر السابق، ص 195. تريكي فتيحة، المرجع السابق، ص 358.
- 46 - أنوزلا مجيد، المرجع السابق، ص 78.
- 47 - الشقوري أبو عبد الله، مقالة في الطب، تحقيق محمد العربي الخطابي، ضمن كتاب الأغذية والأدوية عند مؤلفي الغرب الإسلامي، ص 421.
- 48 - لتفاصيل أكثر عن الأمراض والأوبئة وطرق علاجها ينظر: بوكرايلة زهرة وفطيمة مطهري، الأمراض والأوبئة في الأندلس وطرق علاجها خلال القرنين (6 - 7هـ / 12 - 13م)، مجلة الرواق للدراسات الإنسانية والاجتماعية، مجلد 7، عدد 2، ص 416 - 431.
- 49 - المقصود هنا: منتخبات من الأدوية المركبة المستخلصة من كتب أندلسية ضمن كتاب الأغذية والأدوية عند مؤلفي الغرب الإسلامي، جمع وتحقيق محمد العربي الخطابي.
- 50 - سُمي هذا الشراب بهذا الاسم " شراب الأصول" لدخول عدد من جذور النباتات في تركيبته.