الطعام عند الليبيين القدماء

Food for the ancient Libyans

د.فاطمة على عمر الشيخي

عضو هيأة التدريس كلية الآداب / بجامعة بنغازي

المقدمـــــة :-

ذكر هيرودوتس "Herodus" في كتابه الثاني أن ليبيا تبدأ من غرب دلتا النيل حتى أعمدة هراكليس "Heracleds". لكنه عند حديثه عن الليبيين في كتابه الرابع نجد أنه يقسمهم إلى مجموعتين، تفصل بينهما بحيرة تريتونيوس "Tritonius"(شط الجريد بتونس). وبنى هذا التقسيم بناء على طبيعة حياة السكان وعملهم، إحداهما تعيش إلى الشرق من البحيرة، ويمتد موطنها شرقا حتى دلتا النيل، وتتألف من بدو رعاة، والثانية تعيش إلى الغرب من البحيرة، ويمتد موطنها حتى أعمدة هيراكليس، وتتألف من زُراع ألفوا حياة الأستقرار. وبما أن دراسة الجوانب الحضارية لأي مجتمع أمر مهم يسلط الضوء على العادات الاجتماعية من بينها عادات الأكل وأنواع الأطمعة وتأثير البيئة عليه. لذا تميز الطعام في المجتمع الليبي القديم- ريفياً كان أم صحراوياً- بالبساطة التامة، على أن القبائل الصحراوية أكثر بساطة في مأكلها، بخلاف طعام أهل المدن، حيث الحضارة والبذخ اللذان ينتج عنهما فنون الطبخ وأصناف الطعام. وعلى الرغم من بساطة طعام أهل الريف إلاّ أنه مع ذلك لذيذ الطعم ومفيد .أما طعام قبائل الصحراء؛ فلا يصح وصفه بطيب المذاق والجودة؛ بسبب خشونته، وسوء إعداده. وقد تكون بعض أصناف الطعام الموجودة في الريف والصحراء الآن هي نفسها التي عرفتها الأوساط القبلية منذ حقبة بعيدة من الزمن.

Summary:

The food Herodus mentioned in his second book that Libya begins from the west of the Nile Delta until the columns of Heracles "Heracleds". But when he speaks of the Libyans in his fourth book, he divides them into two groups, separated by Lake Tritonius (Shatt al-Jarid, Tunisia). This division is based on the nature of the population's life and work. One of them lives east of the lake and extends eastwards to the Nile Delta, consisting of nomadic herders. The second is to the west of the lake and extends to the Heracles columns. Since studying the cultural aspects of any society is important, it highlights social customs, including eating habits, types of fish, and the effect of the environment on it. Food in the old Libyan society - rural or desert - was simply characterized by the fact that the desert tribes are simpler to eat than the food of the urban people, where the culture and the extravagance produced by the arts of cooking and food. In general, the food of the ancient Libyans was characterized by being vegetarians in most cases; they rarely sacrificed their livestock; they only drank their milk, preferred fishing, ate snails and honey, and drank only water. Despite the simplicity of rural food, it is nevertheless tasty and helpful. The food of the tribes of the desert; it can not be described as good taste and quality; because of the roughness, and poor preparation. Some of the food varieties in the countryside and the desert may now be the same as those of the tribal community from a long time ago.

اللحوم:- يذكر هيرودوتس أن الليبيين الشرقيين كانوا يحرمون أكل لحم **البقر والخنزير**[1]، ويبدو أن لحم الخنزير كان محرما أيضا على الليبيين الغربيين[2]. كما أنهم حرموا أكل الخيل أيضا[3] . فكانوا يفضلون لحوم الصيد[4]، يذكر إيليانوس أنهم كانوا يصطادون عجول الثيران البرية، بإعتبارها أكلة شهية[5]،لأن الماشية كانت تمثل رأس مالهم، وثروتهم التي يدخرونها قدر استطاعتهم، كما استخدمت طرق لحفظ اللحوم بتدخينها (قديد) بعد سحقها ودهنها بالشحم[6]. أما الماشية التي يرعونها فكانوا يذبحونها كقرابين للالهة، وفي مناسبات معينة، مثل: المآدب والإحتفالات والأعياد[7].وفي درعة وسجلماسة وورقلة وفزان؛ لا يأكل الناس الحبوب إلاّ نادراً؛ وفي الأعياد والولائم بالخصوص؛ لأنها غير متوفرة بسهولة، إذ يتغذى الناس في بعضها بالتمر ولحم **الماعز والأغنام** المسنة، أو بلحم **الجمال** أحياناً، أو **بالنعام** الذي يصطادونه في أماكن معينة أو يقومون بتربيته[8].ويؤكل اللحم عندهم مشوياً، أو مطبوخاً ومتبلاً بتوابل السودان[9].

---

1)- Herodot., IV, 186.
2)- Gsell,H.A.A.N.,T.V, p. 178.
3)- Ibid.,T.VI, p. 3.
4)-الدراجي، بوزياني، ملامح تاريخية للمجتمعات المغربية،دار الأمل للدراسات والنشر والتوزيع، المغرب،2010،ص242.
5)- Élien,Nat. anim., XIV, 11.
6)- Gsell,H.A.A.N.,T.VI,P.8.
7)- Corippus, Joh., III, 167.
8)- الوزان؛ الحسن بن محمد الفاسي، الشهير بليون الأفريقي (957هـ 1550م) وصف إفريقيا، ترجمه عن الفرنسية :محمد حجي ومحمد الأخضر، دار الغرب الإسلامي ببيروت1983م،ص ص 75-76.
9)- بوزياني،المرجع السابق،ص251.

وكانت بعض القبائل تأكل لحوم **القردة**[10]، وكان القرطاجيون يأكلون **الكلاب**[11]، بل يقال أن الملك داريوس ***"Darius"*** دعاهم للتخلي عن هذه العادة، ويرجح جزيل أنهم أخذوها عن الليبيين، وأنها كانت معمولا بها لدى الجوانش ***"Guanches"*** سكان جزيرة كناريا ***"Canarie"*** [12]، يقول بليني: "**سميت هذه الجزيرة بكناريا " Canaria " لكونها تعج بالكلاب الضخمة**"، وذكر في فقرة أخرى أنه في جنوب جبال الأطلس كانت تعيش قبائل تعرف بكناري "Canarii"، كانوا يأكلون كما تأكل الكلاب. بالتالي لايعد النص دليلا على أن الأهالي كانوا يأكلون الكلاب[13]، بينما يؤكد جزيل أن هذه العادة استمرت عند بعض قبائل الواحات الجنوبية حتى عهد قريب[14].

كما أن بعض **الزواحف** كانت محل إهتمام لدى بعض القبائل[15]. وفي المناطق الصحراوية المؤدية إلى بلاد السودان كانت بعض القبائل تأكل **الحيات والأحناش**؛ التي يسلخونها ويقطعون رؤوسها ثم يطبخونها ويأكلونها [16].كما أن أكل **الجرذان** [17] **والضباب والسحالي** كان شائعًا في بقاع عديدة من الصحراء، وفي هذه المناطق أيضاً كانوا وما زالوا يأكلون لحم **النعام** [18].

---

[10])- Herodot.,IV,194; Diodors,XX,58,5; Gsell,H.A.A.N.,T. I,P. 245; T.III, P.52.
[11])- Justin, XIX, 1, 10; Ibid., I, P. 418.
كان الفينيقيون كغيرهم من الشعوب السامية لا يأكلون لحم الخنزير ولكنهم اشتهروا بحبهم لأكل الكلاب .أنظر أحمد صفر،مدنية المغرب العربي في التاريخ، دار النشر بوسلامة، تونس،1959م،ص165.
[12])- Gsell,H.A.A.N.,T. I, P. 418. أشتق أسم كناريا من "Canis"وهو أسم الكلب باللاتينية
[13])- Pliny, VI, 205; V, 15.
[14])- Gsell,H.A.A.N.,T. I, P. 418, no. 5
[15])- Herodot.,IV,172.
[16])- الإدريسي؛ محمد بن عبد الله الحمودي السبتي يكون قد توفي سنة(560هـ 1164م) (مقتبس من نزهة المشتاق) (القارة الإفريقية وجزيرة الأندلس:تحقيق إسماعيل العربي)، ديوان المطبوعات الجامعية بالجزائر،1983م،ص ص. 93-87.
[17])- الأدريسي، نزهة المشتاق، ص129 . ربما يقصد بها أكل الجرابيع.. وهى عادة لازالت منتشرة في ليبيا الحالية.
[18])- وصف إفريقيا،ج2،ص ص120,129,136.

الدجاج:- يوجد بكثرة[19]، لكن لاتوجد إشارة لتناوله لاعند النوميديين ولاعند الموريين.

الأسماك:- كما أن الليبيين كانوا لايستطيبون السمك[20]، وعلى الأغلب أن معامل تمليح السمك الفينيقية كانت تقام على المناطق الساحلية ولا تسوق للقبائل[21].

ومن غير المعروف لماذا أمتنع الليبيون عن أكل السمك والطيور، ربما لكونهم قبائل بدوية اعتادت على شظف العيش.

الرخويات:- تناول الليبيون القواقع البحرية خصوصا **البطلينوس*"patelles"*، وبلح البحر *"moules"***، كما تناولوا القواقع البرية مثل **الحلزون** المتوفر دائما، ويرى جزيل أن الآهالي علموا الرومان فيما بعد تذوق الحلزون في إفريقيا، ففي أوائل عهد الميلاد كانت هذه الرخويات محلا لتربية حقيقية تصدر لما وراء البحار، إذ كانت تعتبر طعاماً مميزاً، ولذلك كانت تربى بعناية كبيرة[22].

الجراد:- كما تناول الليبيون **الجراد**، فكانوا يصطادونه في منطقة السرتين، إذ يذكر هيرودوت أن قبيلة الناسامونيس كانوا يجففون الجراد في الشمس، ثم يسحقونه، ويرشونه على الحليب[23]وفي جهات مراكش والسوس ومناطق صحراوية أخرى كانوا يأكلون الجراد [24] وهذه العادة مازالت متبعة حتى يومنا هذا في المناطق الصحراوية.

المأكولات النباتية:- يتميز طعام سكان الإقليم بكونه نباتي في أكثر الحالات، إذ اعتمد الليبيون على تناول جذور النبات وفواكه الأشجار البرية، لا سيما أشجار **البلوط والكلأ**، وقد استمروا في تناولها حتى العهد القرطاجي[25]،

19)- Gsell,H.A.A.N., T.I, P. 3.
20)- Ibid.,V, P. 212.
21)- Ibid.,VI,P.9.
22)- Ibid.,T. I, PP. 137,187,197.
23)- Ibid.,IV, 172.
24)- الأدريسي، نزهة المشتاق، ص ص123-138.
25)- Strabon, XVII,3,15; Gsell,H.A.A.N.,T.I,P.218.

فكانوا يأكلون كميات كبيرة من **العنب**[26]، وفي منطقة السرتين كانوا يجنون ثمار شجيرة شائكة، قال بليني الكبير إن أسمها الإفريقي هو **كلثيس*"celthis"***[27] كان الإغريق يسمونها ***(لوتس-lotos)*** ***"λωτός"***[28]. بل إنهم أطلقوا علي قبائل الساحل اسم **لوتفاج** ***"Lotophages"*** أي آكلي ثمرة اللوتس[29] وفقا لما ذكره هيرودوت، حيث كانوا يعيشون على هذه الفاكهة فقط[30]، يذكر سترابون أن ثمرة اللوتس في أرض الماساسيلى تروي عطش آكليها فلا يحتاجون بعد أكلها إلى شراب[31] وهى من النوع الذي- على مايبدو- ينتمي للوتس السرتين[32].

وفي العصر القرطاجي أصبحت المأكولات النباتية كثيرة ومتنوعة، بسبب إهتمامهم بالزراعة، ولابد أن الخضروات كانت من طعام أهل المدن[33]، لأن البساتين المحيطة بالمدن كانت تسد حاجة السكان من نباتات غذائية كالسلجم[**اللفت**]، **والفول والخرشوف والبطيخ والهليون البري**[نبات من فصيلة الزنبقيات تؤكل سوقه مسلوقة]، **والثوم والبصل والكمأ الإفريقي**[نوع من الفطر] **والكمون، وأشجار الزيتون والتين والرمان واللوز والأجاص والسفرجل والليمون والجوز**[34] .

يذكر الوزان أنه في صحراء تارقة ينمو" **المن" بكثرة ؛ وهو شيء عجيب؛ يذهب الناس في الصباح الباكر ليجمعونه؛ فيملأون به دناناً، ثم يبيعونه طرياً في أزقة أكدز، ويشرب هذا المن ممزوجاً بالماء؛ ويكون شراباً ممتازاً ويجعل أيضاً في الحساء، ويبرد كثيراً لذلك لا يمرض الغرباء بأكدز كما يقع لهم بتمبكتو ذات الهواء الوخيم** [35]. وقد قال النويري في المن **(فـهو يسقط على ورق البلوط والسدر والخوخ والمشمش مثل العسل؛ فما تخلص** منه

---

[26])- يذكر جزيل أن أهالي الأطلس الكبير كانوا يعيشون في الغالب على العنب الطازج والمجفف (الزبيب) في العصور الوسطى. أنظر: (Ibid.,T.VI,P.3)

[27])- Pliny, Hist. nat., XIII, 104

[28])- Herodot.,IV,177.

[29])- Gsell,H.A.A.N ,T.V, P. 83.

[30])- Herodot.,IV,177.

[31])- Strabon, XVII, 3, 8.

[32])- Gsell,H.A.A.N.,T.VI,P.3.

[33])- Ibid.,T. I, p. 168, 236.

[34])- جوليان؛ شارل أندري،تاريخ إفريقيا الشمالية(ترجمة محمد مزالي والبشير بن سلامة)، الدار التونسية للنشر بتونس والشركة الوطنية للنشر والتوزيع بالجزائر،1983،1978م،ص207.

[35])- وصف إفريقيا،ج2،ص152.

كان أبيضَ، وما لم يَتخلص وجمُعَ بورقه كان أخضَرَ، وسقوطه يكون بجبال ربيعة ومضُر وَجبال الشام إلى نحو دمشق وَالساحل) [36].

(كما أن سكان الصحراء المؤدية إلى السودان يلتقطون بالقرب من أودغست ثمار الكمأة [37] في حجم كبير جدا يكون في وزن الكمأة منها أرطال وأزيد، وهو يجلب إلى أودغست كثيراً ويطبخونه مع لحوم الجمال ويأكلونه .ويزعمون أن ما على الأرض مثله؛ وقد صدقوا وفي منطقة ودان وجنوب فزان كان القوم يأكلون بعض الجذور التي تنبت في الرمال؛ فيدقونها حتى تصبح دقيقاً ثم يعجنونها ويأكلونها وأكثر أهلها يحفرون أصول نبات يسمى"أغرسطس"؛ وهو عندهم من نبات الرمال؛ فيجففونه ويدقونه بالحجر، ويخبزونه خبزاً يتقوتون به، ويأكلون منه ويأكل جلتهم وخيارهم اللحوم الجمالية مقددة، ويشربون ألبان الإبل؛ وأكثر نيرانهم يقدونها في بعر الجمال وبعض الشوك؛ والحطب عندهم قليل).[38]

أما التمور فكانت تجنى من الواحات، ورد عند هيرودوت أن **الناسامونيس** ***"Nasamons"*** كانوا يذهبون إلى واحة **أوجلة** ***"Augila"*** غربي قورينائية[39]. للحصول على التمر، ولاشك أنهم وغيرهم من سكان الواحات الواقعة بعيدا إلى الغرب، قد أخذوا من الشرق إهتمامهم بجني التمور[40].

الحبوب: وتحتل زراعة الحبوب المكانة الأولى لدي جميع سكان الإقليم من بادية وحضر وكذلك الرحل[41]، وكثيرا مارددت ذلك النصوص القديمة[42]. ربما كان الليبيون يكتفون بتحميص الحبوب[43] إلا إنهم قاموا بطحنها منذ عهد

---

36)- النويري؛ أحمد بن عبد الوهاب، نهاية الأرب في فنون الأدب(733هـ 1332م)المؤسسة المصرية العامة للتأليف والترجمة والطباعة والنشر بمصر،1954م، ج11،ص329.
37)- وهي من الفطريات، وتسمى الآن في الجزائر" الترفاس."
38)- الأدريسي، المرجع السابق،ص9.
39)- Herodot., IV, 172,182; Gsell,H.A.A.N.,T. V,P. 5.
40)- Ibid., IV,183; Ibid.,T.I,P.239.
41)- Ibid.,T. V, p. 198.
42)- Ibid., P. 190.
43)- بوزياني،المجتمعات المغربية،ص245.

بعيد دل على ذلك ماتم العثور عليه من مهارس ومدقات حجرية وخشبية[44]. بهذه الوسائل يمكن الحصول على طحين خشن، يتم أعداده بطرق مختلفة، منها إعداد **الروينة** ***"rouina"***[45]، وهو طعام يتناوله الفقراء، عبارة عن طحين الشعير المحمص، يملح ويؤكل من غير أن يطبخ في النار، وإنما يكتفى ببله بالماء أو الحليب ليتكون منه عجين ثخين[46]، ولصنع العصيدة يستخدم الزيت أو الحليب والزبدة.

أما الطعام الشائع والمفضل لدى الليبيين البدو والحضر على السواء فهو الكسكسي أو الكسكسو . وقد وصف الحسن الوزان طريقة إعداد الكسكسي في زمنه، وكيفية تناوله؛ فظهر أن تلك الطريقة لم تتغير إلى الآن [47]ونظراً للشهرة التي تمتع بها الكسكسي؛ فقد سمي في بعض مناطق المغرب باسم" الطعام"؛ من باب تسمية الكل بالجزء؛ لكونه طعاماً أساسياً، ومنتشراً بين طبقات المجتمع كله[48] .

كما صنعوا **الخبز**[49]، يذكر الوزان أنهم كانوا يعدون نوعا من خبز **الشعير** أشبه بالرغيف، يحضر بدون خميرة، يوضع على مقلاة من الفخار[50]، ويصنعون نوعا آخر من الخبز عبارة عن رقاق يخبز ويدهن بالزيت[51]. وبهذا الوصف يتبين أن هذه العادة في إعداد الخبز لم تنقطع، إذ بقيت إلى يومنا هذا. ويقول الإدريسي :**(أن جبل نفوسة ينتج شعيراً في غاية الجودة، مما إذا خبز كان أطيب من سائر الطعام في سائر الأقاليم؛ ولأهله في صنعة الخبز حذق وتمهر فاقوا به كل الناس)** [52].أما الخبز عند أهل الصحراء فكان يعجن من دقيق **الذرة** أو **الدخن**؛ ويدفن في الرماد قبل أن تنطفئ جِذاه حتى ينضج الخبز, ومازالت هذه الطريقة في إعداد الخبز متبعة إلى اليوم في الصحراء؛

---

44)- Gsell,H.A.A.N.,T. VI,P.6.

45)- لفظ عربي حديث.

46)- Gsell,H.A.A.N.,T. VI,P.7.

47)- يصنعونه من دقيق مبلل؛ يحول إلى حبيبات في حجم حبات الكزبرة؛ تنضج في قدر ذات ثقوب (كسكاس) توضع فوق قدر أخرى، ثم يخلط، هذا المتبخر بعد نضجه بالسمن، ويسقى بالمرق .أنظر:وصف أفريقيا،ج1، ص253.

48)- بوزياني،المجتمعات المغربية،ص248.

49)- ذكر بوليبيوس أن ماسنيسا كان يأكل كسرة خبز شعير أمام خيمته. أنظر:
Polyb., XXXVI, 16, 2; XXXVII, 3 ; Liv., XLVIII.

50)- حول وصف طرق إعداد العصيدة والخبز والثريد،أنظر:وصف أفريقيا،ج1،ص102-193،106-141، 328-333؛ج2، ص43.

51)- Gsell,H.A.A.N.,T. VI,P.7

52)- الأدريسي، نزهة المشتاق،ص180.

ويسمى هذا الخبز" **الملة** ". حيث يعد للضيوف فقط؛ ولا يأكلون منه أمامهم أبداً؛ ويسوغون ذلك التصرف بكونهم لا يأكلون إلاّ من نتاج أرضهم. ولكن يبدو أن الحقيقة تكمن في غلاء ثمن الدقيق في تلك الديار لذا فهم لا يأكلونه إلاّ نادراً؛ ويعدونه في المناسبات، ويقدمونه للضيوف من باب التكريم وحسن الضيافة [53].

الزيتون: كانت أشجار الزيتون منتشرة في مناطق واسعة غير أن أنواعا منها كانت ذات نوعية سيئة وصفها الشاعر اللاتيني جوفينال "Juvenal" قائلا: **(أن الزيت الذي يوضع في صحونكم من صنف الزيوت التي جلبها أحفاد مكيبسا في مراكب من قصب ذوات الجؤجؤ الحاد، وبما أن بوكار "Boccar" يستعمل هذا الزيت فلا أحد في روما يرضى بالاستحمام معه وهذا الزيت يدفع سموم الثعابين السود).** وقد وضح جوليان أنهم كانوا يقصرون استعماله على شئون التجميل والإنارة لأنه غير مستطابا عند الأكل[54].وأشار الإدريسي إلى نوع من الزيوت الرديئة التي كانت تؤكل في أرياف المغرب؛ بعد أن تعصر من ثمار أشجار تسمى" **أرقان**"؛ تشبه شجر الإجاص في كل شيء .أما ثمارها فقريبة من ثمار" **البرقوق**" المعروف في الجزائر ب"**عين بقرة**"؛ وله قشرة خضراء؛ لا يستساغ طعمها بسبب العفوصة والحموضة .أما نواتها التي تشبه الزيتون؛ فهي المطلوبة لدى السكان؛ إذ يتخلصون من القشر؛ بتقديم الثمار إلى الماعز فتأكله وترمي النوى؛ الذي يغسل ويدق ثم يعصر فيخرج منه زيت؛ جميل المنظر كريه الرائحة والطعم . وهو متوافر بشكل واسع في المغرب الأقصى؛ إذ يستعمل في الإضاءة، وقلي الإسفنج؛ ثم يقول: **(وله إذا مسته النار رائحة كريهة حريقة؛ ولكنه يعذُب طعمه في الإسفنج، ونساء المصامدة يدهن رؤوسهن به على المشط؛ فتحسن شعورهن بذلك)** [55].وقد يكون شجر" **أرقان** "هو نفسه الذي ذكره الوزان، وسماه" **هرجان** " وفي ذلك قال الوزان :**ويوجد هناك** –أي في بلاد حاحا– **عدد وافر من أشجار شائكة تثمر حباً كبيراً يشبه الزيتون الذي يأتينا من**

[53]- بوزياني،المجتمعات المغربية،ص251.
[54]- جوليان،المرجع السابق، ج1،ص209.
[55]- الأدريسي، المرجع السابق،ص134 :

إسبانيا ويسمى هذا الثمر عندهم"الهرجان"، وتستخرج منه زيت كريهة الرائحة؛ تستعمل مع ذلك الطبخ والإنارة) [56]. علماً بأن زيت الأرقان مازال معروفاً إلى الآن في المغرب الأقصى.

السلفيوم: كان نبات السلفيوم[57] من أهم منتجات اقليم قورينائية الاقتصادية طيلة العصرين اليوناني والبطلمي. ورد اسم نبات السلفيوم عند الكتاب القدامى، وظهرت صورته على أغلب قطع العملة القورينائية حتى أصبح شعاراً لها[58]، لقد حدثنا هيرودوت[59] بوصفه نباتاً شائع الاستعمال. وأفاض ثيوفراستوس[60] في الكلام عنه، كان لنبات السلفيوم قيمة كبيرة فكان الاغريق في اقليم قورينائية يقومون بتصديره مباشرة إلى الخارج باعتباره احتكار ملكي. اشتهر نبات السلفيوم لفوائده العديدة ومن بينها أنه يعتبر علفا ممتازا للماشية حيث يسمنها ويجعل لحمها لذيذ الطعم كما قال ثيوفراستوس وبليني[61]، ويعتبر من الخضراوات الممتازة التي تظهر في صور مختلفة وكانت سيقانه تقطع قطعا صغيرة وتحفظ في الخل عدة أيام فتغدو من أشهى أنواع المخللات[62] وفي هذا الصدد يشير أثينايوس[63] إلى طريقة لاعداد نوع من السمك يسمى البوربون للأكل باستخدام السلفيوم في طهيه.

وفي مجال استعماله كأحد التوابل، يذكر ديسكوريدوس أنه يعطي للمأكولات لونا حسنا فاستعماله في الغذاء يؤدي إلى تسخين المعدة وتقويتها، ويفتح الشهية للأكل، هذا إضافة إلى إعطائه لونا جميلا ومظهرا محببا، يؤدي إلى الأقبال عليه. كما ذكره مؤلف دراسة**((السلفيوم في آثار أوريباسوس البرغامي))** الطبيب الإمبراطوري الذي كتب عن

---

[56])- وصف إفريقيا،ج1،ص96.

[57])- إلا أنه لم يعد له وجود في برقة وبالرغم من ذلك، فقد بذل علماء الآثار وعلماء النبات جهوداً مضنية طوال القرنين الماضيين لمعرفة هذا النبات دون جدوى ولايزال أمره غامضاً.أنظر: الأثرم،تاريخ ليبيا القديم،منشورات جامعة قاريونس،بنغازي،1994،ص157.

[58])- استخدم السلفيوم كشعار لنقود قورينائية منذ أن بدأت تسك العملة واستمر هذا الشعار للنقود القورينائية طيلة العصرين اليوناني والبطلمي. انظر الأثرم، المرجع نفسه ،ص157.

[59])- Herodot.,IV,

[60])- Theophrastus,VI,III.

[61])- Pliny,V.5;XIX,15;XXII,48,49.

[62])- الأثرم، المرجع السابق،ص159.

[63])- Athenaeus,XIV.623.

السلفيوم – أنه (يظهر السلفيوم في فقرتين فقط في دور مطبخي، إما بصفة تابل من توابل الكرنب أو بشكل عام، بصفته من التوابل المُعدة لتنظيف المواد الغذائية وتحسنها) [64].

وقد استعملت عصارة السلفيوم في فنون الغذاء المطبخية، فكان يستعمل مباشرة مع الأكلة المراد إعدادها وتقديمها على مائدة الغذاء. ويأتي ذلك في المقام الأول مع الأكلات عسيرة الهضم, وأغلب هذه الأكلات تعتمد في إعدادها على صدفيات البحر أو رخوياته، أمثال **الحلزون خماسي الأصابع ورقاب البوقان وأذن البحر**. وقد عدد أوريباسوس البرغامي منها تسعة استعمالات، بالاضافة إلى بعض أنواع البحرية مثل: **الأخطبوط** وغيرها من الحُباريات والسرطانات. تلك الأكلات كانت لصعوبة هضمها يستعمل عند طهيها الخل أو الخردل، وقد وجدوا أن استعمال السلفيوم يفيد في سرعة الهضم، إضافة إلى الفائدة الصحية المؤكدة.كما استعمل السلفيوم في إعداد الكثير من أنواع الحساء[65] وكثير من أصناف المقليات وجميع أنواع الأطعمة[66].

هذا ويذكر أوريباسوس حالة تنقيع أفخاذ وأجنحة الفراريج في خليط من الخل والفلفل الأسود والسلفيوم. كما استعمل مع بعض اللحوم البطيئة النضج مواد مختلفة مثل ملح البارود أو شمع العسل أو عصارة التين. ولكن وجد أن السلفيوم يمكن أن يؤدي الغرض نفسه, ولذلك استعمل لتعجيل طهو اللحوم المطبوخة والمشوية[67].

وكان من أهم ذلك كله عصير السلفيوم الذي يستخرج من جذور النبات وسيقانه. وإن كان عصير الجذر أفضل من عصير الساق، فكان العصير يخلط بالدقيق ويجهز منه عقار طبي يمكن تخزينه مدة طويلة[68]، ويشير ثيوفراستوس[69] إلى أنه لولا هذه الطريقة لتلفت عصارة النبات. الذي كانت تباع عصارته المصنعة، بما يساوي وزنها فضة، لذا من الطبيعي أن يقتصر استعماله في إعداد وجبات غذائية، على الطبقة الموسرة ذات الغنى الفاحش، ويأتي

---

64)- الغناي، مراجع عقيلة،السلفيوم،الدار الجماهيرية للنشر والتوزيع والاعلان،مصراتة،1994م،ص ص118-119.
65)- الغناي، المرجع نفسه،ص119.
66)- بولقمة، الهادي،السلفيوم والثروة المفقودة، ط1، منشورات جامعة قاريونس،بنغازي،ص36.
67)- الغناي، المرجع نفسه،ص119.
68)- الأثرم، المرجع السابق،ص159.
69)- Theophrastus,VI,III.

في عداد هذه الطبقة، الأباطرة وحكام الأقاليم، وكبار الكهنة وكذلك كبار الضباط، إضافة إلى أكابر التجار والأثرياء وأصحاب الإقطاع. أما الطبقة الدنيا من المجتمع فإنها ماكانت لتحلم به علاجاً لأمراضها لا كتابل من توابل الغذاء[70].

كما استعمل الليبيون نبات السلفيوم في علاج الأمراض إضافة إلى استعماله في إعداد بعض أصناف الطعام، لكثرته وتوفره عندهم، يقول بليني[71] إن أوراقه تستخدم طبيا في توسيع الرحم واخراج الجنين الميت. وجذوره علاج جيد لألتهابات القصبة الهوائية، ويستخدم مع الزيت لعلاج الكدمات ومع الشمع في علاج أورام داء الخنازير. وأما عصيره فإنه إذا أخذ في شراب فإنه يخفف آلام الأعصاب ويبطل سموم الأسلحة والأفاعي وعضة الكلب. كما أنه يستعمل كمساعد للهضم بالنسبة للمسنين ويستعمل كذلك السعال وأمراض الأسنان وغير ذلك من الأمراض[72].

وعلى العموم؛ فطعام الليبيين القدماء يتميز بكونه نباتي في أكثر الحالات؛ إلاّ أنهم كانوا يأكلون اللحوم في أوقات معينة؛ وبالخصوص لحوم الحيوانات التي يصطادونها.

المشروبات:- الماء:- كان شرابهم الماء الصافي، إذ تذكرالمصادر إن أكثر الليبيين كانوا يشربون الماء[73]، إلا أن سكان الأراضي الداخلية كانوا يتحاشون أكل الأطعمة التي تسبب العطش كالملح والتوابل، لأنهم قد يعوزهم الماء لإرواء عطشهم[74].

الحليب:- ذكرت المصادر أن الطعام الأساسي للرعاة **الحليب واللبن المخثر-الرائب-** واللبن الحامض[الذي استخرجت منه الزبدة][75]، يصنعون منه **جبن** طري أو محفوظ[76]. وقد أشار الوزان إلى الكيفية التي تعيش بها القبائل البدوية في صحراء نوميديا بقوله:"**أما غذاؤهم فإن من لم يرهم لايصدق مدى صبرهم على الجوع، ليس من**

---

70)- الغناي،المرجع السابق،ص117.

71)- Pliny,XXII,48.49.

72)- الأثرم، المرجع السابق،ص160.

73)- Appien, Lib.,11(71: قارن المصدر نفسه أن بعض النوميد كانوا يشربون النبيذ).Corippus ,Joh.,VIII, 248-9.

74)- Sallust., B.J., LXXXIX, 7.

75)- Herodot.,IV,186; Sallust., B.J. LXXXIX,7; Strabon,XVII,3,15; Liv, XXIX,31, 9.

76)- Homer., Odyssée, IV, 88; Strabon,XVII,3,15.

عادتهم أن يأكلوا الخبز، ولا أي طعام مطبوخ، يقتاتون بلبن نوقهم، تعودوا أن يشربوا في الصباح ملء إناء كبير من اللبن الساخن فور مايحلب، وأن يتعشوا في المساء بالقديد المطبوخ في اللبن المدهون بالسمن، فإذا نضج اللحم، تناول كل واحد نصيبه بيده وأكله ثم شرب المرق مستعملاً يده كالملعقة، وحسا أخيراً فنجاناً من اللبن وقد تم العشاء، ومادام عندهم اللبن فلا حاجة لهم بالماء، لاسيما في الربيع، حيث لايغسل بعضهم أيديهم ولاوجوههم إطلاقاً، وسبب ذلك أنهم لايقصدون أثناء تلك المدة مواقع الماء، لأن لديهم اللبن أولاً، ولأن الأبل عندما ترعى العشب لا تحتاج إلى الماء ثانياً"[77].

الخمر:– لم يكن الليبيون يشربون الخمر بشكل واسع[78]، وكانت ثمرة اللوتس تستخدم في صنع نوع من الخمرة الحلوة التي لاتحفظ سوى لبضعة أيام[79].

العسل:– كما كان العسل طعامهم المفضل، يقوم مقام السكر، فكان يوجد في مناطق عدة منها التل[80]. كما صنعوا من **اللوتس العسلي** نوعا من العصير له رائحة العسل[81].

كيفية تناول الطعام: أما عن الكيفية التي كانوا يتناولون بها الطعام؛ فهى بسيطة بساطة مأكلهم، إذ يصف الوزان عادتهم في الأكل فيقول:" **تجتمع الأسرة كلها حول الطبق، فيأخذ كل واحد منهم بيده–دون ملعقة– مايستطيع، حتى لايبقى شيء في الطبق...وهم لايستعملون الموائد ولا السمط، وإنما يفرشون على الأرض حصرا مستديرة يأكلون**

---

[77])- الوزان،وصف أفريقيا،ج1،ص58.

[78])- Gsell,H.A.A.N.,T.V, p. 202.

[79])- Herodot., IV,177; Scylax,110; Polyb,XII,2; Pliny,XIII,106; Strabon,XVII,III, 11.

[80])- Gsell,H.A.A.N.,T.V,P. 204-5.

[81])- يذكر الدويب أن الكلمة تتكون من جزئين الأول يعني:عسلاً، والثاني:لوتوس وهكذا تُفسر بأنها نوع من اللوتوس له رائحة العسل.
انظر: الدويب،سترابون،ص104،هامش4. (Strabon,XVII,III,11 (μελίλωτος

عليها"[82]، كما أنهم يحبذون تناول الطعام في آنية من الفخار أو الخشب، وحتى شرب اللبن أو الماء فيفضلون تناولهما في أقداح فخارية أو خشبية[83].

ويقول الوزان أيضاً أثناء حديثه عن سكان الصحراء**(أن قبائل الملثمين لا يأكلون مع ضيوفهم؛ بل يأكلون منعزلين بقربهم)** [84]. ويبدو أنهم يريدون من ذلك؛ إعطاء حرية أكبر للضيف؛ كي يأكل ما يشاء، ويتناول ما يستطيب؛ دون مزاحمة أو حرج. وعندما وصف طريقة أكلهم ذكر أنهم لا ينزعون اللثام عن أفواههم عند تناول الطعام .بل يرفعونه قليلاً ويمررون اللقمة دون الكشف عن أفواههم. ويعللون ذلك بقولهم: **(أن المرء يخجل لإدخال الطعام خجله من إخراجه)** [85].

وهكذا نكتشف أن لا شيء كبير قد تغير منذ عهود قديمة؛ إذ كل الذي وصفه الحسن الوزان وغيره من الجغرافيين والرحالة؛ لا يختلف عما نراه الآن.

مما سبق؛ يتبين أن حياة الليبيين القدامى كان طابعها البساطة والتقشف، إذ كانوا نباتيين في غالب الأحيان، فكان طعامهم الاساسي يرتكز على الكسكسي بالخضار وعلى الثريد واللحوم المشوية والمسلوقة، والحلزون وخبز الشعير والحنطة وعسل النحل والدبس**[عسل التمر]** والسمن والزبد وزيت الزيتون ومختلف الثمار كالتمر والفواكه كالتين الطري والمجفف والرمان والعنب والزبيب والإجاص والسفرجل...إلخ. واستعملوا نبات السلفيوم في فنون الطعام المختلفة، كمادة متبلة، ومحسن للون الطعام، وإعطائه منظرا ورونقا يزيد في الإقبال عليه، وكذلك لماله من فوائد جمة عند طبخه مباشرة مع ألوان الطعام، هذا بالاضافة إلى إدخاله على بعض أنواع اللحوم، بغرض الأسراع في عملية

---

[82])- الوزان، وصف أفريقيا،ج1،ص ص 96-97.
[83])- الوزان، المرجع نفسه،ج1،ص253.
[84])- وصف إفريقيا،ج1،ص ص60-61.
[85])- المرجع نفسه،ص59.

إنضاجها. كما استخدم في معالجة الكثير من الأمراض التي تصيب الانسان والحيوان، بالإضافة لاستخدامه في مكافحة الآفات التي تصيب المزروعات[86].

وكان الرعاة نادرا مايذبحون مواشيهم، بل يكتفون بشرب ألبانها، وكانوا يفضلون الصيد وأكل الحلزون والعسل ولايشربون إلا الماء[87] وتأكيدا على بساطة مأكولاتهم ما ذكرته المصادر من أن أفطار ماسينيسا كان يقتصر على قطعة خبز شعير يابسة[88]. ونتيجة تقشف طعامهم وحياتهم الشاقة؛ كانوا نحافا ضامرين، لكن أبدانهم قوية وأعمارهم طويلة، وصحتهم ممتازة، يقول هيرودوت" **الليبيون أصحاء جداً وأقوى الأقوام الذين نعرفهم**"[89]، وأكد سالوستيوس ذلك بقوله:"**هم أصحاء جداً جسدياً، سريعي الحركة، ولديهم قوة التحمل في العمل، وأكثرهم يموت بالشيخوخة، باستثناء أولئك الذين تقضي عليهم الأسلحة، أو الحيوانات المفترسة، وهم نادراً مايصابون بالأمراض**"[90]، لذلك لم تكن لديهم براعة في الطب، ففي الحالات النادرة التي تصيب أحدهم بالمرض يستخدمون السحر أكثر مما يستخدمون الأدوية[91].

وقد أثارت قوة أبدانهم وطول أعمارهم أعجاب الكُتّاب والمؤرخين القدامى، وذلك عندما اشار بوليبيوس أن ماسينيسا مات عن تسعين سنة، وإنه ولد له ابن وهو في السادسة والثمانين، وأنه كان يركب فرسه قبل موته بسنتين[92]، كما تحدث أبيانوس قائلاً: "**النوميديون أقوى الليبيين، وهم أطول أعماراً من بين أولئك الذين يعيشون طويلاً**"[93] وهو ما أكدته إهداءات قبور الليبيين في العصر الروماني[94].

86)- الغناي، المرجع السابق،ص120.
87)- جوليان،المرجع السابق،ص76.
88)- بوزياني، المجتمعات المغربية، ص ص 240-242.
89)- Herodot.,IV, 187.
90)- Sallust.,B.J., XVII,6.
91)- Herodot., IV, 187.
92)- Polyb., III,79, 5;XXXVI,16.
93)- Appien, Lib., 71.
94)- Gsell,H.A.A.N.,T. I, P.174.

وفي الحقيقة لم تكن قلة أكلهم نابعة عن قناعة ورضى، بل كانت نتيجة ظروف حياتهم القاسية وما جادت بها بيئتهم البدوية، دفعتهم لتناول وجبات ثخينة، غالبا لاتسد جوعهم[95]، وبالتالي لم تسمح حياة البدواة والنظام القبلي بالرقي بحياتهم نحو الأفضل، بل عملت على ترسيخ الجمود والثبات في مستوى واحد لايتغير ولايتزحزح عن الإرث القبلي [96].

95)- Ibid.,T.VI, P. 2.

96)- بوزياني،المرجع نفسه،ص256.

قائمة المصادر والمراجع

1- Athenaeus.

2- Corippus, Joh.

3- Diodorus Siculus,Bibliotheca Historica..

4- Élien,Nat. anim.

5- Justin, XIX,

6- Titus Livius,The History of Rome.

7- Herodot., IV.

8- Homer., Odyssée.

9- Pliny, Hist. nat.

10- Polybius, Histories.

11- Sallust., B.J.,

12- Strabon,Geography..

13- Theophrastus,Hist. plantarum.

16)- سترابون (الكتاب السابع عشر)،ترجمة محمد الدويب،منشورات جامعة قاريونس،بنغازي،2003م.

المصادر العربية:

1)- الإدريسي؛ محمد بن عبد الله الحمودي السبتي يكون قد توفي سنة(560هـ 1164م) (مقتبس من نزهة المشتاق) (القارة الإفريقية وجزيرة الأندلس:تحقيق إسماعيل العربي)، ديوان المطبوعات الجامعية بالجزائر،1983م.

2)- النويري؛ أحمد بن عبد الوهاب، نهاية الأرب في فنون الأدب(733هـ 1332م) المؤسسة المصرية العامة للتأليف والترجمة والطباعة والنشر بمصر،1954م.

3)- الوزان؛ الحسن بن محمد الفاسي، الشهير بليون الأفريقي (957هـ 1550م) وصف إفريقيا، ترجمه عن الفرنسية : محمد حجي ومحمد الأخضر، دار الغرب الإسلامي ببيروت1983م.

المراجع الاجنبية: Gsell S.,H.A.A.N., Paris,1920.

المراجع العربية:

1)- الأثرم،رجب عبد الحميد،تاريخ ليبيا القديم،ط2،منشورات جامعة قاريونس،بنغازي،1994م.

2)- أحمد صفر، مدنية المغرب العربي في التاريخ، دار النشر بوسلامة، تونس،1959م.

3)- الدراجي، بوزياني، ملامح تاريخية للمجتمعات المغربية،دار الأمل للدراسات والنشر والتوزيع، المغرب،2010م.

4)- الغناي، مراجع عقيلة،السلفيوم،الدار الجماهيرية للنشر والتوزيع والاعلان،مصراتة،1994م.

5)- بولقمة، الهادي،السلفيوم والثروة المفقودة، ط1، منشورات جامعة قاريونس،بنغازي.

6)- جوليان؛ شارل أ ندري،تاريخ إفريقيا الشمالية(ترجمة محمد مزالي والبشير بن سلامة)، الدار التونسية للنشر بتونس والشركة الوطنية للنشر والتوزيع بالجزائر،1983،1978م.