

## الأبعاد الصحية للأمثال الشعبية في المجتمع الجزائري

### Health dimensions of popular proverbs in Algerian society

محمد ميلودي\* ، جامعة وهران 02 محمد بن أحمد، miloudianthropologie@gmail.com

فاطمة الزهراء ياحي ، جامعة وهران 02 محمد بن أحمد، fatima-141@hotmail.fr

تاريخ النشر: 2022/12/30

تاريخ القبول: 2022/12/18

تاريخ الإرسال: 2022/09/16

#### ملخص:

سنحاول في هذه الورقة البحثية التطرق إلى أهمية دور ومكانة الأمثال الشعبية في تنظيم الحياة النفسية والصحية والاجتماعية والسياسية للمجتمعات، على اعتبار أن المثل الشعبي عبارة عن ثقافة شفوية، تجلت معالمها منذ وجود البشرية على مر العصور، من خلال نقل مجموعة من التعبيرات والألفاظ المتداولة أب عن جد التي تعكس سيرورة الصحة الشعبية، مما شكل المثل الشعبي موضوعا أنثروبولوجيا يبحث في عمق المجتمع الجزائري من خلال الاهتمام بمختلف جوانب الحياة سواء من الناحية الاجتماعية أو الثقافية أو العقائدية وحتى الصحية على وجه الخصوص، وعلى هذا الأساس يتضح لنا الدور الذي يلعبه المثل الشعبي في نشر منظومة ثقافية صحية داخل المجتمع الجزائري، الذي لا يقل أهمية عن باقي العوامل الأخرى، لهذا يعد موضوع الأمثال الشعبية من بين المواضيع الهامة التي لاقَت اهتمام كبير من الباحثين خاصة الأنثروبولوجيين منهم، الذين يتميزون عن باقي التخصصات الأخرى بأدوات ومناهج علمية وكذلك مؤهلات معرفية تؤهلهم لاستنطاق الواقع المعاش.

الكلمات المفتاحية: الأمثال الشعبية، الثقافة، الطقوس، الصحة.

\* المؤلف المرسل

**Abstract:**

In this paper, we will try to know the importance of the role and place of popular proverbs in organizing the psychological, health, social and political life of societies. Popular proverbs are an oral culture, the features of which have been evident since the existence of mankind throughout the ages. by conveying a series of expressions and words that are very much in circulation, reflecting the importance of people's health, Therefore, the topic of popular proverbs is one of the important topics that has received considerable attention from researchers, especially anthropologists, which distinguish themselves from other disciplines by scientific tools and approaches that allow them interrogate the lived reality.

**Keywords:** Folk proverbs, Culture, Ritual, Health

**مقدمة:**

لقد تجلت بعض الظواهر والأحداث الإجتماعية الضاربة في عمق تاريخ البشرية، طرح العديد من التساؤلات التي باتت تستفز العديد من المفكرين والباحثين خاصة منهم السوسولوجيين والأنثروبولوجيين على حد سواء، البحث في مآلات بعض المجتمعات المحلية المتشعبة بالثقافة المحلية التي أعلنت ميلادها منذ البدايات الأولى للبشرية، وهنا نستحضر تدخل الفكر الأنثروبولوجي حصته الأساسية. وذلك من خلال الإهتمام بمثل هذه المواضيع التي تخص ثقافة شعب ما، ونقل سلوكياته وممارساته اليومية الناتجة عن تصوراتهم ومعتقداتهم، على سبيل المثال لا للحصر، كتداول أمثال شعبية وعلاقتها بالجانب الصحي التي شكّلت كمعادلة ثنائية من أجل التنقيب في هذه الظاهرة الإجتماعية كتراث لامادي، وعلى هذا الأساس نجد تدخل أحد فروع الأنثروبولوجيا لمناقشة هذه الممارسات التقليدية، وجاءت أنثروبولوجيا الصحة من خلال الإهتمام بهذا المجال والقضايا الصحية والمرض عبر الإسهامات النظرية والتطبيقية والوقوف على مفهومي ثنائية الصحة والمرض وفاعليته، فاختلفت الدراسات باختلاف العوامل، والأسباب في جزئها الثقافي المسبب للمرض، بالإضافة إلى حضور تمثلات حول المرض والصحة من خلال العادات والتقاليد الممارسة وأعراف الشعوب المتباينة.

فموضوع الصحة والمرض يعتبر مجال وفضاء يعبر عن معتقدات وتصورات وقيم سائدة، وهو ما يمكن أن نعتبره معرفة اجتماعية تتضمن تفسيرات مختلفة حول جانب مهم من جوانب حياة الإنسان، ألا وهو الصحة، تعكس صور و تمثلات ثنائية الصحة والمرض المتداولة والمنتشرة في المجتمع الجزائري من خلال تراثه ألا وهو الأمثال الشعبية التي شكّلت حجر الزاوية في دراستنا هذه،

من خلال تداول مجموعة أفراد المجتمع العديد من الألفاظ والعبارات التي هي حقيقة الأمر، محاكاة لما يعيشه الفرد ويمر به في حياته اليومية، الناتجة عن ما يشعر به من فرح أو قرح، أو بمعنى آخر، تجسيد صورة فنية بطريقة شفوية من مقاطع وعبارات لغوية تتميز بخصائص وسمات تختلف في بعض الأحيان عن لغتنا الرسمية، لهذا أصبح المثل الشعبي يمارس كطقس رمزي في التخفيف من حدة ألم الفرد داخل مجتمعه هذا من جهة، ومن جهة أخرى، تقديم بعض النصائح حتى لا يقع الفرد في فخ العلة نفسها، وعلى هذا الأساس يستوجب علينا طرح التساؤل الرئيسي في ما يلي:

ماهي الرهانات الحقيقية للأمثال الشعبية في بلورة الفكر الصحي للفرد داخل مجتمعه؟ وأين تكمن مواطن هذه الأمثال الشعبية داخل الحياة اليومية للفرد؟

### 1 ضبط المصطلحات:

تحظى خطوة الإهتمام بفك شفرة المصطلحات من بين أهم رهانات أي باحث لما يتبادر له في ذهنه إلى فحص وتشخيص أي قضية سواء كانت على الحقل السوسولوجي أو حتى الأنثروبولوجي، ولذا وجب علينا التمعن بمتغيرات الدراسة على النحو التالي:

#### 1-1 المثل الشعبي:

كما تعرفه "نعمات أحمد فؤاد" بقولها: "إن المثل الشعبي هو مرآة لتجارب الشعب وبلائه في الحياة والأيام والأحداث، وهو أوضح صورة لتفاعل الشعب مع البيئة التي يعيش فيها". (نعمات، 1973، صفحة 24) ويبدو في حقيقة الأمر عن مجموعة من الألفاظ المتداولة بين أفراد المجتمع، من خلال عرض تجارب شعب ما أو قبيلة كرسها الحياة اليومية التي تعمل بموجها على تقديم بعض الدروس للفرد لحمايته من بعض الأمراض.

#### 2-1 مفهوم الثقافة:

الثقافة في كتاب إدوارد تايلور "الثقافة البدائية" هي: «ذلك الكل المركب الذي يحتوي على المعرفة والإعتقاد والفن والأخلاق والقانون والعادات والتقاليد، وأي قدرات أخرى تكتسب بواسطة الإنسان باعتباره عضواً في المجتمع". (بيومي، 1986، صفحة 84) ويشكل موضوع الثقافة هنا، جملة من الألفاظ والأفكار الصحية المتداولة بين أوساط أفراد المجتمع، بمعنى آخر، ترسيخ ثقافة شفوية المتوارثة عن جيل بعد جيل عبر مختلف الأزمنة والأمكنة ذات صبغة وقائية وصحية.

#### 3-1 الطقوس:

الطقوس هي أساطير تترك لأن الأسطورة هي مؤسسة الفعل المقدسة، فهي تسبقه وتضمن بقاءه والقيام بأي عمل هو تجديد لتجربته الأولى. (Bourdieu, 1980, p. 20) فالأمثال الشعبية تتجسد أطرها ونظمها عبر طقوس تخللتها مجموعة من الأفكار والألفاظ التي ترتبع على

عرش قبيلة ما، وهذه الألفاظ المتداولة عند عامة أفراد القبيلة، قد تتخذ في نهاية المطاف طابع القداسة.

#### 4-1 مفهوم الصحة:

تتحقق الصحة بشكل فعال، عندما تسود ثقافة شفوية من فرد لآخر داخل المجتمع، عبر تشبع كل فرد بجملة من الأمثال الشعبية التي تحكي عن تجارب يومية هدفها الأسمى تحقيق ما يسمى بالصحة النفسية والاجتماعية للفرد، ووقايته من بعض الأمراض.

#### 2 المدخل الرئيسي للصحة:

#### 1-2 المنظور الثقافي للصحة:

يختلف مفهوم الصحة من ثقافة إلى أخرى ويلاحظ أنّ "معاييرها تتباين ليس جغرافيا وثقافيا فحسب إنما تاريخيا أيضا، حيث تتعرض للتغيّر بمرور الزمن استجابة للتغير الذي يطرأ على أنماط الحياة الاجتماعية والإقتصادية والثقافية ومستويات الرعاية الصحية السائدة في كل بيئة". (الجوهري، 2008، صفحة 253) كما يرى هذا المنظور "إن صحة الناس تعكس الأسلوب الذي يختارونه للحياة فأنواع الأمراض ومعدلات الوفيات وأنواعها في المجتمع تتأثر كثيرا بالقيم المتصلة بتنظيم الأسرة والعمل والترويح". (محمد و محمد، 2006، صفحة 86)

#### 2-2 إستراتيجية المنظمة العالمية للصحة في الطب التقليدي (الشعبي) 2014-2023:

عرفت منظمة الصحة العالمية، تعريفا للطب الشعبي التقليدي على أنه : مجموعة واسعة من ممارسات الرعاية الصحية، التي ليست جزءا من تقاليد البلد نفسه، أو الطب التقليدي فيه، وهذه الممارسات ليست مدمجة إدماجا كاملا في نظام الرعاية الصحية السائد، وهي تستعمل بصورة تبادلية أو تناوبية مع الطب التقليدي (الشعبي) في بعض البلدان، وتهدف هذه الإستراتيجية إلى دعم دول الأعضاء في المجالين التاليين:

1 إستغلال دور الطب التقليدي (الشعبي) في تحقيق الصحة والعافية والرعاية الصحية التي تركز على الإنسان.

2 تعزيز الإستعمال المأمون والفعال للطب التقليدي (الشعبي). (عواطف، 2010، الصفحات 89-90)

#### 3-2 الأمثال الشعبية والصحة في التراث الثقافي:

تعتبر الممارسات الطبية الشعبية أو الطب البدائي أعطت مفاهيم حول المرض والصحة حسب المناطق وحسب الجماعات المحلية، وتعطي الأمثال الشعبية القيم الاجتماعية المعطاة والمقدمة لمفاهيم الصحة والمرض، والتي تعكس تارة معتقدات أو ممارسات طبية كجزء من التراث الثقافي والصيدلاني، وتارة أخرى تعطي معلومات عن الممارسات العلاجية حسب الجماعات المحلية

والمناطق الجغرافية، حيث أن التصورات حول المرض والصحة تختلف باختلاف تاريخ وحضارة وثقافة وخصوصية كل مجتمع، وتعكس الأمثال الشعبية الأبعاد النفسية والاجتماعية والجسدية وحتى الدينية وبمدى وعي المجتمع المحلي الإجتماعي وبمؤسساته الصحية حيث " مفهوم التربية الصحية يرتبط بمفهوم التربية العامة ويتصورات المجتمع لمسائل الحياة الصحة والمرض والموت، بأبعادها النفسية والاجتماعية والجسدية، كما تتعلق بمبادئ التربية الصحية بالجو السائد وبالوعي الإجتماعي وطبيعة المؤسسات الصحية الإجتماعية. (الأخرس، 2001، صفحة 110).

والأمثال الشعبية تعكس الجانب الثقافي والذي في ثناياها تعبر عن تفاعل المجتمع ومدلولاته عن جانبي الصحة والمرض، من خلال أنها من إنتاج الجماعات التي بدورها تتعامل مع الأخطار الدائمة التي تصيب الإنسان، والتي لا مفر منها، فإن المرض والصحة هي حتمية الفرد داخل إطار بيئي إيكولوجي واجتماعي وثقافي معين، بغض النظر عن اختلاف الشعوب والمجتمعات.

ومن جهة أخرى تلخص الأمثال الشعبية بإعطاء تفاسير حول أسباب المرض أو التدهور الصحي في مختلف الثقافات إلى جانب آخر وهو تقديم العلاج المعتقد فيه وكيفية العلاج والوقاية في حالة التعرض للمرض، وبالتالي يمكن إعتبار أن التغيرات البيولوجية والفسولوجية التي تحدث للفرد سواء في الصحة أو المرض لها معتقدات وممارسات ثقافية تبرزها هاته الأمثال الشعبية التي تعتبر مخزون التراث الثقافي الشعبي أو الشعبي ومدى سيورتها وتناقلها وتوارثها من جيل إلى آخر بفضل عملية التنشئة الإجتماعية التي تقوم بها الأسرة الجزائرية، والتي تعتبر الحامل الأول للتراث الثقافي الجزائري ونقله.

كما يشير عبد العالي بشير أن: " المثل الشعبي يعتبر من أكثر الأشكال الأدبية اكتنازا وثراء. وفي معظم الحالات يعبر عن نتاج تجربة شعبية طويلة تخلص إلى عبرة وحكمة. فهو إذن جزء مهم من ملامح الشعب وقسماته وأسلوب عيشه ومعتقداته ومعايير الأخلاقية". (عبد العالي، 2016، صفحة 224)

### 3 الأمثال الشعبية ذات أبعاد وقائية وعلاجية:

إنّ الأمثال الشعبية تعتبر شكل من أشكال الفنون الشعبية، أو أقوال تتضمن الحث على سلوك معين أو التحذير منه، والمثير للإنتباه أنّ الكثير من الأمثال ارتبطت إرتباط وثيق بالجانب الصحي البالغ الأهمية بالنسبة للفرد، حيث تشير إلى مضامين علاجية ووقائية وبعضها ينطوي على معاني صحيحة بالغة الدقة من الوجهة الطبية، في حين أن بعضها الآخر يطغى عليه طابع الرشاقة والحكم الطبية غير معروفة المصدر، ولا أصله ومع ذلك نلاحظ تداولها نتيجة تناقلها من جيل إلى آخر لأنها تعمل على مبدأ خير الكلام ما قل ودل.

#### 4 تصنيف الأمثال الشعبية المرتبطة بالصحة والمرض حسب مدلولاتها:

إن تناول الأمثال الشعبية عدة جوانب مهمة في حياة المجتمع منها ما هو إجتماعي، ثقافي إقتصادي، سياسي، ديني، وصحي، حيث تشبعت بعدة تفسيرات وحملت مضامين ومدلولات مختلفة وتصور لنا طريقة تفكير أفراد المجتمع من جهة، وكيف جسدت ممارساتهم وسلوكياتهم من جهة أخرى خلال فترة معينة من فترات حياتهم، ولعل الأمثال الشعبية لم تخلو من الجانب الصحي بمضامين طبية وصحية، وسنحاول من خلال هذا العنصر، تصنيف هاته الأمثال المرتبطة بالصحة والمرض والطب والعلاج والوقاية حسب ما أتت به من مضامين متعلقة بموضوع بحثنا كالتالي:

#### 1-4 الأمثال الشعبية التي تعكس طرق العلاج الشعبية:

أشارت الأمثال الشعبية إلى وجود عدة طرق للعلاج من بعض الأمراض في المجتمع الجزائري في زمن معين من حياتهم، وذلك من خلال ما أشارت إليه هاته الأمثال الشعبية، فالمثل المتداول المشار إلى العلاج هو "آخر الدوا الكي"، يبرز هذا المثل أنّ الكي من أشهر طرق العلاج التقليدية المعروفة، فالوسط الجزائري منذ القدم، حيث تستخدم في علاج: "بوسفير"، "الليل"، "أم الصبيان" التي تصيب الأطفال ومازالت تمارس إلى يومنا هذا في بعض المناطق الجزائرية، وحتى عند الكبار فيما يعرف القطع بالكي على عرق لسان، الخلعة، الحر وغيرها، حيث "كان اعتماد العرب الكبير في معالجة الأمراض قائما على الكي والحجامة والبنتر واستطاعوا أن يعرفوا أصول هذه الطريقة". (محمود، 2011، صفحة 126)

بالإضافة إلى الحجامة كنوع من العلاج والمثل الذي يعكس ذلك "تعلم الحجامة في راس ليتامي"، وحجامة لقصى تشفي من سبعين داء". كانت تمارس منذ عهد الإسلام وما ورد عنها من أحاديث نبوية في نجاعة استخدامها والعلاج بها من عدة أمراض، هذا ما يدل على أن الحجامة طريقة علاجية للأمراض تاريخها قديم في الممارسة الطبية، ولا زالت إلى يومنا هذا تستخدم، وما يمكن التنويه إليه أنها أصبحت تدرس كعلم فبعض البلدان وما يجعل هاتان الطريقتان مميزتان هما ورودهما في الأحاديث النبوية عن ابن عباس عن النبي عليه الصلاة والسلام أنه قال:

"الشفاء في ثلاثة في شرطة محجم أو شربة عسل أو كية بنارو أنهي أمي عن الكي"

وذكرهما في الأمثال الشعبية دليل يعكس استمرارها عبر الزمان والمكان ما يجسد نجاحهما. "النوخة تنجي الدوخة". استعمال عشبة النوخة التي تستعمل للتخلص من الغثيان بعيدا عن الأدوية الكيماوية. "والثوم قاتل السموم" يشير إلى أهمية الثوم في إبطال مفعول السموم التي تنفثها الديدان، البكتيريا والفيروسات وذلك بفضل احتواءه على مركبات كبريتية خصوصا مادة الألسين، كما يعتبر مضاد حيوي طبيعيا يستخدم فالتطبيب الشعبي خاصة الأطفال لمعالجة الديدان.

## 2-4 المرض وعلاقته بفصول السنة من خلال الأمثال الشعبية:

إن المرض قد يعود إلى علاقته ببعض فصول السنة الأربعة التي تشير إليه الأمثال الشعبية ومن بين هاته الأمثال نذكر على سبيل الذكر هو: " **الخريف يسمم وهو الربيع يسمن** "، " **برد الصيف ولا برد الخريف**". يشير إلى أن الخريف مخيف نظرا لكثرة التقلبات الجوية. ولأن الإنسان يقدم من بعد جو حار إلى جو الخريف البارد الذي يحمل معه مفاجآت يتم فيها اختبار ردود فعل الجهاز المناعي، أما الربيع فهو عكس الخريف يحمل هواء لطيفا منعشا ليس فيه أضرار على الصحة، وفي المختصر لا يناسب جو الخريفي الصحة، لأنه يحرض على الإصابة بعدة أمراض، أما الجو الربيعي فهو عكس ذلك ملائم جدا للصحة ويحمل معه الطمأنينة والراحة النفسية والتي يعكسها حديث عن خطورة هواء الخريف وأضراره على صحة الإنسان. علي بن أبي طالب رضي الله عنه وأرضاه: " **اجتنبوا البرد في أوله واستقبلوه في آخره فإنه يفعل بكم ما يفعل بالشجر**". ففي بداية الخريف يخف سطوع أشعة الشمس التي تعتبر من الأمور الباعثة للأمل في النفس، وبالتالي يشعر الشخص بالقليل من الكآبة وتقلب المزاج؛ حيث يتلاشى اللون الأخضر وتتجرد الأشجار من حلتها فتبدو همرمة كثيباً وهذا يؤثر على نفسية الأفراد بنسب متفاوتة حسب طبيعة كل منهم واستعداده للتغيرات.

ويشير المثل حسب قادة بوتارن في كتابه: " **الأمثال الشعبية الجزائرية - بالأمثال يتضح المقال** - المثال رقم 451 في الباب الرابع المعنون بالحكمة: " **الدفء عفا ولو بعز الصيف** "، بمعنى الدفء يعني ولو هي سمة ثابتة في أخلاق العرب أن يبحثوا على حرارة الشمس، وهي تنفعهم لما لها نفع في صحة أجسامهم، هذا بصرف النظر عن المنافع الأخرى، يستعمل ابن شنب في 790 اللفظ " **عجز** " "مكان" يعني: عندما يكون الصيف في أوج حرارته ". (بوتارن، 1987، صفحة 116).

كما يعبر المثل أن البرد يجلب الأمراض فحين أن الدفء أو الدفا بالعامية الجزائرية صحة والمثل الصيف ضيف والشتاء شدة، فهو كناية عن طول مدة الشتاء مقارنة بالصيف وتحمل حرارته باعتباره فترة قصيرة تشبه فترة الضيف، حيث يمكث فترة وجيزة ويذهب كما أن برودة الشتاء القوية تمثل شدة للإنسان لأنها ينتج عنها أمراض . إلى جانب وجود مثل يحث على عدم التعرض لحرارة الشمس في فصل الصيف حيث يقال: **ضربة بسيف ولا نسمة الصيف** ( حسب اللهجة الجزائرية ) ، بينما نجد هذا المثل في كتاب الأمثال الشعبية الجزائرية رقم 374 من الباب الأول المعنون بالتربية والعادات والتقاليد المتمثل: " **دقة بالسيف ولا رواح الصيف** " والمعنى الذي جاء به ( **ضربة السيف ولا زكام الصيف** )، كما هو معروف لا يوجد أصعب من علاج زكام يصاب به الإنسان في الصيف ومن ثم ضرورة الوقاية من هذا الداء في هذا الفصل. (بوتارن، 1987، صفحة 98).

هذا المثل يدعوا إلى التحذير من أشعة الشمس ويذكر بأن التعرض لحرّ الشمس في الصيف قد يضر بالصحة أكثر من التعرض للفتحات الباردة وبالفعل هذا يتطابق مع النظرة الطبية الحديثة التي تحذر من التعرض للشمس نظرا لتداعيات الصحية الخطيرة التي تتركها مثل الضربة الشمسية الإنهك الحراري، الصدمة وغيرها.

#### 3-4 الأمثال الشعبية والنصائح الصحية للوقاية من المرض:

تتضمن الأمثال الشعبية عدة نصائح طبية التي تبرز ضرورة أهمية الصحة من جهة وضرورة الإلتزام وطرق الحفاظ عليها من جهة أخرى، ولعل الأمثال الآتية ستوضح ذلك، كالبيت الذي تدخله شمس ما يدخله حكيم أو طبيب والذي يشير إلى أهمية تهوية ونظافة البيت للقضاء على البكتيريا والجراثيم الناتجة عن الرطوبة وتجديد الهواء بالبيت، "واللي يبذل الهوا ما يلزموا دوا"، أو "بدل المراح تستراح". في بعض المناطق كناية على دور التنزه يبعث الراحة والطمأنينة ومجال لتفريغ القلق والضغوطات النفسية جراء الإنشغال الفردي والإنهك في العمل، فالتنزه له دور إيجابي على تفريغ الفرد للشحنات السالبة، وبالتالي التنزه بصفة دورية يتخلص من القلق الذي في كثير من الأحيان، هو سبب الأمراض. فبالتالي الحث على التنزه. كذلك "تغدى وتمدى"، "وتعشى وتمشى" المغزى من الشق الأول تسهيل عملية الهضم، أما الشق الثاني يتناقض مع الأول لأن المشي بعد العشاء سيحرف الدم عن جهاز الهضم لمصلحة أعضاء أخرى، وهذا ما يؤدي إلى صعوبة الهضم خاصة إذا كانت الوجبة محشوة باللحم والشحم، وبناء عليه ينصح بالمشي بعد العشاء من أجل تحفيز العمليات الإستقلابية، بالتالي حرق الدهون ومنعها من التكسد الذي يضر صحة الإنسان نتيجة تراكمها. "صحة الجسم في قلة الطعام وصحة القلب في قلة الأثام وصحة النفس في قلة الكلام وقلل طعامك تحمد منامك" دلالة على تناول وجبة خفيفة في المساء وعدم الإفراط في الأكل قبل الذهاب إلى الفراش كذلك "المعدة بيت كل داء" حيث يعكس إلى أهمية الغذاء الذي غالبا لو لم يكن جيدا أصاب الجسم بعدة أمراض، وعلى هذا الأساس هناك شهادة أخرى، حيث "أشار الأطباء إلى أن الأهالي لا يذهبون إلى المستشفى إلا بعد أن تنفذ الوسائل العلاجية المعروفة عند المرابطين والطلبة، وعندما تبلغ حدة الألم إلى الحالة الحرجة. (الأزهر، 2018، صفحة 35).

#### 4-4 الأمثال ومدلولاتها على شدة المرض:

لا يخفى إلى أنّ المرض وشدته على الإنسان عديدة منها الآلام والأوجاع ومدى شدتها عليه ومن بين تلك الأمثال نذكر منها: "وجع ساعة ولاكل ساعة". مثل يدل على شدة المرض وقساوته وأنه يجب على العليل أن يتحمل مشقة ساعة من العلاج كالجراحة مثلا، قلع ضرس وغيرها، بدل أن يقع فريسة الوجع يوميا. ذكر في الباب الخامس لكتاب الأمثال الشعبية الجزائرية بالأمثال يتضح المقال الخاص بالزمان والصبر، المثل رقم 125: "المرض يحط بالقنطار والراحة تنزل بالقوية". أي أن



المريض يهتك دفعة واحدة على حين أن جسده لا يستعيد قواه بعد المرض إلا شيئاً فشيئاً. (بوتارن، 1987، صفحة 38). أي على الإنسان أن يتحمل شدة المرض الذي يهتك البدن جسمياً، ويتعب النفسية، وسوف يتعرض للمرض لولا الوقاية واتخاذ بأسباب النصيحة للحفاظ على صحة الإنسان

4-5 الأمثال وارتباطها بالجانب الديني فيما يخص العلاج :

تعود في غالب الأمر هذه الأمثال الشعبية المستوحاة من الثقافة الشعبية بين أوساط أفراد المجتمع، إلى تشبعها بالثقافة العربية الإسلامية ذات مرجعية دينية، تذكر بعض الأمثال الشعبية أن العلاج بالدواء ما هو إلا سببا فقط وإنما الشفاء من الله سبحانه وتعالى والتوكل عليه منها: "هنا دواك وعلى الله شفاك". يجب الأخذ بالأسباب المتمثل في الدواء مع التوكل بأن الله هو الوحيد القادر على الشفاء والطيب ما هو إلا سبب.

ويقال أيضا "المرض يحتمت الذنوب" أي أنه يجعل في ميزان الحسنات أن صبر وينقص الذنوب التي ارتكبتها المريض. كذلك "لي ياكل حتى يمرض يصوم حتى يرتاح" وهي مأخوذة من قول النبي عليه الصلاة والسلام: « صوموا تصحوا » وما يترتب عن الصوم من فوائد صحية إيجابية على النفس والبدن والذي يعتبر أحد أركان الإسلام الخمسة وكيف يعيد برمجة جسم الإنسان بصفة جيدة وتنظيم الأعضاء ووظيفتها.

ونلاحظ خصوصا في جانب السنة النبوية الشريفة، على سبيل المثال: "ربي خلق الداء والدواء" إذ يتناص مع الحديث النبوي الشريف مصداقا لقوله صلى الله عليه وسلم: "ما أنزل الله داء إلا أنزل له شفاء" (بن عيسى، 2022، صفحة 115).

#### 4-6 أمثال شعبية تخص المريض وتجربته مع المرض:

هناك العديد من الأمثال التي تشير إلى المريض خاصة بعد شفاءه من المرض أو التعرض لمرض معين سواء من حيث الصبر وتحمل المرض أو إلى استخدام عدة علاجات طبيعية أو كيميائية، كما يشير قادة بوتارن في بابه السادس الموسوم ب: " السن والتجربة وعناية ولي الأمر" رقم 154: "سال المجرب ولا تسال الطبيب1/ ودم الثعلب في دماغ الذيب2"، وننوه على أنّ الشطر الأول من المثل متداول في المجتمع الجزائري، في حين الشطر الثاني مستوحى من قصة وعبرة الأسد والذئب\*: يروى أنّ الأسد مرض في يوم من الأيام، فجمع سائر الحيوانات لاستشارتهم، فسأل الذئب: الذيب في عامية المغرب العربي هو ابن أوبن وهو العدو العريق العداوة للثعلب، فنصحه هذا الأخير باستعمال دم الثعلب، وكان يترجى أن يقتله الأسد لهذه الغاية. وعكس ما كان يتوقع قبل الثعلب أن يوجد بنفسه، فقال: " قبلت ذلك إلا أنّ الدواء يحتاج فيه أيضا إلى دماغ الذيب. فمد قائمته لكي يؤخذ منها شيء من الدم وقتل الذئب لكي يستعمل دماغه. والعبرة من هذه القصة تكمن في الثقة التي يجب أن يضعها الإنسان في خبرة الرجال وحنكهم. (بوتارن، 1987، صفحة 45).

يشير إلى أن المريض هو على دراية أحسن من الطبيب بما أصابه وعلاجه كونه تغلب على المرض. وتداول مثل كذلك "بعد الشفى يصبح كل مريض طبيب" يقال لمن يروج للوصفات العلاجية سواء الطبيعية أو الدواء الصيدلاني كونه كان ناجعا في شفاءه ومعرفة مرضه دون لجوء للطبيب. "ومريض قديم خير من طبيب جديد" كون أن المريض يشخص الداء أكثر معرفته ودراية بالحالات التي مر بها لأن التجربة المرضية الميدان هو أصل المعرفة بالنسبة له وكذلك بالنسبة للطبيب يعرف التشخيص من جراء أعراض المريض التي يقولها على أساسها يشخص مرضه. "ودرهم وقاية خير من قنطار علاج". يبين مدى أهمية الوقاية لتفادي المرض حيث أن الوقائي لا تكلف ماديا وصحيا عكس التعرض للمرض الذي هو مستنزف طاقة وقدرة الجسم و التكلفة العلاج، لذا ما يشاع في أوساطنا العربية "الوقاية خير من العلاج" كشعار مما تعكس أن الوقاية هي النموذج الأمثل والأنجع للسلامة من كل داء ويرى صفوت كمال: "أنّ الحوادث الشعبية هي نسيج متكامل نسجه الشعب متضمنا: تقاليد و تصورات، عاداته وتجاربه، خبرة الحياة يقدمها في أسلوب وفي بناء روائي". (سمير و آخرون، 2016، صفحة 216).

خاتمة :

ومما سبق يتضح لنا أن المثل الشعبي كباقي الأمثال الشعبية الأخرى، أصبحت تشكّل رهان حقيقي في المنظومة الصحية الراسخة في ذهنية المجتمع الجزائري، حيث باتت تمارس كطقس رمزي في نشر ثقافة صحية توعوية بين أفراد المجتمع، عبر تناقل مجموعة من الأمثال الشعبية التي تعود لإرهاصات أولية في عمق تاريخ البشرية، ومتوغلة في الضمير الجمعي و في ذاكرة المجتمع المحلي، فلا يخفى علينا جميعا، إذا أردت معرفة ثقافة أي مجتمع ما، فاطلع في بداية الأمر سوى على أمثاله، التي تعكس في حقيقة ما يحوم به المجتمع من واقع إجتماعي وثقافي وصحي كونه هذه الذات الإجتماعية المنصهرة داخل هذا المجتمع، وما دام أن هذه الأمثال نسجت من صنع هذا الشعب تعبّر عن ثقافة تعبير أو حكاية أو أسطورة في نهاية المطاف، فإنها من دون شك بسطت نفوذها على عدة مواطن لماهية هذا الإنسان، كأسلوب وقائي للمريض مهما كان مرضه وعرض تجربته المرضية، فبعضها دينوي يحاكي الحياة الإجتماعية والمرضية للفرد وفق خاصية النصح أو التحذير، وبعضها ديني روحاني يستمد أصوله من مصدر مقدّس متشبع بثقافة إسلامية محضة .

قائمة المصادر والمراجع:

أحمد فؤاد نعمات. (1973). النيل في الأدب الشعبي. القاهرة: الهيئة العامة للكتاب.

العقبى الأزهري. (2018). المعتقدات الشعبية والطب التقليدي في المجتمع الجزائري، كتاب جماعي

حول سوسيوولوجيا الصحة في المجتمع الجزائري. الجزائر: دار الجبل للنشر والتوزيع.

- بشير عبد العالي. (2016). الجوانب الصحية في الأمثال الشعبية. مجلة بحوث سيميائية ، 06 (10).  
 بن عيسى، أ. (2022). الأمثال الشعبية الجزائرية، بالأمثال يتضح المقال، دراسة وصفية دلالية .  
 مجلة العلوم الإنسانية. 06 (01), p. 115 ,  
 سمير، س & , وآخرون. (2016). بحوث ودراسات في الثقافة الشعبية. القاهرة.  
 عطيل لموالي عواطف. (2010). الطب التقليدي في المجتمع الجزائري بين الممارسة والتشريع،  
 كتاب جماعي حول سوسيولوجيا الصحة في المجتمع الجزائري. الجزائر: دار الجبل للنشر والتوزيع.  
 علي محمد، و وآخرون محمد. (2006). دراسات في علم الاجتماع الطبي. الإسكندرية: دار المعرفة  
 قادة بوتارن. (1987). الأمثال الشعبية الجزائرية، بالأمثال يتضح المقال. (حاج صالح عبد الرحمان،  
 المترجمون) الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.  
 محمد أحمد بيومي. (1986). المجتمع والثقافة والشخصية (دراسة في علم الاجتماع الثقافي).  
 القاهرة: دار المعرفة الجامعية.  
 محمد الجوهري. (2008). مفاهيم أساسية في الأنثروبولوجيا. الإسكندرية: موسوعة علم الاجتماع.  
 محمد صفوح الأخرس. (2001). الأنثروبولوجيا وتنمية المجتمعات. سوريا: منشورات الثقافة.  
 محمود، ع. ا. (2011). حزيان صور الطب وأساليب العلاج في مضامين الأمثال الشعبية. دراسات  
 موصلية. 33), p. 126.

Bourdieu, P. (1980). Sociologie de l'Algérie. Paris: PUF.