زبان خوراکیها

دکتر غیاث الدّین جزایری

جلد دوّم

بسم الله الرحمن الرحيم

زبان خوراکیها

جلد دوم

دکتر غیاث‌الدین جزایری

مؤسسهٔ انتشارات امیرکبیر
تهران، ۱۳۸۰

جزایری، غیاث‌الدین، ـ ۱۳۶۳.
زبان خوراکیها / غیاث‌الدین جزایری . ـ تهران : امیرکبیر، ۱۳۵۱ - ۱۳۵۶.
۳ ج. : مصور، جدول.
ISBN 964-00-0220-8 (دوره ۳ جلدی) .
ISBN 964-00-0326-3 (ج. ۲) ISBN 964-00-0325-5 (ج. ۱)
ISBN 964-00-0327-1 (ج. ۳)
جلد۱ چاپ هفدهم ۱۳۸۰، جلد۲ چاپ شانزدهم ۱۳۸۰، جلد ۳ چاپ دوازدهم ۱۳۸۰،
فهرستنویسی بر اساس اطلاعات فیپا.
۱ . مواد غذایی. ۲ . تغذیه . ۳ . گیاهان دارویی. الف. عنوان.
۲ ز ۴ ج / TX۳۵۵ ۶۴۱/۳
کتابخانه ملی ایران ۵۳-۲۱۲۴م*

زبان خوراکیها (جلد دوّم)
تألیف : غیاث‌الدین جزایری
چاپ پانزدهم : ۱۳۷۸
چاپ شانزدهم : ۱۳۸۰
چاپ و صحافی : چاپخانهٔ سپهر، تهران
تیراژ : ۲۰۰۰ نسخه
حق چاپ محفوظ است.

ISBN 964-00-0326-3 (vol.2) ISBN 964-00-0220-8 (3 vol.set)
شابک ۳ - ۰۳۲۶ - ۰۰ - ۹۶۴ (جلد دوم) شابک ۸ - ۰۲۲۰ - ۰۰ - ۹۶۴ (دورهٔ ۳ جلدی)
مؤسسه انتشارات امیرکبیر تهران، میدان استقلال.

فهرست

موضوع	صفحه
فهرست الفبایی	
گیاهان چه نقشی در زندگانی ما دارند؟	۳
اکسیر جوانی در بدن شماست	۹
چگونه می‌توانیم خوب بخوابیم؟	۲۱
با گیاهان می‌توان سرطان را معالجه کرد!	۲۵
چگونه با پشه‌ها مبارزه کنیم؟	۲۸
هوم	۳۳
ارغوان	۳۶
آقطی	۳۸
بنفشه	۴۰
منداب	۴۳
اسفند	۴۵
مویزك	۴۹
باقلا	۵۰
بادرنجبویه	۵۳
فرنجمشك	۵۵
بلوط	۵۶
مازو	۶۰
ثعلب	۶۲
نانخواه	۶۴
پیچ امین الدوله	۶۶
آبهای معدنی سرد	۶۸
غلب لب	۷۱
اسفرزه	۷۵
تاج الملوك	۷۸
بادنجان	۸۰
شیرین بیان	۸۲
تمبرهندی	۸۵
دارچین	۸۷
آب معدنی شلف	۸۹
پیاز	۹۱
افسنتین	۹۶
زبان گنجشگ	۹۹
اقاقیا	۱۰۱
گل‌رنگ	۱۰۳
خارخسك	۱۰۵
بید	۱۰۷
اکلیل کوهی	۱۱۲
سداب	۱۱۴
کره	۱۱۶

موضوع	صفحه
بارهنگ	۱۲۱
کنجد	۱۲۴
جعفری	۱۲۷
گل همیشه بهار	۱۲۹
سماق	۱۳۲
برگ‌بو	۱۳۵
سنبل‌الطیب	۱۳۸
عدس	۱۴۱
سیر	۱۴۳
موسیر	۱۴۶
سنجد	۱۴۸
گل لادن	۱۵۱
سرو	۱۵۳
شمشاد	۱۵۷
شمعدانی عطری	۱۵۹
شنگ	۱۶۲
عشبه	۱۶۵
زیتون	۱۶۷
نارون	۱۷۰
گلپر	۱۷۲
چنار	۱۷۷
نارگیل	۱۷۹
گل گندم	۱۸۲
گل گاوزبان	۱۸۴
شنبلیله	۱۸۸
کاج	۱۹۱
اسطو خودوس	۱۹۶
مورد	۱۹۹
نرگس	۲۰۲
زنبق	۲۰۵
نیشکر	۲۰۷
تخم‌مرغ	۲۱۲
آب معدنی حسنک	۲۱۶
کاهو	۲۱۸
قهوه	۲۲۲
خاکشیر	۲۲۴
خارمغیلان	۲۲۷
مارچوبه	۲۳۰
داروش	۲۳۳
زعفران	۲۳۵
مینا	۲۳۸
زنجبیل	۲۴۰
لوئی	۲۴۴
کشک	۲۴۶
خرفه	۲۴۸
میخک	۲۵۰
کدو	۲۵۲
ماردارو	۲۵۵

فهرست الفبایی

موضوع	صفحه
آ	
آقطی	۳۸
آبهای معدنی سرد	۶۸
آب معدنی حسنك	۲۱۶
آب معدنی شلف	۸۹
الف	
اکسیر جوانی دربدن شماست	۹
ارغوان	۳۶
اسفند	۴۵
اسفرزه	۷۵
اسطو خودوس	۱۹۶
افسنتین	۹۶
اقاقیا	۱۰۱
اکلیل کوهی	۱۱۴
ب	
باگیاهان‌می‌توان سرطان رامعالجه کرد!	۲۵
بنفشه	۴۰
باقالا	۴۹
بادرنجبویه	۵۳
بلوط	۵۶
بادنجان	۸۰
بید	۱۰۷
بارهنگ	۱۲۱
برگ بو	۱۳۵
پ	
پیچ‌امین‌الدوله	۶۶
پیاز	۹۱
ت	
تاج‌الملوك	۷۸
تمبر هندی	۸۵
تخم‌مرغ	۲۱۲
ث	
ثعلب	۶۲

موضوع	صفحه
ج	
جعفری	۱۲۷
چ	
چگونه‌می‌توانیم خوب بخوابیم؟	۲۱
چگونه با پشه‌ها مبارزه کنیم	۲۸
چنار	۱۷۷
خ	
خاکشیر	۲۲۴
خارمغیلان	۲۲۷
خارخسك	۱۰۵
خرفه	۲۴۸
د	
داروش	۲۳۳
دارچین	۸۷
ز	
زیتون	۱۶۷
زنبق	۲۰۵
زعفران	۲۳۵
زنجبیل	۲۴۰
زبان گنجشگ	۹۹
س	
سداب	۱۱۴
سماق	۱۳۲
سنبل‌الطیب	۱۳۸
سیر	۱۴۳
سنجد	۱۴۸
سرو	۱۵۳

موضوع	صفحه
ش	
شیرین بیان	۸۲
شنبلیله	۱۸۸
شمشاد	۱۵۷
شمعدانی	۱۵۹
شنگ	۱۶۲
ع	
عشبه	۱۶۵
عدس	۱۴۱
غ	
غلب لب	۷۱
ف	
فرنجمشك	۵۵
ق	
قهوه	۲۲۲
ك	
کاج	۱۹۱
کاهو	۲۱۸
کره	۱۱۶
کنجد	۱۲۴
کشك	۲۴۶
کدو	۲۵۲
گ	
گیاهان چه نقشی در زندگانی ما دارند؟	۳
گلپر	۱۷۲

موضوع	صفحه
گل گندم	۱۸۲
گل گاوزبان	۱۸۴
گل‌رنگ	۱۰۳
گل همیشه بهار	۱۲۹
گل لادن	۱۵۱
ل	
لوئی	۲۴۴
م	
منداب	۴۳
مویزك	۴۹
مازو	۵۶
مورد	۱۹۹
مارچوبه	۲۳۰
مینا	۲۳۸
موسیر	۱۴۸
میخك	۲۵۰
ماردارو	۲۵۵
ن	
نانخواه	۶۴
نارون	۱۷۰
نارگیل	۱۷۹
نرگس	۲۰۲
نیشکر	۲۰۷
ه	
هوم	۳۳

گیاهان چه نقشی درزندگانی ما دارند؟

در جلد اول زبان خودا کیها گفتیم که وجود حیوان و گیاه لازم و ملزوم یکدیگر است. زندگانی نبات بدون حیوان وحیوان دورازگیاه میسرنیست. به‌موجب یك‌قرارداد ابدی وارثی‌که درابتدای‌آفرینش، بین انسان وحیوان‌از یك طرف‌ونباتات‌ازطرف‌دیگر بسته شده‌است. طرفین‌متعهدشده‌اندکه احتیاجات همدیگر راساخته‌وتحویل‌دارند. انسان وحیوان گازکربنیك مورد نیازگیاهان را دربدن خود ساخته وازراه تنفس درهوا منتشرمی‌نمایند، دربرابرگیاهان، نصف قیمت آن رانقدونصف دیگرآن رابه‌اقساط می‌بردازند. به‌عبارت دیگر هرگیاهی‌درمقابل دریافت یك مولکول گازکربن‌که ازهوا می‌گیرد، بلافاصله یك اتم اکسیژن آن راپس داده، هوا راتصفیه وبرای تنفس حیوانات مناسب می‌سازد. با بقیهٔ آن نیز احتیاجات غـذایی و دوایی ما را ساخته و به‌اقساط تحویل می‌دهد. این معامله پایاپای و درازمدت چهار رکن اساسی دارد که آن را ارکان اربعه یا عناصر چهارگانه نامیده‌اند. ما در اینجا هریك را به اختصار برای شما تشریح می‌نماییم.

عناصر اربعه

عنصر بـه‌معنی ریشه‌است و چـون ساختمان تمام مـوجودات زنده و آلی خواه‌گیاهی، خواه حیوانی، از چهار منبع بزرگ ریشه می‌گیرد، این چهار پایهٔ اساسی‌راپیشینیان‌ارکان‌اربعه وبه‌عبارت دیگرعناصرچهارگانه نامیده‌اند.

این چهاراصل‌مهم واساسی حیات‌عبارتند ازمنبع‌خورشیدکه‌به‌ما نورو حرارت می‌دهد و منبع هواکه ماازآن اکسیژن وگیاهان‌گازکربن می‌گیرند.

و دومنبع آب و خاك‌که ما سایراحتیاجات زندگانی‌خود را از آنهامی‌گیریم. درکتب سنتی ایران‌که قبل ازحملهٔ مغول نوشته شده وعاری از خرافات می‌باشند، عناصراربعه به‌همین نحوکه بیان شد تعریف شده است. درهیچ جا این عناصر را بسیط ندانسته‌اند وبرعکس اظهارنظرکرده‌اندکه گیاهان از این چهارعنصر ریشه گرفته و جوهری از آنهامی‌گیرند. گیاهان اندام خود را باآنچه از این چهارمنبع دریافت می‌دارند می‌سازند.

چنانچه یکی از این چهاراصل‌کم باشدگیاه نروید و انسان وحیوان‌که از گیاه تغذیه می‌کنند از بین می‌روند. چون ساختمان‌گیاه ازاین‌چهار عنصر ریشه‌گرفته و ساختمان حیوان از گیاه به‌عمل آمده پس جمیع موجودات زنده ازنباتی وحیوانی ازترکیب این چهارعنصربه‌وجود آمده‌اند.

عناصراربعه درعلوم جدید

در شیمی جدید به‌نود ودو فلزوشبه فلز موجود در طبیعت عنصرمی‌گویند و این اشتباه است. زیرا چنانچه گفتیم عنصر به‌معنی ریشه است.

فلزات و شبه فلزات،اجسام‌مفردی هستندکه از هیدروژن ریشه گرفته وخود نمی‌توانند ریشه به‌حساب آیند. اما علوم جدید هم از ریشه‌گرفتن اجسام آلیه ازچهارعنصری‌که شرح دادیم به‌صورت دیگری‌بحث می‌کنندکه شیمی‌آلی را به‌وجودآورده است.

در زیست‌شناسی‌گیاهی ثابت شده است که‌گیاهان هنگام روز، حرارت و نورآفتاب راگرفته وبه‌کمك‌آنها گازکربن را ازهوا دریافت نموده آن‌را با آب ترکیب‌کرده و به‌شرحی‌که درشیمی آلی بیان می‌شود آن را تبدیل به مواد قندی می‌نمایند، از طرفی دیگرمواد ازت‌دار واملاح معدنی را ازخاك گرفته، موادسفیدهٔ قندی، چوبی و غیره راکه اجسام آلی خوانده می‌شوند، می‌سازند. درعلم شیمی جدید با اینکه می‌دانند مواد آلیه ازترکیب آب، گازکربن، مواد معدنی ونور و حرارت به‌وجودآمده، هنگام سوختن تجزیه شده‌علاوه برگازکربن، موادمعدنی رابه‌صورت خاکستروآب نوروحرارت‌را هم پس می‌دهند. به‌عبارت دیگرآنچه را درموقع تولدگرفته‌اند پس ازمرگ برمی‌گردانند. مغذالك درفرمول‌شیمیایی این‌ترکیبات، نور وحرارت‌خورشید را نادیده‌گرفته، به‌حساب نمی‌آورند، درصورتی که پزشکان و داروسازان سنتی ایران‌که بنیانگزار علم شیمی درجهان هستند این اجسام را ترکیبی از عناصرچهارگانه یعنی آب، هوا، خاك، و آتش می‌دانستند. چنانچه گفتیم معنی آتش‌دراینجا نوروحرارت آفتاب می‌باشد. داروسازان سنتی ایران طبع

آتش‌را گرم وخشك وتظاهرآن رادربدن حیوان حرارت غریزی می‌خواندند. امروزهمه می‌دانندکه مواد غذایی دربدن‌انسان بطور بطی سوخته،حرارتی درحدود ۳۷° درجه سانتیگراد به‌وجودمی‌آورند. قدرت آب سردوتر بوده و درتری هیچ ترکیبی به‌پایهٔ آب نمی‌رسد. قدرت خاك سرد و خشگ و قدرت هواسردوتر می‌باشدوچون تمام خوراکیهاازاین‌چهارعنصرریشه‌می‌گیرند،در نهادآنها سردی ـ تری ـ خشگی‌وگرمی به‌هم‌آمیخته، متناسب بامقدارآنهاو طبع‌آنهاتفاوت پیدامی‌نمایند. به‌این‌معنی که‌اگرازجوهرآتش‌زیادترگرفته باشد طبع‌آن‌گرم وخشگ، اگرازآب زیادترگرفته باشد سردوتر، اگرازخاك‌بیشتر گرفته باشد سردوخشگ و اگر از هواگازکربن بیشتری‌گرفته باشد طبع آن گرم ونرم خواهد بود. این خلاصه‌ای ازطبایع چهارگانهٔ موادخوراکی‌است که داروسازان و پزشگان سنتی به‌آن عقیده داشته و دانشمندان جدید منکر آن شده‌اند.

طبایع چهارگانه

چـار طبـع مخـالف سرکش　　روزگاری شوند باهم خوش
گریکی زین چهار شدغایب　　جـان شیرین برآید از قالب

گفتیم کـه عناصر چهارگانـه آب، خاك، هـوا و آتش چهار قدرت سردی‌ـ تری ـ گرمی وخشگی دارند و ازترکیب آنها نه‌گونه‌آمیزش پدید می‌آید. اول‌آنکه‌گرمی برسه قوت دیگرغلبه‌داشته باشد. دوم‌آنکه سردی غلبه‌کند. سوم آنکه خشگی غالب‌شود و چهارم‌آنکه‌تری غلبه نماید. این‌چهارموردرا مزاج مفردمی‌نامند. چهارکیفیت‌دیگرممکن‌است‌به‌وجودآیدکه درآنهادوطبع بردوطبع‌دیگرغلبه‌نمایند. مثل‌اینکه‌گرمی‌وخشگی‌قوی‌ترازسردی وتری‌شوند و یا برعکس سردی و تری برگرمی وخشگی غالب‌گردند و یاگرمی وتری بر سردی وخشگی چیره باشند و یافیروزی ازآن سردی وخشگی باشد. این چهارکیفیت را مزاج مرکب می‌نامند و غیرازاین هشت مزاج (چهار مفردو چهارمرکب) یك مزاج معتدل هم داریم‌که جمعاً نه‌مزاج می‌شوند.

حال‌که این نه‌مزاج راشناختید بدنیست مختصری هم ازاخلاط چهارـ گانه صحبت کنیم. انسان و حیوان قوت خلاقه نداشته و بایستی احتیاجات خود را ازگیاهان بگیرند، همانگونه‌که‌گیاهان هم‌نمی‌توانندگازکربن مورد نیازخود را بسازند و مجبورند از حاصل تنفس حیوانات بهره‌مند شونـد. به عبارت دیگرما به‌تنهایی قادرنیستیم نیروی لازم برای حرکات بدن خـود را مستقیماً از آفتاب دریافت داریم. این نیروی خورشیدی رابایدگیاه‌گرفته و

با جوهرهایی‌که از سه عنصر دیگر آب، خاك وهوا می‌گیرد ترکیب کرده به‌صورت غذا به‌ما تحویل دهد.

اخلاط چهارگانه

خوراکیها پس از تغییراتی که در جهازهاضمه پیدا می‌کنند، داخل کبد شده و درآنجاپخته شده به‌صفرا، خون، بلغم و سودا تبدیل می‌شوند. صفراچون آفتاب طبعی گرم وخشك‌دارد. خون‌چون‌هواگرم و تراست. بلغم مانند آب سرد و تربوده وسودا مانند خاك سرد و خشك است. صحت و سلامتی بدن ما به‌تعادل‌این چهارخلط بستگی دارد. این اخلاط‌به‌سهم خود انواع واقسام داشته و درهربیماری رنگ، بو، مزه، غلظت و خواص ظاهری و باطنی‌آنها فرق‌می‌کند. درغلبهٔ صفرا، مزاج‌را صفراوی، درغلبهٔ خون، دموی، درغلبهٔ سودا، سوداوی ودرغلبهٔ بلغم، بلغمی گویند. گاه دوتای‌اینها غالب ودوتای دیگرمغلوب‌می‌شوندوبه‌این‌صورت چهارمزاج دیگرپیدا شده‌وبامزاج معتدل جمعاً نه‌طبع پیدامی گرددکه ماشرح مفصل اینها وتطبیق‌آنها راباعلوم جدید درجلدهای دیگرزبان‌خوراکیهاخواهیم نوشت. دراینجاهمین قدرمی گوییم‌که داروسازان سنتی ایران از راه‌مطالعه در روی‌مزاجهای گوناگون به‌اسراری پی‌برده‌اندکه علوم جدید تازه قسمتی از آنها راکشف‌کرده ومقادیر زیادی از آنها هنوز درپردهٔ ابهام است. چنانچه به‌همت خوانندگان ومحققین ایرانی این مباحث موردآزمایش قرارگیرد، اسرارزیادی‌کشف شده و اهمیت تجارب نیاکان ما آشکار خواهد شد. مادز اینجا اشاره‌ای به‌عوامل انتقال وراثت و نروماده شدن جنین می‌نماییم.

عوامل انتقال وراثت

این موضوع که چرا بچهٔ آدم، انسان و بچهٔ حیوانات مانند آنها می‌شود، اینکه‌چرا هربچه‌ای‌بعضی ازصفات وحتی‌بعضی ازامراض را ازپدرومادرخود به‌ارث می‌برد، موضوع تازه‌ای نیست. بلکه ازقدیم‌الایام موردبحث‌فلاسفه و دانشمندان بوده و آنها درصدد پیداکردن عوامل انتقال وراثت بوده‌اند.

پزشگان وداروسازان سنتی‌ایران‌عقیده‌داشتندکه درمنی گوهرهوائی و گوهرآتشی بیشترازگوهرآبی وخاکی است. و در تخمك گوهرآبی و خاکی بیشترو گوهر هوائی وآتشی‌کمتراست. وچون آتش و هوا به‌مزاج خودگرم وآب وخاك سرد می‌باشند، گرمی قویترازسردی است. بنابراین گوهر گرمی هم قویترازگوهرسردی بوده ودرنتیجه‌نطفهٔ مرد قویتر ازتخمك زن می‌باشد.

ازآنجایی که هرضعیفی تابع قوی است، بنابراین هرنوزادی ازپدر بیشتراز مادرصفات او را به‌ارث می‌برد مگرآنکه درمزاج زن ومرد تغییری حاصل شده باشد.

نر و ماده شدن جنین

در مورد نر و ماده شدن‌جنین هم‌همین عقیده را داشتند. اگر نطفه قویتر از تخمك ومزاج منی گرم وخشگ‌ومزاج رحم سردوترباشد، جنین‌پسرمی‌شود. وچون‌اندك تغییری‌کند یعنی قوت منی کاهش‌پیداکند ویا مزاج رحم‌کمی گرم گردد نوزادآنها دخترخواهد شد.

کشفیات جدید وعقیدهٔ پیشینیان

در زیست‌شناسی جدید هم عقیده دارند که اگر تعداد ژنهای کروموزن که درنطفه است بیشتر باشد، پسرزا و اگر کمتر باشد دخترزا می‌شود. و همچنین ثابت شده است‌که اگرترشحات رحم هنگام لقاح قلیایی باشد، کروموزنهای ماده‌زا ازبین رفته و ابتکار عمل دردست نرزاها خواهد افتادو چنانچه ترش شود نرزاها ازبین رفته، ماده زاها باقی‌می‌مانند و نوزاد دختر می‌شود. حال‌اگرخوب توجه‌کنیم می‌توانیم‌بگوییم‌که این‌عقیده‌یکی‌بوده‌فقط به‌دوصورت بیان شده است. درحقیقت بین عقاید قدیم و جدید فرقی نیست. اگرنطفه ژن‌بیشترداشته‌باشد، قویتراست وجنین پسرمی‌شود. اگرمزاج‌رحم سرد و ترباشد و به‌عبارت جدید قلیایی باشد بازهم فرزند آنها پسر می‌شود. چون مزاج رحم برگردد یعنی‌کمی گرم گردد، به‌عبارت جدید ترش شود، فرزند آنها دخترخواهد بود.

رجحان طب سنتی

عقاید پزشکان و داروسازان سنتی ایران در مورد پسرشدن یا دختر شدن نوزاد را می‌توان دریك جمله خلاصه‌کرد. اگرمزاج پدرگرم و مزاج مادر سرد باشد، فرزندان آنهاپسرمی‌شوند. چنانچه مزاج‌آنهابرگردد فرزند آنها دخترخواهد شد. این‌عقیده‌ای‌است‌که هزارسال پیش درکتب خطی‌سنتی ایران نوشته شده و تازه زیست‌شناسان جدید پس‌ازبیان‌هزاران فرضیهٔ دیگر که غلط درآمد، به آن رسیده‌اند و آن را با زبانی علمیتربیان می‌نمایند. اینجاست‌که‌ماعقیده داریم‌که‌نبایستی‌عقاید دانشمندان سنتی‌ایران را سرسری گرفت، بلکه بایدکوشید تابه‌حقایق‌آنان پی‌برده وفرضیه‌های علمی‌آنها را با

فرضیه‌های جدید منطبق کرد. رجحان طب سنتی در اینجا در این است که عقاید آنها از هزارسال پیش تاکنـون تغییری نکرده ولی دانشمندان غربی در این مدت ده‌ها فرضیهٔ غلط داده‌اند، تاامروز به‌همان نتیجه‌ای رسیده‌اند که دانشمندان سنتی ایران هزارسال پیش داشته‌اند. وقتی مـا یك سلول یا نطفه را در زیر میکرسکوب‌های بسیارقوی چندین میلیون برابر بزرگ کنیم در اطراف هسته‌ی آن تعدادی رگه که در آنها دانه‌های بسیار ریزی وجود داردمی‌زیستیم. این رگه‌هارا امروزه کرموزن ودانه‌هاراکه‌عامل انتقال وراثت هستندژن گویند.

تعداد این رگه‌هادرنطفه‌ی انسان ۴۸ عدد است داروسازان سنتی ایران بدون‌داشتن میکرسکوب عامل انتقال وراثت را عرق‌الدساس بمعنی رگه‌های همانندساز می‌دانستند (دس بمعنی مثل، مانند و دساس همانندساز است) و عقیده داشتند که تعداد رگه‌های همانند ساز درساختمان جنین ۹۹ عدد است.

چندنمونه ازفواید خوراکیها

درچند موضوع مختلف

اکسیر جوانی در بدن شماست

سالها دل طلب جام جم ازما می‌کرد
آنچه‌خود داشت زبیگانه‌تمنا می‌کرد
فیض روح‌القدس ارباز مدد فرماید
دیگران هم‌بکنند آنچه‌مسیحا می‌کرد

این روزها بار دیگر به‌فکر تهیهٔ اکسیرجوانی افتاده‌اند و کوشش دانشمندان را برای پایداری جوانی وبه‌دست‌آوردن عمر درازهمراه باتندرستی، بررسی می‌نمایند. من به‌کسانی‌که می‌گویند «جوانی کجایی‌که یادت بخیر» می‌گویم جوانی در وجود شماست. اگر خفته‌است، به‌آسانی می‌توانید بیدارش‌کنید. جوانی جایی نرفته است‌که دیگردسترسی به‌آن نداشته باشید، درچند قدمی شماست می‌توانیدآنرا برگردانید. پیری‌یك‌نوع بیماری‌است‌که مثل‌سایرامراض قابل پیشگیری و درمان است‌ابتلا به‌این مرض، ارتباطی‌به‌سن وسال اشخاص ندارد، هرچندکه غالباًدرپیش‌اشخاص‌سالخورده دیده می‌شود. شمادر دوران زندگانی خود به‌پیران‌کم‌سن وجوانان سالمند زیاد برخوردکرده‌اید ومتوجه شده‌ایدکه پیری مستلزم داشتن سن زیاد نیست، بلکه‌آفتی‌است‌که ازطفولیت

درکمین شخص می‌باشد و هرموقع زمینه را مناسب وبدن را مستعد ببیند، حمله می‌کند وچنانچه‌بدن نتواند ازخود دفاع کند، برآن مستولی‌شده وباقی می‌ماند. ولی بازهم مثل سایر امراض قابل درمان ومعالجه است. پیری یك مرض موضعی است، یعنی ممکن است قسمتی ازبدن انسان پیر شود و سایر قسمتهای آن جوان بماند. وقتی شما می‌بینیدکه درشخصی فقط چندموی‌او سفید شده وبقیهٔ موها جوانی خود را حفظ‌کرده‌اند و حتی وقتی می‌بینیدکه شخصی تمام موهای سروصورتش سفید شده است، بازهم نباید آنرا علامت پیری بدانید. ممکن است فکراو، چشم او، گوش او ویا سایرقوا و قسمتهای دیگربدن‌اوجوان باشند وبرعکس نیزوقتی تمام موهای شخصی به‌رنگ‌اولیه باقی مانده باشد، بازهم دلیل جوانی اونیست، بلکه ممکن است قوای دیگر اوپیرشده و ازکار افتاده باشند.

ممکن است چشم اوپیروکم‌سو باشد،ممکن است مغز او پیر وفرسوده شده باشد. خلاصه پیری‌یك‌آفت موضعی‌است که‌درهرکجای‌بدن ضعف‌احساس کند وآن‌را برای‌جولان خود مستعد ببیند. به‌سراغ آن محل‌می‌رود. ریختن دندان نیز علامت پیری نیست، مخصوصاً درعصرماکه دندانهای مصنوعی جای خود رابازکرده‌اند. یائسگی برای زنان و ازبین رفتن قوای‌غریزی نیز نمی‌تواند به‌تنهایی علامت پیری باشد. چه‌بسیار دیده شده است زنانی‌پس‌از یائسگی سالهای متمادی درنهایت تندرستی زیسته و ازنظرشکل و قیافه نیز جوانترشده و احساس آرامش بیشتری می‌نمایند. درمورد مردان نیز ازبین رفتن قوای جنسی غالباً باعث تجدید قوای دیگر می‌شود و چنانچه می‌دانید خاجه‌ها و مردان اخته شده، عمرطولانی و سلامتی بیشتری‌دارند. درمدینهٔ منوره خاجه‌هایی وجود دارند که در محل اصحاب صفه می‌نشینند (صفه قسمتی ازحرم است که کف‌آن‌کمی بلندترازسایرقسمتهای دیگربوده و درزمان حضرت رسول‌دسته‌ای‌اصحاب درآنجاسکونت داشتندکه به‌آنها اصحاب صفه می‌گفتند) این خاجه‌ها را سلاطین سابق عثمانی جهت خدمتگزاری درحرم مأمورکرده و به‌آنجا فرستاده‌اند. اکثر آنها سنشان ازنود سال‌گذشته و چند نفرآنهابیش‌ازصد سال‌دارند. معذالك همه مردمانی سالم وتندرست ونیرومند می‌باشند وهیچگونه‌آثارپیری وضعف درآنهانیست و بااینکه‌ازکودکی غرایز جنسی را درآنها ازبین برده‌اند، تأثیری درسایرقوای آنها نداشته وبلکه‌برعکس، سبب تقویت قوای‌دیگرشده است. بنابراین من به‌شما توصیه می‌کنم اگر روزی چند تارسفید مودرسرخود دیدید، دچار اضطراب و دلهره نشوید وآنرا نشانهٔ شروع پیری ندانید، زیرا ترس ازپیری، به‌مراتب خطرناکتراز

خود پیری است. وحشت ازپیری اعصاب را خرد می‌کند ومقدمات پیری را در تمام اعضاء و قوای انسان فراهم می‌سازد وبدن را مستعدگرفتن امراض گوناگون، ازجمله بیماری پیری می‌سازد وباید همه بدانندکه ضعف، یابهتر بگوییم پیری یك یا دوتا از قوای بدن، دلیل پیری سایرقوا نیست و پیری یك‌عضو، ارتباطی باجوانی بقیهٔ اعضا ندارد.

با این مقدمهٔ جامع که‌به‌زبانی‌ساده بیان‌شد، حال بدنیست بدانیم پیری چیست وچه‌عواملی سبب پیدایش‌این‌بیماری دریك‌یا چند عضو بدن‌می‌گردد. دانشمندان برای پیری علل و جهات زیادی می‌شمارندکه هیچ‌کدام آنها با زیادی‌عمر بستگی ندارند، بلکه بیشترمربوط‌به‌تنك شدن مجاری‌وعروق بدن، مخصوصاً رك‌های مویی است و عامل اصلی انسداد آنها رسوب فضولات و جمع شدن سلولهای مردهٔ محجراست.

این مجاری و عروق‌کارشان دربدن غذا رساندن به‌یاخته‌ها و آبیاری وشستشوی آنهاست و چنانچه تنگ یامسدود شوند و مایعات حیاتی نتوانند درآنها به‌آسانی رفت و آمد کنند، عده‌ای از سلولها که محرومیت بیشتری دارند، ضعیف شده وکم‌کم می‌میرند و چون رفتگران بدن‌که‌کارشان نظافت و ازبین بردن فضولات است نمی‌توانند به‌آسانی رفت‌وآمد کنند و اجساد سلولهای مرده را ازبین ببرند، ناگزیر باید چاره‌ای بیاندیشند تا سلولهای مرده تولید تعفن نکرده و سایر یاخته‌ها را فاسد نکنند ومعمولاً برای اینکار قشری از آهك به‌دورآنها می‌پیچند و به‌عبارت دیگرآنها را تبدیل به‌سنگ می‌سازند وهمین سلولهای سنگ‌شدهٔ «محجر» هستندکه عضلات وپوست بدن راسخت‌کرده، طراوت وزیبایی‌آنهارا ازبین می‌برند وسبب‌کهولت وفرتوتی می‌شوند وهرقدرکه تعداد این سلولهای سنگ‌شده و مومیایی دربدن زیادتر شود، آثار پیری و پژمردگی زیادتر نمایان می‌گردد و اینجاست‌که عضلات بدن قدرت ارتجاعی خود را ازدست می‌دهد و شخص احساس فرسودگی و خستگی وناراحتیهای روحی وجسمی می‌کند و نمی‌تواند مثل‌گذشته فعالیت داشته باشد. جوانی و پیری مسألهٔ غامض وپیچیده‌ای نیست. راز آن همین تنگ شدن ومسدود شدن مجاری، مخصوصاًعروق شعریه‌است‌که با انشایی ساده برای شماتشریح گردید. حال‌اگرمی‌خواهید عمری طولانی داشته‌باشید وتا آخرعمرجوان بمانید وبدون‌آنکه گذشت سالهای‌زندگانی کوچکترین‌تأثیر بدی درزندگانی‌شما بگذارد و بتوانید همواره مثل‌سالهای قبل‌به‌کاروکوشش خود ادامه دهید و مجبوربه‌کناره‌گیری ازاجتماع نشوید، بایستی‌کاری‌بکنید که این مجاری هیچوقت تنگ وبسته‌نشوندواحتیاج‌به‌لاروبی‌وزهکشی‌نداشته

باشند و این نکته را نیزباید بدانیدکه‌کسانی‌که معتقدند وراثت در درازی و کوتاهی عمر و پیری، زودرس و دیررس مؤثر است، سخت دراشتباهند وتنها چیزی‌که انسان ازپـدر و مادر دراین مورد ارث می‌برد، آداب و سنن است که پاره‌ای از آنها درانسداد این مجاری و لاروبی آنها تأثیرفراوان دارند و باتغییر حالت وترك‌آداب ورسوم خانوادگی این میراث‌ازبین می‌رود. باری، پیری جزتنگ شدن مجاری‌بدن نیست و علتی‌جزرسوب فضولات وسلولهای مرده و سنگ‌شده ندارد. دراثراین عمل خون و مایعات بدن به‌کندی جریان پیداکرده و باعث سستی و رخوت می‌گردد و چون این‌کار به‌تدریج صورت می‌گیرد، پیری هم به‌تدریج پیدا می‌شود وهرقدرمجاری تنگتر شوند، آثار پیری نمایانتر می‌گردند و چنانچه این‌آب‌روها لاروبی شوند، آثارپیری نیز محو خواهد شد، مشروط براینکه قبلاً علت وسبب را پیداکرده و ازرسوب مجدد جلوگیری‌کنیم واین‌کارشباهت زیادی‌به‌تنقیه قنوات دارد. اگرماقناتی را لاروبی‌کنیم وعلل‌جمع شدن‌گل ولای‌برادربسترآن برطرف‌نسازیم، شکی نیست‌که پس‌ازچندی مجدداً آن قنات واریزکرده، خراب می‌گردد و به‌جای آنکه به‌صورت اولیه، یعنی‌به‌همان صورتی‌که درابتدای‌کندن و روزتولدآن بود درآید، بدتر ازوضع قبل ازلاروبی می‌شود. خوشبختانه لاروبی مجاری ورگهای مویی بدن به‌مراتب‌آسانترازپاك‌کردن‌گل‌ولای‌کف یك‌کاریزاست، زیراماشین‌بدن‌انسان خودکاربوده وترمیم ضایعات آن به‌عهدهٔ خود دستگاه است و فقط ما باید علت خرابی را پیداکرده و برطرف‌کنیم ومصالح‌لازم را دراختیار آن دسته ازکارگران بدن‌که وظیفهٔ آنها نوسازی است قرار دهیم‌تا آنها بتوانند با قدرت تمام، سنگرهای پیری را خراب‌کرده و ازبین برده وبه جای‌آنها یاخته‌های جوان ونوبگذارند و به‌همین دلایل‌بودکه من درابتدای این موضوع نوشتم اکسیرجـوانی پیش شما و دربدن شماست. اگراحساس پیری می‌کنید، بدانیدکه این اکسیر عظیم به‌وسیلهٔ اهریمنان پیری محاصره شده ودربدن شماعاطل‌وباطل مانده است، سنگرهای دشمن را درهم بکوبید و به‌سربازان مدافع بدن اسلحه و مهمات‌کـافی‌برسانید تا بتوانند این دشمن سرسخت را ازکشور بدن شما بیرون برانند. درجهان امروز پزشکان باکمك داروهایی‌که به‌وسیلهٔداروسازان‌دانشمندساخته‌می‌شود توانسته‌اند حدمتوسط عمر را بالا برده، آنرا به‌حدود شصت سال‌برسانند وچنانچه موفق به‌مغلوب کردن سرطان و چند مرض دیگرشوند، حد متوسط عمر انسان از این حدهم بالاتر می‌رود وبه حدود هفتاد سالگی خواهد رسید، ولی درهمین ایران ما، دربعضی از دهات و شهرکها، مردمانی زندگانی می‌کنندکه حد متوسط عمر

آنها ازصد سال پیشتر است و با اینکه درگذشته از وسایل اولیهٔ بهداشت محروم بوده و دستشان به‌دامن پزشک وداروسازکمترمی‌رسیده‌هرگزمغلوب پیری نمی‌شدند و تاآخرعمرشور و نشاط راازدست نمی‌دادند. درهمین‌تهران و شهرهای دیگر ایران هم اشخاص سالخورده‌که سن آنها ازصد سال گذشته است، گاهگاهی دیده می‌شوند. من یکی ازآنها راکه به‌سیدکاشی‌معروف‌بود و موقعی که من طفل بودم، در همسایگی خانهٔ پدری ما سکونت داشت و همه می‌گفتند پیرترین مـردمحل‌است، می‌شناختم. تاریخ تولد صحیح او در پشت جلد یك‌کلام‌الله مجید نوشته شده بود وبخوبی یاددارم‌که روزی‌همراه پدرم به‌عنوان بازدید نوروز به‌خانهٔ او رفتیم واو این قرآن وتاریخ تولدش را به‌پدرم نشان داد و پس ازمحاسبه معلوم شد که سی‌وپنج سال از پدر من که ایشان هم شخص معمری‌بودند، بزرگتراست. این شخص درست ۲۸سال بعد ازفوت مرحوم‌پدرم زنده بودوتقریباً پانزده‌سال پیش درسن ۱۱۸ سالگی مرد. یك هفته قبل‌ازمرگش او رایك روز صبح زود درکاخ دادگستری دیدم که برای شکایت ازیکی‌از همسایگان خانهٔ خود مراجعه‌کرده بودومی‌گفت صبح زود پیاده از خانهٔ خویش که نزدیك میدان اعدام است، به‌اینجا آمده ومدتی پشت درکاخ ایستاده تا در را بازکرده‌اند. من‌او راازشکایت منصرف کردم وگفتم من خودم نزد شما خواهم آمد و اختلافتان را برطرف خواهم ساخت. گفت قبول دارم، مشروط براینکه همین الان باهم به‌خانـه برویم، قبول‌کردم وبا هم حرکت‌کردیم. من می‌خواستم‌با تاکسی یااتوبوس برویم، اما او قبول نکرد وگفت راهی‌نیست، من پیاده می‌روم، شما اگرمی‌خواهید سوار شوید. من وقتی دیدم‌که یك پیرمرد ۱۱۸ ساله‌که تقریبا هفتاد سال‌از من بزرگتـراست پیاده می‌رود، من هم پیاده به‌راه افتـادم. دربین راه باهم صحبت می‌کردیم. از زندگانی وسلامتی خود راضی بود ومی‌گفت خواب‌و خوراکم خوب است. خوب می‌بینم وخوب می‌شنوم، ولی‌مدتی است‌که‌حس شامه‌ام خوب‌کار نمی‌کند، ولی‌بوهای تند را می‌شنود. باری، من همان روز اختلاف او را باهمسایه‌اش حل‌کردم بعدازیك‌هفته پیرمرد سکته‌کرده ومرد. وقتی طبیب محل رابرای صادرکردن جوازدفن آوردند، پس از معاینه گفته بود هیچ مرضی نداشته، فقط نفت چراغ عمرش تمام شده ومرده است. حال اجازه بفرماییدکمی دراطراف زندگانی‌این مرد ۱۱۸ ساله باهم صحبت‌کنیم. اومردفعال پشت‌کارداری بود. صبح زودازخانه بیرون می‌آمد و تمام خرید خانه راخودش‌می‌کرد. غذایش‌بسیارساده وکم قوت بود. بیشتروزهاغذایش آبگوشت‌یاآش‌بودوفقط شبهای‌جمعه‌پلومی‌خورد. نوه‌هایش‌می‌گفتندیك چارك

گوشت می‌خرد ویك دیگ آبگوشت درست کرده، جلوما که هیجده نفر هستیم می‌گذاردوشبهای جمعه که پلو داریم، به‌دومن برنج فقط سه‌سیر روغن می‌زند. او به‌خوردن سبزی‌ومیوه علاقهٔ زیادی‌داشت‌وبیشتر آبگوشت‌بزباش‌می‌خورد. هفته‌ای دوسه روز نصف استکان بیدخشت باکمی مغزبادام تناول می‌کرد و می‌گفت بهترین دارو برای جلوگیری از یبوست است. هروقت سینه‌اش درد می‌گرفت، شکرتیغال را دم کرده و صبح به‌جای چای می‌نوشید و همه روزه صبح ساعت ده خوردن میوه را فراموش نمی‌کرد و تا آخر عمرش سوار ماشین نشد وفقط جنازهٔ او را با اتومبیل به‌قم بردند. او تا آخرین روزهای عمر دراز خود همیشه خندان و خوشحال بود. دربرابر ناملایمات زندگانی، خونسرد و صابر بود و هیچوقت عصبانی و خشمگین نمی‌شد. درتمام عمرش‌لب به‌مشروبات الکلی و نوشابه‌های گازدار نزد. مدتی روزی دودانه سیگارمی‌کشید، ولی‌بعداً آنرا ترك‌کرد. به‌نوشیدن چای علاقهٔ فراوان داشت، ولی گاهی به‌جای آن دم‌کردهٔ گل گاوزبان می‌نوشید. درشب قبل‌ازمرگش‌دریك مجلس روضه‌خوانی‌شخصی از اوپرسید چند سال‌دیگرازخداعمرمی‌خواهد، اودرجواب گفته بود هرقدرخدا بخواهد. اگرهمین الان مرا به‌برد، ناراحت نمی‌شوم و اگرصد سال‌دیگرهم‌نگاه‌دارد، گله وشکایت نمی‌کنم.

این بود خلاصه‌ای از زندگینامهٔ شخص سعادتمندی که در طول عمر درازخود صحت وسلامتی را از دست نداد. غیر از سیدکاشی، پیران دیگری نیز درتهران دیده شده‌اندکه سن آنها ازصد سال تجاوزکرده است و درحال حاضرهم من چندین زن ومرد را می‌شناسم که سنین عمر آنها از صد گذشته است و اگر بخواهیم زندگینامهٔ یکایك آنها را ورق بزنیم مثنوی هفتاد من‌کاغذخواهد شد. ولی همین‌قدر می‌گویم که همهٔ آنها اشخاص فعال و پرتحرکی‌بودند و تاآخرعمرازانزوا وگوشه‌نشینی فرار کرده‌اند. غذای همهٔ آنها ساده، کم چربی وکم قوت است. درهیچ‌کار و هیچ‌عملی‌افراط نکرده و میانه‌روبوده و می‌باشند. اگر درتهران و شهرهای بزرگ اشخاص مسن‌که عمرشان ازصد سال‌گذشته به‌ندرت دیده می‌شوند، ولی دربعضی از دهات و شهرك‌های ایران، مابه‌نقاطی برمی‌خوریم‌که ساکنان‌آنها عموماً دارای عمر دراز بوده و اشخاص ۱۴۰ساله‌به‌بالادربین آنها زیاد است و اگرخوانندگان مایل باشند، ما این دهات و شهرك‌ها را با خصوصیات محل و آداب و سنن آنهادرمقالات جداگانه‌ای خواهیم نوشت ودراین مقاله به‌آنهاکاری‌نداریم، زیرا امکان زندگانی‌برای شهرنشینان بزرگ درآن محلات میسرنیست و ما

می‌خواهیم رمز اکسیر جوانی را در همهٔ شهرها نشان بدهیم.

یکی از طبقات ممتاز و مشخص که در بین ما عمر دراز دارند، طبقهٔ روحانیون هستند که حد متوسط عمر در بین آنها هشتاد سال است و عمر عده‌ای از آنها از نود سال تجاوز کرده و به‌ندرت هم به‌صد سالگی می‌رسند. عامل اصلی طول عمر در ایشان، علاوه بر نیروی ایمان و اجتناب از محرمات، دو مورد از عادات و رسوم آنهاست.

۱ـ برای یک فرد روحانی دوران بازنشستگی و کناره‌گیری از کار وجود ندارد. یک امام جماعت تا آخرین سالهای عمر به مسجد می‌رود و در آنجا و در خانهٔ خود به‌سئوالات مذهبی مردم پاسخ می‌دهد. مراجع تقلید مرتباً مطالعه می‌کنند و روزی دو بار درس می‌گویند و به تمام سئوالات کتبی و شفاهی مقلدین خود پاسخ می‌گویند، وچون خود را مسؤول تأمین معاش چند هزار طلبه می‌دانند، تا آخرین روزهای زندگانی دست از کار و کوشش برنمی‌دارند.

۲ـ روحانیون معمولا در مسجد، خانه و مجالس دیگر روی زمین می‌نشینند و جلوپای هر تازه‌واردی خواه کوچک باشد خواه بزرگ، خواه غنی باشد خواه فقیر، برمی‌خیزند و دوباره می‌نشینند و از این نشست و برخاست‌ها که برای ما فرساینده است، هیچگاه خسته نمی‌شوند.

پس از طبقهٔ روحانی، دستهٔ دیگری از هم‌میهنان ما که عمر دراز دارند، مجاوران اماکن مقدسه می‌باشند. اینها کسانی هستند که پس از بازنشستگی و کناره‌گیری از کار و حرفهٔ خود، به‌یکی از شهرهای مذهبی مهاجرت کرده، بقیهٔ عمر را به‌عبادت می‌گذرانند. اینها همه روز، چندبار به زیارت رفته و پس از خواندن زیارتنامه، چندین بار دور ضریح گشته و چندین رکعت نماز مستحبی می‌خوانند و بعد به‌مجالس روضه‌خوانی و یا به‌پای منابر وعظ می‌روند و به‌این ترتیب اوقات خود را مشغول داشته، احساس تنهایی و بیکاری نمی‌کنند وچون اعمال آنها توأم با راه‌رفتن، حرکت و نشست و برخاست است و فعالیت جسمانی و روحانی زیادی دارند، هیچگاه عضلات و نیروهای بدن آنها در اثر بیکاری از بین نرفته و زنگ نمی‌زنند و همین فعالیت‌های جسمی و روحی است که جریان مایعات بدن را سریع کرده و از رسوب فضولات در مجاری آنها جلوگیری کرده و سد راه پیری و از کارافتادگی می‌شوند و چنانچه از خوردن غذاهای پرچربی و مقوی خودداری ورزند، عمری بس طولانی خواهند داشت. از مطالعه و بررسی زندگینامهٔ این دو طبقه، یعنی روحانیون و مجاوران اماکن مقدسه، به‌این نتیجه می‌رسیم که رمز موفقیت آنها در حرکت ـ راه‌رفتن ـ نشست و برخاست زیاد و فرار از گوشه‌نشینی و بیکاری است و همچنین اعمالی است

که اندامهای مختلف بدن را به‌کار واداشته و جریان خون و سایر مایعات بدن را سریع کرده و از راکد شدن و رسوب‌کردن آنها جلوگیری می‌کند. علاوه براعمال فوق، خوردن و آشامیدن آنها نیز درطول عمر آنها مؤثر است، چه آنها هرگز لب به مشروبات الکلی نمی‌زنند وغالباً غذایی ساده و کم‌قوت دارند. میوه‌وسبزی زیادمی‌خورندو ازهمه بالاتر، نشستن درروی زمین یکی ازاسرارجوان ماندن آنهاست، زیرابطوری که دانشمندان تحقیق کرده‌اند، ین‌های الکتریستهٔ منفی که درزمین زیاداست، بهترین وسیله برای لاروبی مورگهاست وشاید روی همین اصل باشدکه مولای متقیان و امام اول شیعیان علی ابن ابوطالب «ع» به‌نشستن‌وخوابیدن در روی خاك علاقه‌مند بوده وازطرف پیغمبراکرم «ص» ابوتراب لقب گرفته‌اند.

غیر ازمواد فوق، آب وهوا و املاح موجود درآب وگازها وفلزات نادر در زمین و هوا و خوراکیهای مختلف اثر زیادی درطول عمر و جوانی دارند و همچنین موهبت سرما وگرمادربازکردن سوراخ‌های روی پوست بی تأثیرنیستند. دراثرفعالیت وگرمی‌هوا، بدن عرق می‌کند وهمراه خودقسمتی ازسمومات بدن و رسوبات را بیرون می‌آورد، ولی گرمای شدید وعرق کردن‌زیاد، نه‌تنهامؤثرنیست، بلکه‌چون‌قسمت زیادی‌ازاملاح و ویتامینهای محلول را از بدن خارج کرده وگرسنگی مخفی ایجاد می‌کند، باعث کوتاهی عمرخواهد شد و روی همین اصل است که مردمان آذربایجان غربی وشرقی که نژادی فعال و زحمتکش و پشتکاردار هستند، عمر زیادتری می‌کنند. آذربایجان هوایی مطبوع دارد. دراین استان زرخیز تاکنون بیش از دوهزار چشمهٔ آب معدنی قلیایی و گوگردی کشف شده که ازدهانهٔ آنها اشعهٔ رادیواکتیوپخش می‌شود. یکی از این معادن قلیایی در کندوان آذربایجان قرار دارد وچون دراین ناحیه مردمان مسن وفعال زیاد هستند، به‌این جهت عده‌ای به‌این چشمهٔ آب معدنی آب حیات لقب داده‌اند. یکی از سبزیهای مفیدی‌که دراین نواحی زیاد می‌روید، گیاه بولاغ اوتی است که (ید) فراوان دارد و یکی از خواص مسلم این سبزی سلامت‌بخش، زیاد شدن طول عمر است وهرجااین گیاه می‌روید ومردم‌ازآن می‌خورند، حد متوسط‌عمر بالاست، چنانچه درنزدیکی تهران بالای کرج، نزدیك‌آبیك، قریه‌ای بنام اتانك وجود داردکه درقنات آن مقدار (ید) زیادبوده وسبزی‌بولاغ‌اوتی درآنجا زیاداست وچون (ید) طبیعی فعالیت سلولهای بدن را زیادمی‌کند، مردمان این قریه، حتی آنهایی‌که سن آنها ازصد سال گذشته است، مردمانی با نشاط وپرتحرك می‌باشند و ازگوشه‌نشینی وانزواگریزانند وهیچگونه آثارکهولت و پیری،

خستگی روحی و جسمی وافسردگی و ناتوانی، درآنها دیده نمی‌شود. یکی دیگرازعوامل‌افزایش طول‌عمرداشتن سلامت و تندرستی است، زیراهرگونه بیماری، نتیجهٔ کمبود یکی‌ازعوامل‌غذایی است. ضربات تازیانه گرسنگی‌های مخفی نه‌تنها انسان را مریض و بدن را مستعد امراض می‌کندکه یکی ازآنها بیماری پیریست، بلکه‌فقدان‌بعضی‌ازعوامل‌سبب ترسیب فضولات درمجاری وموبرگها می‌شود.وانگهی، چنانکه می‌دانید فقدان یك یاچندعامل غذایی، انسان رابه‌پرخوری، یعنی خوردن زیاده ازاندازهٔ پاره‌ای دیگر ازخوراکیها وادار می‌کند وهمین پرخوری وخوردن عوامل غذایی بیشترازمقدارخوراك آنها، باعث رسوب فضولات‌وتنگ‌شدن مجاری می‌شود. یکی‌دیگر ازعوامل بیماری‌زا که عمر را کوتاه می‌کند، عفونت معده است‌که عامل اصلی آن گوشتخواری است وبه‌همین جهت‌است‌که گیاهخواران عمر زیادتری دارند. وقتی غذاهای گوشتی بامواد دیگرغذایی مثل میوه‌ها و سبزیهاکه سرشار از ویتامین‌های مختلف هستند مخلوط شوند، محیط مناسبی برای رشد میکربهای عفونتزا به‌وجودمی‌آید وبه‌همین جهت است‌که مدفوع کسانی‌که گوشت‌زیادمی‌خورند،همیشه‌متعفن‌است. بنابراین‌اگرشماخواهان‌عمرطولانی هستید، باید درخوردن گوشت زیاده‌روی نکنید و معدهٔ خود را گورستان گوشت حیوانات‌نسازید وباخوردن سیر، پیازوسایرسبزیهای معطر،مخصوصاً خانوادهٔ نعناء همیشه معدهٔ خود را گندزدایی‌کنید، خوردن گل‌های معطر وگل‌لادن، اثرنیکویی درضدعفونی‌کردن معده وروده‌هادارند واین‌اثردرگل محمدی (گل‌گلاب) بیشتراست. میوه‌ها و دانه‌های معطرنیزهمین‌خاصیت را دارند. افزودن‌گلاب به‌بعضی ازشربتها وغذاها به‌همین منظور است. برای ضدعفونی‌کردن معده و روده‌ها، هیچگاه بدون تجویزپزشك‌ازترکیبات آنتی‌بیوتیکها مانند پنی‌سیلین وغیره استفاده نکنید، زیرا این داروها قدرت‌زیادی درکشتن میکروبها دارند و امراض سخت را معالجه می‌کنند، ولی استفادهٔ خودسرانه از آنهامعایب‌زیاد داردکه‌یکی‌ازآنهاعفونت‌شکم‌است. این‌داروها دوست و دشمن را نمی‌شناسند و ضمن‌کشتن‌میکربهای‌موذی، میکربهای‌مفید معده و روده‌هارا نیزازبین‌می‌برند و باکشتن میکربهای مفید، محیط را برای رشد میکربهای موذی مساعد می‌سازند وبه‌همین جهت است. که می‌بینیم همین‌که اثرداروْ تمام می‌شود، تعفن مدفوع مبتلایان زیادمی‌گردد و زیاده‌روی درتزریق این داروها پرزمعده را ازبین می‌بردکه درمان و برگشت آن به‌آسانی‌میسر نیست. اخیرابعضی‌ازپزشکان‌برای‌زنده‌کردن مجدد این‌میکرب های مفید، دستور تنقیهٔ مدنوع می‌دهند و برای این‌کار معمولاً مدفوع یك

بچه یاجوان سالم راکه معده‌اش تعفن‌نداشته باشد، گرفته و درآب حل کرده وتنقیه می‌نمایند. علاوه برمعده، تعفن دهان نیز باعث پیری زودرس وکم شدن نیروی دید چشم‌می‌شود، چه‌میکربهایی‌که در روی مواد غذایی مانده در دهان رشدکرده ودهان‌را بدبومی‌سازند ازخود زهرابه‌هایی ترشح‌می‌کنند که اثر عمدهٔ آنها ضعیف کردن اعصاب، مخصوصاً اعصابی است‌که از کنار دهان‌عبورکرده وبه‌چشم می‌رسند. به‌موجب یك حدیث‌معتبر ازحضرت‌رسول «ص» نوشته‌اندکه فرمودند شستن دهان، جلای چشم را زیاد می‌کند. واگر خوانندگان عزیزبخاطرداشته باشندچندسال پیش روزنامه‌ها نوشتندکه‌یکی از استادان‌چشم‌پزشك‌آلمان‌ازشنیدن‌این‌حدیث‌تعجب‌کرده وپس‌ازمطالعه‌مسلمان گردید. بهرحال، روی همین اصل است‌که بعد ازصرف غذا بایستی دهان را خوب شست و دندانها را مسواك و خلال‌کرد تا جلو رشد میکربهای گندزا گرفته شود. یکی‌ازعواملی‌که درتنگ‌کردن مویرگها اثرزیادی دارد، لخته شدن خون است‌که عامل اصلی سکته‌های مغزی وقلبی نیزمی‌باشد. خوردن پیازخام وترهٔ ایرانی باغذا، ازلخته شدن خون جلوگیری می‌کند. در حال حاضرعده‌ای از دانشمندان می‌کوشند تابدانندکدامیك ازترکیبات موجود در پیاز مانع لخته شدن خون است و آیا می‌تـوان آنـرا استخراج و به‌تنهایی تجویز کرد؟... تاکنون در این راه موفقیتی به‌دست نیاورده‌اند، ولی من از مطالعات و بررسی‌های خود به‌این نتیجه رسیده‌ام‌که یکی از دیاستازهای پیاز که‌خوشبختانه در ترهٔ ایرانی نیز وجود دارد، داروی اصلی است وترشحات این دیاستازهم می‌تواند لخته‌های خون رابازکرده ومویرگها را لاروبی‌کند وازهمین روی است‌که من خوردن پیاز خام وترهٔ ایرانی را باغذا، همیشه‌به خوانندگان توصیه‌کرده ومی‌کنم.

دراینجا نیزیادآوری می‌کنم‌که درخوردن این سبزی مفیدهم مثل‌سایر خوراکیها نبایدزیاده‌روی‌کرد. من از ایام‌جوانی‌به‌خاطردارم بنائی درجنوب شهرساکن بودکه درحدود صد و دوسال عمرکرد وخوراکش غالبا نان وپیاز و یا نـان و تره بود وبه غذاهای دیگر کمترعلاقـه داشت و می‌گفت مـن تنها آذوقه‌ای را که سالانه می‌خـرم، پیاز است. وقتی از او پرسیدند کـه مصرف پیاز شما در سال چقدر است، جواب داد یك‌من پیازبرای من و زنم کافی است.

درمورد ویتامین و اثرات‌آن درزیاد شدن عمر، بسیاربحث شده و در اینجاکافی است بگوییم برای داشتن یك زندگانی تـوام باسلامتی، وجـود ویتامینهای مختلف لازم و ضروریست، ولی درخوردن آنها هم نباید زیاده‌

روی کرد. دربین ویتامینها ویتامین «پ» که درمرکبات وجود دارد، اثر زیادتری درحفظ جوانی دارد واکثر هنرپیشگان خارجی طراوت و شادابی وجوانی خود را مدیون خوردن پرتغال می‌دانند. این ویتامین در نارنج و لیموشیرین به مقدار کافی موجود است و دربعضی ازسبزیها، ازجمله فلفل سبز، همراه با ویتامین «ث» وجود دارد وبطوری که من تحقیق کرده‌ام، مقدار آن درشنگ زیاد است وکسانی که این گیاه را بطورتازه زیاد می‌خورند، جوانی‌طولانی‌تری دارند. عمل این ویتامین زیادکردن فعالیت مویرگهاست وضایعات دیوارهٔ این عروق را ترمیم می‌کند. مقدار خوراك این ویتامین که مورد لزوم بدن انسان است، روزانه پنجاه میلی گرم می‌باشد و ما آنرا باخوردن میوه‌ها و سبزیها همراه باویتامین «ث» به‌دست می‌آوریم. فلزات معدنی که درمیوه‌ها وسبزیها وجود دارند، نیز درحفظ سلامتی وجوانی مؤثرند و تشعشع بعضی ازفلزات خاکی نیز دربرگشت جوانی واحیای غرایزجنسی اثرعجیب دارند. یکی ازآنهاکه هم‌میهنان مسلمان ما درسفرحج به‌آن برمی‌خورند، روبیدیم می‌باشد. یکی از ارکان اصلی سفرحج وقوف درعرفات است. در روز نهم ذی‌حجه بزرگترین اجتماع مسلمانان جهان در دامنهٔ کوه رحمت و صحرای عرفات تشکیل می‌شود وحجاج باید ازظهرتاغروب درآنجا بمانند وبعدخارج شوند. بطوری که عملا دیده شده است در روزبعدکه عمل حج تقریباً تمام می‌شود وحجاج از احرام بیرون می‌آیند، تمایلات جنسی آنها زیاد شده و لزوم داشتن همسر را احساس می‌کنند. دراینجا برگشت جوانی و زنده‌شدن غرایزجنسی درپیران ومأیوسان تعجب‌آور است. بطوری که مطالعه وبررسی شده است درخاك عرفات مقداری فلز روبیدیم وجود دارد. این فلز ازصبح‌تا ظهر اشعهٔ خورشیدی را کسب کرده و بعدازظهر تا غروب به‌صورت تشعشع ازخود ساطع می‌نماید و به‌همین جهت است که حجاج در اواخر این سفرمفید، لذت بیشتری احساس کرده و حتی پیران را به‌یاد لذایذ جوانی می‌اندازد.

خلاصه باید بگوییم که اکسیرجوانی معجونی است که ازکار وفعالیت به حداعتدال وخوراکی‌های متنوع متناسب با مقدار خوراك آنها وفرار از گوشه گیری وانزوابه‌دست‌می‌آیدوپیری‌نتیجهٔ تنبلی‌وگوشه‌نشینی‌وزیاده‌روی درکار وخوشگذرانی‌زیادوافراط درخوردن‌غذاهای‌مقوی ونخوردن غذاهای دیگر می‌باشد و دراین مورد حکایت می‌کنندکه یکی از بزرگان گذشته در شکاربه‌پیرمردی برخوردکه صدوبیست سال داشت. از او پرسیدکه شما چه کارمی‌کنیدکه عمرتان طولانی می‌شود. پیرمرد درجواب گفت دراین دنیا هر

کس مقدار معینی جیرهٔ چربی و غذاهای مقوی دارد. شما آنرا درعرض شصت سال تمام می‌کنید و ما آنرا درصدوپنجاه سال می‌خوریم وهروقت جیره ما و شما تمام شد، می‌میریم.

چگونه می‌توانیم خوب بخوابیم

مردمان جمله بخفتند وشب ازنیمه‌گذشت
آنکه درخواب نشد چشم‌من‌وپروین است

عدهٔ زیادی از همنوعان ما دچار مرض بیخوابی بوده و به‌جای آنکه علت این گرفتاری وحشتناك خـود را جستجو کنند، می‌کـوشند بـا خوردن قرصهای‌کشنده اعصاب خود رافلج نمایند. تاآلام بیخوابی را احساس‌نکنند. خواب یك عمل طبیعی است و خوابیدن فطرت انسان است. خواب یکی از ضروریات ششگانه زندگانی ماست و بدن ماهمانگونه‌که به‌خوردن ودفع‌آن نیازمند است همانطورکه به‌نفس‌کشیدن و پس دادن‌آن‌محتاج‌است، به‌خواب و بیداری هم پای‌بند بوده و ناگزیر به‌اجرای آنست. اما درعصرما بیماری بیخوابی‌بیداد می‌کند وضربات تازیانهٔ‌آن‌برپیکرناتوان‌عده‌ای‌صدمات جبران‌

ناپذیری وارد می‌سازد.

بیخوابی علل وجهات زیادی داردکه من دراینجا فقط می‌خواهم یکی ازعوامل مهم‌آن‌راکه مسبب نود درصد بیخوابیهای عصرحاضراست، برای شما تشریح کنم و مبتلایان را از این گرفتاری بزرگ خلاص نمایم و چون موضوع بسیارساده بوده وبرای همه قابل‌درک است، همهٔ‌بیماران ومبتلایان می‌توانند آنرا امتحان‌کرده ونتایج درخشان آنرا به‌آسانی‌به‌دست‌آورند. این موضوع بسیارساده، عملی پیش‌پا افتاده‌است بطوری‌که شما ابتدا ممکن‌است آنرا باور ننمایید و پیش خود بگویید چگونه ممکن است یك غذای ساده و ظاهراً بیضررکه قوت اغلب ما راتشکیل می‌دهد، باعث بیخوابی و این همه آزار واذیت شود. این خوراکی لذیذ ومطبوع که عامل شمارهٔ یك بیخوابی می‌باشد، چیزی جزقند وشکرسفید نیست. همین مادهٔ شیرینی که ما آن را باچای وقهوه می‌خوریم، با آن شربت درست‌کرده می‌نوشیم و با آن انواع شیرینی‌ونقل‌ونبات درست می‌کنیم. مواد قندی، مخصوصاً قندانگور،سوخت ماشین بدن ماست. مواد قندی ونشاسته‌ای‌که‌ما می‌خوریم، دراثریك سلسله فعل و انفعالات حیاتی دربدن ماتبدیل به‌قند انگور شده و از راه خون وارد سلولهای بدن ما می‌شود و بطور بطئی باحرارت ۳۷ درجه می‌سوزند و تا زمانی‌که این شعلهٔ فروزان و این چراغ روشن‌است زندگانی ما برقرارمانده وباخاموش‌شدن‌آن‌نوبت‌مرگ فرا می‌رسد، ازسوختن‌موادقندی‌دربدن‌حرارت مولد نیرو به‌وجود می‌آید و باکمك این نیرواعمال حیاتی‌وکارهای عضلاتی صورت می‌گیرد و در موقع خواب‌که مقداری از اعمال حیاتی‌کارهای بدنی تعطیل می‌شود، نیروی‌حاصله دریاخته‌ها که به‌منزلهٔ باطریهای بدن‌هستند، ذخیره‌گشته وچنانچه مقدار سوخت زیادترازحد احتیاج باشد، باطریها بیشتر شارژ می‌گردند و زیادی نیرو مانع خواب وشدت بی‌فایده فعالیت یاخته‌ها می‌گردد وبنابراین می‌توان گفت‌که شکریکی‌ازغذاهای محرك ومهلك برای بدن انسان است حرکت فوق‌العادهٔ غیر طبیعی بدن که دراثر خوردن قند و شکر ایجاد می‌شود، مانع‌استراحت اعضای‌مختلف بدن شده وموجب مرگ تدریجی‌می‌گردد. کسانی‌که قند وشکر زیاداستعمال می‌نمایند، قوای جسمانی آنها زودترتحلیل می‌رود وعمرآنها درنتیجه‌کوتاهتر می‌شود و به‌همین‌جهت است‌که دانشمندان و غذاشناسان علت بیخوابی و بدخوابی را نتیجهٔ اعتیاد به‌خوردن شکر می‌دانند وچنانچه مبتلایان به‌مرض بیخوابی اعتیاد خود را ترك‌کرده وازخوردن قندوشکرپرهیزنمایند، به‌راحتی‌وآسانی خواهندخوابید ضررخوردن قند وشکربرای سالمندان وکسانی‌که‌کارهای بدنی‌کمتر دارند،

به‌مراتب بیشتر از کارگران و کشاورزان و اطفال است، زیرا این اشخاص به علت فعالیتهای جسمانی می‌توانند نیروهای حاصله از سوختن مواد محترقه را خنثی کرده و از بیخوابی جلوگیری نمایند. شما اگر بجای قند و شکر سفید، خرما و کشمش و میوه‌های دیگر که شیرینی همراه دارند تناول نمایید، هرگز دچار بی‌خوابی نخواهید شد. چه قنداین موادزنده وطبیعی بوده وبه‌مصرف سوخت و سازمی‌رسد، یعنی آنچه را بدن به‌حد اعتدال برای سوخت لازم دارد، ازآنها می‌گیرد و بقیه را به‌مصرف نوسازی بدن می‌رساند و اضافی را دفع می‌نماید. ولی قند وشکر سفید که ماده‌ای محلول بوده و جسمی مرده است نمی‌تواند درساختمان بدن انسان شرکت کند و خرابی‌ها را ترمیم نماید، بلکه فقط می‌سوزد و ایجاد حریق می‌نماید. شکر مصنوعی فاقد ویتامین و قدرت مغناطیسی می‌باشد وهنری جز سوختن و خرابکاری ندارد. چغندر یك مادهٔ غذایی شیرین ونیروبخش است و دارای نوزده درصد مواد قندی است و آنچه را بدن انسان برای هضم وجذب مواد قندی لازم دارد، همراه دارد وبه‌همین جهت خوردن آن نه تنها زیانبخش نیست و تولید بیخوابی نمی‌کند، بلکه بسیار مفید و سلامتبخش می‌باشد، ولی همین که این چغندر وارد کارخانه می‌شود به‌یک مادهٔ قندی خالص تبدیل شده و ویتامینها و املاح مفید خود را از دست می‌دهد و درنتیجه تبدیل به‌یك سوخت مصنوعی و قابل اشتعال می‌شود که حرارت آن برای بدن انسان طبیعی و سازگار نیست و همین امر سبب می‌شود که اعتدال درمزاج شخص برهم خورده وخواب خوش ومتناسب از او گرفته شود. مزاج معتدل خواب خوبی رانصیب انسان می‌کند، ولی خواب هرگز قادر نیست مزاج کسی را معتدل سازد. پس شما اگر خواهان سعادت وسلامت خود هستید ومی‌خواهید همه شب خواب خوشی را بدون استفاده از قرص‌های زیانبخش داشته باشید، بایستی ازخوردن غذاهای غیرطبیعی که اعتدال مزاج را برهم می‌زنند، خودداری نمایید. علاوه برقند و شکر، نان سفید وچربیهای زیاد هم همین عارضه را داشته و زیان فراوان دارند. گندم دارای شانزده عامل غذایی است. وقتی ما آن را از الکهای چندصفر می‌گذرانیم، دوازده عامل غذایی آنرا می‌گیریم و با آن نانی می‌پزیم که هنری جزسوختن و تخمیرشدن ندارد. وسواس سفیدگری که درقرن بیستم مد روزشده وانسان متمدن امروزمی‌کوشد همهٔ غذاها را سفید و خالص کرده و بعد تناول نماید، بزرگترین اشتباه مردمان شهرنشین امروزیست که بایستی جداً با آن مبارزه کنیم تا یك زندگانی طولانی همراه با سلامتی وخواب خوش داشته باشیم. در خاتمه برای اطلاع آن دسته ازهمنوعان ماکه به‌مرض بیخوابی یا کم‌خوابی

مبتلا هستند، اضافه مینماییم که ترس از بیخوابی برای انسان مضراست، نه خودبیخوابی. نود درصد بیخوابیها بانخوردن قند وشکرواجتناب ازخوردن مواد مقوی، معالجه می‌شود و بقیه عارضهٔ ترس از بیخوابی است. ترس بیجا مانع خوابیدن است و تمام ضررهایی راکه بیخوابی دارد مربوط به ترس ازبیخوابی‌است. اگرخواهان‌خواب‌خوش و لذتبخشی هستید، هرگزاز بیخوابی نترسید و بدانیدکه شما مسؤول خواب بدن خود نیستند، بلکه یك دستگاه خودکار دربدن شما وجود داردکه هرموقع باطریهای بدن شما از نیرو خالی شد، شما را می‌خواباند و باطری‌ها را شارژ می‌نماید و آنچه در اثر نخوابیدن، شما را آزار می‌دهد و مریض‌کرده و افکار شما را مغشوش می‌نماید، ترس‌ازنخوابیدن است که بایستی باآن مبارزه کنید و ریشهٔ خوف را از خود دور سازید و با خوردن غذاهای مناسب، مزاج خود را معتدل نمایید و بدانید خواب خوش و متناسب مختص مزاجهای معتدل است و در مزاجهای خونی میل بخوابیدن زیاد می‌شود، ولی‌ازعرض وعمق خواب‌کم می‌کند وبرطول‌آن می‌افزاید. صاحبان مزاج صفراوی ظاهراً طول‌خوابشان کم‌است ولی‌وقتی‌بخواب رفتند، عمق خوابشان‌زیادتر می‌باشد. غلبه سودا برمزاج نتیجه‌اش اندیشه‌های بد وخیالات‌حزن‌انگیزو وسواس بیخوابی‌است و برعکس بلغمی مزاج‌ها زیاد میخوابند و خواب زیاد همچنانچه می‌دانید، خطری بیش ازکم خوابی دارد.

با گیاهان می‌توان سرطان را معالجه کرد!

آیا سرطان مغلوب دست بشر شده، یا خـواهد شد؟ در جـواب این سئوالات باید بگوییم که فکر معالجهٔ بافتهای سرطانی با گلبولهـای بزرگ سفید خون تازگی ندارد و سالهاست علم پزشکی و داروسازی ثابت کرده است که این گلبولها سربازان مدافع بدن بوده وهر جسم خارجی خواه میکرب خواه سلول سرطانی، که واردبدن انسان شود، این سربازان مدافع ازسنگرهای خود بیرون آمده، باآن می‌جنگند وچنانچه اسلحهٔ کافی بـرای از بین بردن دشمن داشته باشند، فاتح شده آن‌را ازبین می‌برند، ولی اگر اسلحهٔ کافی در اختیار آنها نباشد، مغلوب می‌شوند. این گلبولهای بزرگ سفید در خـون انسان وحیوانات به‌مقدار زیاد موجودند ودراشخاص سالم دارای عامل ضد سرطان بوده ودراشخاص سرطانی فاقداین اسلحه می‌باشندوبه‌همین‌جهت‌است

که بنابگفتهٔ آن‌دو دانشمند امریکایی، اگراز خـون اشخاص سالم گرفته‌شود و به‌غدد سرطانی تزریق شود، آن‌را مغلوب‌می‌نمایند، ولی بعداً اگرتزریق نشوند، مرض‌عود خواهدکرد. به‌همین جهت دو دانشمند امریکایی‌که مدعی این‌کشف می‌باشند، معترفندکه روش آنها در مرحلهٔ آزمایش بوده و داروی قطعی ضدسرطانی نیست.

عوامل ضدسرطان که گلبولهای بـزرگ سفید خون دارند و همچنین اسحله‌هایی که در مبارزه علیه امراض دیگر بکار می‌برند، معمولا آنها را از خوراکیهایی‌که شخص می‌خورد، می‌گیرند وچنانچه مطالعه شده است، این عوامل ضد سرطان در معدودی ازخوراکیها موجـود است و مقدار آنها در بعضی ازداروهای‌گیاهی زیادتر می‌باشد و به‌همین جهت است‌که دانشمندان و محققین برای‌کشف داروی ضد سرطان، توجه خاصی به گیاهان متفرقـهٔ دارویی دارند و داروسازان سنتی ایران هم درگذشته چشم امیدشان به‌چند گیاه دارویی‌که از آنها نتیجه گرفته بودند، بود. به‌عقیدهٔ داروسازان سنتی ایران هیچ مرضی بدون درمان و هیچ‌گیاهی بدون منافع دارویی نمی‌باشند. مرض سرطان درتحت شرایطی همیشه قابل درمان بوده وخواهد بود و چه بسا بیماران سرطانی که بدون استفاده از داروهـای ضد سرطان، خودبخود معالجه شده‌اند وهمین امر ثابت می‌کندکه بسیاری ازخوراکیها دارای ایـن عوامل می‌باشند، ولی چون مقدارشان برای معالجهٔ سرطانهای‌حاد و مزمن کافی نیست، باید متوسل به‌گیاهان دارویی شد وباید دیدکه کدام دسته از گیاهان دارویی ازاین عوامل بیشتر دارند وامروزه سعی داروسازان محقق دراین است‌که این‌گیاهان راعصاره‌کش‌کرده وعصارهٔ آنهارابه‌غدد سرطانی‌و سلولهای سرطانی‌که‌کشت مـی‌دهند واردکنند و نتایج آن‌را مطالعه نمایند. عمل آنها دربکار بردن این روش علمی راه بسیار خوبی است، ولی بنظرمن اگراین روشها راباتجربهٔ داروسازان سنتی ایران همراه کنند، موفقیت آنها بدون شك حتمی خواهد بود و همانطورکه پزشکان چینی توانستند باادغام طب جدیدوطب‌سنتی‌خودتوجه جهانیان رابه طب‌سوزنی جلب سازند،دارو-سازان جدید ایران‌هم‌باادغام علوم دارویی جدیدو تجربیات داروسازان‌سنتی ایران می‌توانند نبوغ ملت‌ایران رابه‌دنیا ثابت‌کنند.

داروسازان سنتی ایران بیماری سرطان راباگیاه افتیمون‌که نوعی‌سس است، معالجه می‌کردند. این‌گیاه در تحت شرایطی مـی‌تواند این بیمـاری خانمانسوز را درمان‌کند.

افتیمون نوعی سس است، ولی تمام انواع سس‌هـا میتوانند در تحت

شرایطی داروی ضد سرطان باشند.

سس چیست؟ سس همین گیاه طفیلی است که در اکثر باغچه‌های تهران وبیابانها دیده می‌شود، آفتی که مانند ریسمان پیش‌رفته ودربدن گیاهان‌پنجه می‌اندازد. این گیاه که انگل وآفت گیاهان دیگراست، دارای دونوع خاصیت می‌باشد یکی خواص ذاتی ودیگر خواص موقتی واکتسابی، و چون درمان سرطان جزو خواص اکتسابی است، بهمین جهت است که درگذشته توانسته است عده‌ای ازمبتلایان رامعالجه کند، ولی درنزد تمام بیماران مؤثر نبوده است. خواص اکتسابی سسها بستگی به گیاهی داردکه این انگل شیرهٔ آنرا مکیده است، مثلا وقتی به‌دور گیاه سنبل‌طیب می‌پیچد، برای تقویت قلب مفید می‌گردد و وقتی به‌دوریك گیاه ضد سرطان، مثل قدومه می‌پیچد، قادر به‌معالجهٔ سرطان خواهدبود و اثرآن در درمان این مرض به‌مراتب مفیدتر وبیشتر ازخوردن عصارهٔ قدومه خواهد شد. دراینجا بدنیست به‌چندگیاه ضد سرطان‌که مورد توجه داروسازان سنتی ایران بوده است، اشاره‌کنیم.

۱ـ گیاهان خانوادهٔ بادمجان: در این تیره ازگیاهان، مخصوصاً انواع تاجریزی گیاهان ضد سرطان زیاداست.

۲ـ خانوادهٔ سورنجان: دراین‌تیره‌گل حسرت‌وگل شنبلیدکه شعرای ایرانی آنرا ستوده‌اند، اثر ضد سرطانی دارند.

۳ـ خانوادهٔ کدو: در خانوادهٔ کدو نیزگیاه‌های ضد سرطانی دیده می‌شوند.

۴ـ خانوادهٔ استبرق: دراین‌خانواده توجه داروسازان سنتی به‌گیاه غلب‌لب بوده‌است.

چگونه با پشه‌ها مبارزه کنیم؟

پشه‌هایی که آواز می‌خوانند خون شما را نمی‌مکند، آنها نرهستند، اما پشه‌های ماده‌خون‌انسان‌رامی‌مکند! چرا پشه‌ها باعده‌ای‌ازمردم‌کاری ندارند ولی‌عده‌ای دیگررا می‌گزند؟

امروزه باپیشرفت‌تمدن، زباله‌هازودتر جمع می‌شوند ـ دهات وباغات سمپاشی‌می‌شوند. بسیاری‌ازمردم خانه‌های خودرانیزسمپاشی می‌کنند. انواع و اقسام وسایل کشتن حشرات از قبیل حشره‌کش برقـی، حلقه‌های دود ضد حشره، امشی. وده‌ها مایع حشره‌کش دیگردر اختیار مردم است وهمه ازآنها استفاده می‌کنند، معذالك بازباکمال تعجب می‌بینیم‌که روزبروز برمزاحمت این حشرات موذی اضافه می‌شود و بااینکه از وسایل نامبرده درشمال شهر تهران بیشتر ازجنوب آن استفاده می‌شود، علناً می‌بینیم‌که پشه ومگس در شمال این‌شهر، به‌مراتب بیشتراست واکنون چند سئوال مطرح است‌که ما می‌خواهیم‌به آنها جواب دهیم.

۱ـ باوجود این داروهای حشره‌کش، چـرا تعداد پشه و مگس زیادتر

شده است؟.

۲ـ چرا در زمستان‌هم پشه‌هادست از ساکنان شمال شهر برنمی‌دارند؟

۳ـ چرا درشمال شهر تهران، تعداد پشه ومگس بیشتر ازجنوب شهر است؟

۴ـ بالاخره ماباین پشه‌های مزاحم چه‌باید بکنیم؟

درجواب سئوال اول که پرسیده شد «چرا داروها و وسایل حشره‌کش نتوانستند تعداد این حشرات مزاحم راکم‌کنند؟» سه دلیل قاطع وجود دارد یکی قانون بقای‌نسل است که هر جانوری‌می‌کوشد به‌هروسیله که‌ممکن‌شود، نسل خودرا حفظ‌کند ونگذارد از بین برود. دلیل دوم که ازهمان قانون‌بقای نسل سرچشمه می‌گیرد، مصونیت این جانـوران در برابر سموم حشره‌کش می‌باشدکه روزبروز بالا می‌رود و هر قدر قدرت‌کشندگی این داروها زیادتر شود، مصونیت آنها شدیدتر مـی‌گردد و اگر خوانندگان فـراموش نکرده باشند، درابتدای پیدایش امشی‌هیچ پشه‌و مگسی‌دربرابر آن مقاومت‌نداشت و امروز بـرعکس، در برابر آن مقاومت نشان می‌دهند. ایـن موضوع در برابرتمام ترکیبات ومایعات حشره‌کش‌دیده می‌شود. دلیل سوم،این ترکیبات حشره‌کش علاوه بر پشه و مگس سایر جـانوران راکه خـوراکشان حشرات کوچك است مثل عنکبوت، مارمولك، سوسك و غیره را نیز ازبین‌می‌برند و چون تولید مثل پشه‌ومگس زیاد است ، باازبین رفتن دشمن زیادترمی‌شوند.

سئوال دوم این‌بودکه چرا برخلاف گذشته، پشه‌ها درزمستان‌هم‌دست از سرما برنمی‌دارند؟... یکی از فواید سرما، کشتن حشرات است‌که قدرت تولید مثل آنهازیاد می‌باشد و اگرازبین نروند دنیارا تسخیر خواهند کرد! خانه‌های‌ما درگذشته، دارای یك حیات‌کوچك یابزرگ بودواتاقهادراطراف آن‌قرارداشتند. بهترین وسیلهٔ گرم‌کردن ما،کرسی‌بودکه زیرآن می‌خوابیدیم یا می‌نشستیم وخود را از شر سرما حفظ می‌کردیم، ولی فضای اتاقهای ما کاملا سردبود وحتی کاسه‌آبی‌که شب‌روی‌کرسی می‌گذاشتیم، یخ می‌بست، مستراح و آشپزخانه‌هم از ساختمان جدا بود وچاه آنها هم در وسط حیات قرار داشت، ولی امروزه نقشهٔ ساختمانها عوض شده است و ساختمانها به صورت آپارتمان درآمده و هر آپارتمان دارای یك هال و چند اتاق‌است. مستراح و آشپزخانه وحمام و چاههای آنهاهم درداخل عمارت قـرار دارند و غالباً بابخاری یا شوفاژگرم‌می‌شوند وچون داخل این‌ساختمانهاگرم‌است، پناهگاه خوبی برای پشه‌هاومگسها می‌باشند.آنها ازگرمای بنااستفاده‌کرده، شبها خون مارا می‌مکند وبعد تخم خود را درچاه‌های مستراح، آشپزخانه،

وحمام می‌گذارند ودر تمام‌سال تولید مثل می‌نمایند.

سومین سئوال این بودکه چرا در شمال تهران پشه و مگس بیشتر از جنوب شهر است. سئوالی بسیار جالب وپـراهمیت است وسه علت اساسی دارد. یکی اینکه‌در جنوب تهـران هنوز اکثرخانه‌هـا قدیمی استو پناهگاه زمستانی برای پشه ومگس ندارند ولی یك‌علت دیگرهم وجود داردکه‌می‌توان آن‌را یکی ازعجایب خلقت وطبیعت شمرد. ازبیست سال‌پیش تاکنون یك‌نوع موش بزرگ درجنوب تهران پیداشده است‌که یکی از اسرارطبیعت در نهاد آنها قـرار دارد. ایـن موشها از خـارج ازکشور در وسط کالاهای تجارتی به‌وسیلهٔ کشتی به‌خرمشهر آمده واز آنجا باقطار به جنوب تهـران رسیده‌اند.

این جانوران مـوذی دارای این خـاصیت هستندکه پشه ازآنها فـرار می‌کند وهرکجا باشند، در شعاع معینی پشه دیده نمی‌شود. این خـاصیت‌که هنوز دانشمندان نتوانسته‌اند علت‌حقیقی آنراپیداکنند، دربعضی ازحیوانات و بعضی ازگیاهان مانندگل آفتابگردان وجود دارد و شما می‌توانید باقرار دادن یکی ازاین موشها درقفس این معجزهٔ طبیعت را باچشم خود ببینید وتا آنجاکه مـن اطلاع دارم، درچندین دانشگاه ومـراکز تحقیقات علمی دنیا، روی این موشها مطالعه می‌شود وتاکنون علت آن پیدا نشده است. باری، بااین مقدمات، برویم سراصل موضوع وببینیم که‌بااین‌حشرات سمج ومزاحم چه بایدکرد و چگونه مـی‌توان ازشر آنها خلاص‌شد؟ مـاایرانیان در زبان فارسی، معمولا به‌حشرات‌کـوچك‌که پرواز می‌کنند، پشه می‌گوییم ودارای انواع واقسام زیاد می‌باشندکه همگی ازراستهٔ دوبالان وبند پـایان هستند. ولی همهٔ‌آنها خونخوار ومردم‌آزار نیستند. دسته‌ای‌ازآنها به‌ترشی‌علاقه‌مند بوده وماآنها راروی‌ظروف‌ترشی،خمرهٔ سرکه‌وخمرهٔشراب می‌بینیم.دسته‌ای دیگرگیاهخوار بوده‌وروی درختان وعلفها زندگانی می‌کنندواز ساقه‌وبرگ تغذیه می‌نمایند.

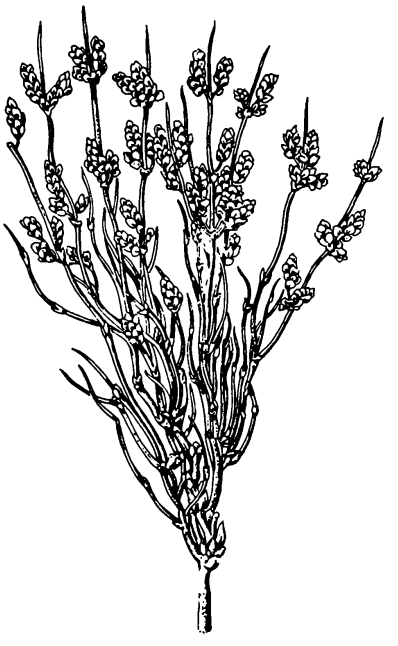
مهمترین این‌دسته پشه‌گزاست‌که روی درخت‌گززندگانی می‌کند واز ساق وبرگ آن مـی‌خورد وتخمهای خـودرا درساقه‌های درخت‌گز پنهان می‌سازد. این نوع پشه ازخود شهدی تراوش می‌کندکه مابه‌آن‌گز خونسار می‌گوییم. دستهٔ دیگرازپشه‌ها درمحیط قلیایی زندگانی می‌کنند و مخصوصاً به‌گاز آمونیاك علاقه‌مند بوده وچنانچه درشیشهٔ آمونیاك باز شود، فـوراًبه آن محل هجوم می‌آورند وشما می‌توانید هجوم آنهارا دراطـراف دکانهای فتوکپی‌که باآمونیاك‌کار می‌کنند، ببینید. پشه‌های معمولی، پشهٔ مـالاریا و

پشهٔ خاکی‌هم به‌آمونیاك ومحیط قلیایی علاقه‌مند بوده وبیشتردر مستراحها وگندابها و زباله‌دانیها و آغلهاکه‌گاز آمونیاك وجود دارد، زندگانی کرده، تخم خودرا درچاه‌های مستراح وزباله‌دانیها می‌گذارند واین‌دسته ازحشرات هستندکه خون‌انسان رامی‌مکند وشبهامزاحم‌خواب‌ماهستند دراینجابدنیست بدانید پشه‌ای‌که شب بالای سرشما وزوزکرده وباصطلاح آواز مـی‌خواند، پشهٔ نربوده وگزنده نیست، بلکه آواز اوبرای‌جلب توجه‌پشهٔ ماده‌ایست‌که درهمانموقع مشغول مکیدن‌خون شما می‌باشد.

یك نوع دیگر پشه‌هم سابقاً در ایران وجود داشت‌که درآبهای راکد مثل آب‌انبارها زندگانی می‌کرد وناقل انگل سالك بودکه خوشبختانه دراثر لوله‌کشی ازبین رفت. پشهٔ مالاریا نیز دراثر مبارزه ازبین رفته واین‌بیماری ریشه‌کن شد،است‌وتنها پشه‌ای‌که مزاحم مامی‌باشد، همین پشه‌های معمولی آواز خوان وگاهی پشهٔ خاکی است. پشهٔ خاکی رامی‌توان با ازبین بـردن زباله‌دانیهاوسمپاشی خاکهای آلوده‌وآغلها، به‌آسانی‌ازبین برد وتنهاپشه‌های معمولی آوازخوان هستند که مبارزه بـاآنها تا انـدازه‌ای مشکل شده‌است‌و چون درحال حاضر نسبت به‌اکثر سموم حشره‌کش مصونیت پیداکرده‌اند، از بین بردن آنها به‌آسانی میسرنیست ویگانه راه چاره جلوگیری ازتولید مثل آنهاست. اینها بطـوری‌که‌گفتیم درچهار فصل سال دراطاقهـای معتدل شدهٔ منازل سکونت داشته ودرچاههای مستراح، آشپزخانه، حمام و مجاری آنها تخم‌گذاری‌کرده و تولید مثل می‌نمایند و روی این اصل همه ساله درفصل گرما تذکرداده می‌شودکه برای مبارزه باآنها هرده روزیکبار، مقداری نفت درچاه های داخل ساختمان بریزید. این دستورخوبی است، ولی عملانتیجهٔ خوبی نداده است. موقعی این دستور مفید است‌که مقدار نفت به‌حدی‌باشد که روی تمام سطح‌آب چاه را بپوشاند، تابچهٔ این حشرات‌که ابتدا به‌صورت کرم درآب زندگانی می‌کند، راه تنفس نداشته باشد وازبین برود، ولی‌چون سطح چاه معلوم نیست واین چاه‌هاغالباً دارای خزینه بوده وسطح‌آنهاوسیع است ویکی دولیتر نفت برای پرکردن روی آنهاکافی نیست، نتیجهٔ مطلوب به‌دست نمی‌آید، ولی‌اگرمااین چاهها را سالی یکی دوبارسمپاشی‌کنیم، یعنی برای هرچاه دویست گـرم گرد «د.د.ت» را در چهار لیتر نفت داغ حل کرده، گرماگرم آن را از دهانه‌های مختلف در چاه بریزیم و چند ساعت دهانه‌ها را محکم ببندیم،گاز نفت همراه با «د.د.ت» فضای چاه را پـرکرده وباعث سمپاشی تمام قسمتها وسوراخ وسنبه‌های چاه شده ونسل‌این‌جانوران موذی را درآن چاه ازبین می‌برد و تامدتی نیزاثر سم باقی می‌ماند وچنانچه

پشهٔ دیگری ازخارج وارد ساختمان شود وبرای تخم‌ریزی داخل آن گردد، خواهد مرد و چنانچه تمام درها و پنجره‌ها دارای توری باشد و پشه نتواند ازخارج‌وارد شود، مدت مدیدی راحت‌خواهیدبود. اینکارازسمپاشی‌اتاقهای ساختمان‌که هوای اتاق رامسموم‌کرده و تنفس را مشکل می‌کند، به‌مراتب مفیدتر و نتیجهٔ آن درخشانتر است. اگر به‌گرد خالص «د.د.ت» دسترسی ندارید ومحلول‌کردن آن درنفت داغ برای شمامیسرنیست، می‌توانید این سمپاشی را باسایر مایعات حشره‌کش انجام دهید و برای اینکه اثر بیشتری داشته باشد، این مایعات را باظروف فلزی خود، مدتی درآفتاب بگذارید تا گرم شوند وبعد درچاه‌بریزید. به‌جای‌نفت می‌توانیداز گازوئیل‌استفاده‌کنید.

درخاتمه، سئوال دیگری رامطرح می‌کنیم: این پشه‌های معمولی به بدن بعضیها نزدیك نمی‌شوند وآنها را نمی‌گزند و برعکس به‌عده‌ای دیگر علاقه‌مند بوده‌وبه‌سراغ‌آنها می‌روند وجای‌سالم دربدن‌آنها باقی‌نمی‌گذارند و به‌همین جهت عده‌ای علت این امر را پرسیده‌اند. جواب این سؤال را ما درسطور بالا نوشتیم وگفتیم‌که این دسته از پشه‌ها به‌گاز امونیاك و محیط قلیایی‌راغب‌بوده وازمحیط‌ترش‌فرارمی‌کنند. کسانی‌که‌پوست بدنشان‌قلیایی بوده وعرق بدنشان‌کمی‌بوی امونیاك می‌دهد وهمچنین‌کسانی که قطره‌قطره ناخودآگاه ادرارکرده و زیرجامهٔ آنهاکمی بوی ادرار می‌دهد، بیشتر مورد هجوم‌این‌حشرات واقع می‌شوند وبرعکس، کسانی که پوست بدنشان ترشی بیشتری دارد، این پشه‌ها کمتر به‌سراغ آنها می‌روند وچنانچه دستهٔ اول خود را تمیزکنند وبعدکمی ترشی، مثل آبلیموبه بدن خودبمالند، مصونیت زیادتری پیدا خواهندکرد این نکته را نیز بد نیست بدانید که این پشه‌ها از دود و اسانس بعضی ازگیاهان فراری هستندکه مهمترین آنها جوهر سقز کاج‌است که در داروخانه‌ها به‌نام اسانس تربانتین به‌فروش می‌رسد. پاشیدن این اسانس زیر تخت و مالیدن کمی از آن به بدن، از نزدیك شدن پشه جلوگیری می‌کند و درصنعت داروسازی بااین اسانس پمادهایی می‌سازندکه به اسامی مختلف برای جلوگیری ازگزش پشه فروخته می‌شوند.



من «هوم» هستم!

جلد دوم کتاب زبان خوراکیها را با گیاهی فرخنده و خوش یمن به‌نام هوم شروع می‌کنیم. گیاهی که در زمان پادشاهی جمشید کشف شده‌است.

صبحدم مرغ چمن با گل نوخاسته گفت
نازکم کن که دراین باغ بسی چون تو شکفت
گل بخندید که از راست نرنجیم ولی
هیچ عاشق، سخن سخت به معشوقه نگفت

زبان گشودن خوراکیها و سخن گفتن گل و گیاه تازگی ندارد، درتمام کتابهای فارسی و دینی و ادبی و اشعار سخن‌سرایان پارسی گو، نمونه‌هایی از سخنان گیاهان دیده می‌شود.

من اولین گیاهی هستم که دراین جهان با انسان حرف‌زده وفواید خود را آشکار ساخته‌ام. پیش از من گندم با حضرت آدم وحوا در بهشت صحبت کرده و فواید خود را آشکار ساخت، ولی در روی زمین قبل‌ازمن گیاهی با

انسان‌سخن نگفته است، طرف‌صحبت من در روی زمین حضرت زرتشت‌بود.

من دارای انواع و اقسام می‌باشم، نـوع بزرگ مـن در بلوچستان بطور خودرو به‌عمل می‌آید، و در کنار راه زاهدان به‌میرجاوه زیاد دیده می‌شود، واهالی محل به‌آن هوموك می‌گویند، وانـواع دیگرمن در شمال ایران ـ منجیل ـ دامغان ـ یزد ـ کویرلوت وسرحدات شرقی‌ایران می‌روید و به‌آن «ریش‌بز» می‌گویند. در کتب قدیم بیشتر مرا به‌نام «هوم‌المجوس» خوانده‌اند، چه درنزد زرتشتیان و ایرانیان قدیم‌گیاهی مقدس‌تر ازمن‌نیست ومن اولین‌گیاه دارویی هستم‌کـه درجهان شناخته شده، و در کتاب اوستا در چندین سوره ازمن یاد شده است.

گیاه من دراوستابه‌نام هوم ودرآئین برهمن به‌نام‌وید نامیده‌شده‌است:

گیاه مرا موبدان بامدادان پس ازشستشو دربرابر آتشگاه باکمی‌آب و شاخهٔنازکی‌ازچوب انار درهاون می‌کوبند وشیرهٔآن‌راکه (پراهوم) نامیده می‌شود می‌گیرند. درکتاب زند چنین نوشته شده‌است: یك روز بامداد کـه حضرت زرتشت به‌کار آراستن و آماده ساختن آتش سرگرم بود، مسافری بیامد ویك شاخه ازگیاه مـرا به‌عنوان ره‌آورد سفر به آن پیشوای بـزرگ تقدیم کرد. زرتشت همینکه چشمش به مـن افتاد مرا شناخت و از زیبایی و سودمند بودن من به‌فکر فرو رفت و خود به خود گفت: «ایـن گیاه برای زندگانی خوش و خرم جاودانی وطول عمر آفـریده شده‌است» آنگاه روی خود را به‌من‌کرد و پرسید که هستی؟... من خودرا به‌او شناسانیدم و اواز شناختن من وپی‌بردن به‌سود فراوان من خشنود شد و از من دوباره پرسید که برای اولین‌بار چه‌کسی تورا شناخت، و شیرهٔ تـو را بفشرد. در جواب به‌عرض رسانیدم‌که‌برای اولین‌بارمرا«دیونگهان» پدرجمشید شناخته وبرای نوشیدن آماده‌کرده است.

ایرانیان قـدیم معتقد بودندکه عصارهٔ مـن روح را فـرح می‌بخشد، میوهٔ من‌گوشتدار قرمز، و مانند تاجریزی است و کبك آن را زیاد دوست دارد.

من دارای یك مادهٔ عامله هستم که در داروخانه‌ها بـه‌نام «افدرین» خوانده‌می‌شود، ودرکتب داروسازی جدیدانواع گیاه مرا «افدرا» می‌نامند. در پاکستان نزدیك سرحد ایران کارخانه‌ای به وسیلهٔ زرتشتیان ساخته شده که درآنجا ازمن «افـدرین» می‌گیرند و چندسال پیش نـویسندهٔ کتاب زبان خوراکیها گیاه مـرا به‌تهران آورد و به‌ادارهٔ تحقیقات استاندارد داد تا در آنجانسبت به‌استخراج مادهٔعاملهٔ من مطالعه نمایند. جوشاندهٔ بیست‌درهزار

من برای رفع عوارض رماتیسم مفید است، افدرین دارای اثـر تنگ کنندهٔ مجاری عروق، زیادکنندهٔ فشارخون و بازکنندهٔ مـردمك چشم است، و اثر قطعی دررفع عوارض‌تنگ‌نفس دارد وبه‌آن «آدرنالین» گیاهی لقب داده‌اند. سمیت آن‌کمتر ازآدرنالین است و مصرف‌آن از راه دهان مؤثرتر از تزریق است و برای‌کم‌کردن سمیت مرفین می‌توان آن‌را به‌آن افزود.

چنانچه عصارهٔ مراباشیرهٔ تریاك مخلوط‌کنند، ازعوارض‌آن می‌کاهم، بدون آنکه خاصیت تخدیرآن‌را کم نمایم.

عصارهٔ من برنشیت را معالجه می‌کند. تنگ نفس را تسکین می‌دهد. سرفه و عوارض‌آن را آرام می‌نماید. من بهترین داروی ضد حساسیت‌هستم وچون هشتاد درصد بیماریها ناشی از حساسیت است، همه‌جا می‌توانید ازمن استفاده کنید.

برادران‌افغانی‌ماکه استقبال بی‌نظیری ازکتاب‌زبان خوراکیهاکرده‌اند به‌سبزی ریواس هوم می‌گویند، و در این‌جا برای مـزید اطلاع آنها اضافه می‌کنم، که هوم‌ربطی به‌ریواس‌ندارد. درکتاب برهان قاطع نوشته شده‌است که هوم‌درحوالی پارس زیاد می‌روید.

در زبان ترکی هوم به‌گیاه دیگری می‌گویند که سمیت زیاد دارد، و ازهمین جهت است که داروسازان سنتی ایران، برای اینکه من با آن گیاه اشتباه نشوم، مرا «هوم‌المجوس» لقب داده‌اند.

رازی‌که پس از ۸۵قرن فاش می‌شود

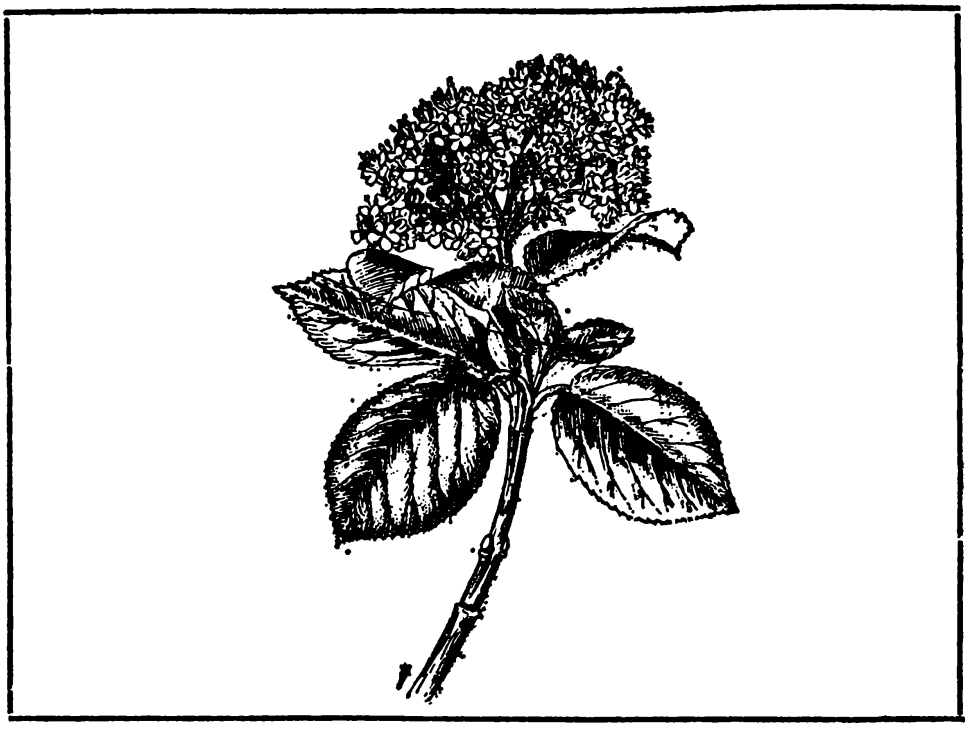
همه می‌دانیم‌که زادگاه زرتشت شهررضائیه است، دراوستانوشته شده که مسافری یك‌شاخه هوم به‌عنوان سوغات برای زرتشت‌آورد وآن‌حضرت پس ازگفتگوباهوم اورا شناخت وبفوائدآن پی‌برد. اکنون بیش‌ازهشت‌هزار سال از ظهور زرتشت می‌گذرد ودراین مدت معلوم نبودکه‌آن مسافرهوم‌را ازکجا آورده وبه‌دست زرتشت داده است ماهم‌تاکنون درکوه‌های‌آذربایجان ازاین‌گیاه ندیده‌بودیم‌واکنون پس‌از۸۵قرن این رازفاش شده ومعلوم‌می‌شود که درجزیره‌ی خوش‌آب‌وهوا وباصفای قریون داغی در دریاچه رضائیه این گیاه به‌فراوانی وجود دارد واین همان‌گیاهی‌است‌که زرتشت‌آن‌را ستوده‌است.

اسم من «ارغوان» است!

دشمن سنگ کلیه هستم. اگر سوختهٔ گل مرا برروی زخم بگذارید، خون آن‌را بندمی‌آورم. برای دستگاه تنفس بهترازمن نمی‌یابید. پاک‌کنندهٔ معده بوده، سردی آن‌را نیز درمان می‌کنم.

فارسی من ارغوان است واعراب آن‌را معرب کرده «ارجوان» گویند، ولی عربی من «ارغیدا» می‌باشد. شربت بهار من خمارشکن است، و چون چوب مرا بسوزانند و برابرو بمالند آن‌را سیاه و پرپشت می‌کنم. ارتفاع درخت من ازسه‌متر تا ده‌متر است، گلهای زیبای من که به‌بهار ارغوان معروف می‌باشند به‌صورت خوشه‌هایی قبل‌از پیدایش برگ ظاهر می‌شوندو با رنگ ارغوانی خود منظرهٔ قشنگی به‌درخت من می‌دهد. برگهای جوان من خوراکی است وپوست درخت من قابض است. زادگاه اولیهٔ من ایران، مخصوصاً استان فارس است. بهار من کمی شیرین است و آواز را صاف می‌نماید. من اخلاط لزج را از بین برده سردی معده و کلیه‌ها را از بین

می‌برم، من دستگاه‌تنفس را زهکشی‌می‌کنم وسنگ‌کلیه ومثانه را می‌ریزانم.
نوشیدن جوشاندهٔ من قی‌آور است و دستگاه تنفس و معده را پاك می‌کند.
پاشیدن گرد سوختهٔ‌گل و ریشهٔ من بر روی زخم خـون را بند می‌آورد و
خضابی نیکواست،مخصوصاًبرای رنگ‌کردن مژه‌وابروبسیار مناسب است.



من «آقطی» هستم!

فارسی من پلم است، بـه‌من یاس‌کبود بیلسان و بیلاسان ـ شبوقه هم می‌گویند، عربی من خمان کبیر است و به‌زبان محلی اسامی بلخون و شون هم‌به‌من داده‌اند. من بطور خودرو درجنگلهای شمال و کنار جاده‌ها می‌رویم و چون دارای بوی تند نامطبوعی هستم، از دور شناخته می‌شوم ـ گلهای من سفید و معطر بوده، و چنانچه در شراب ریخته شود، به‌آن بـوی مشك می‌دهد. مغز ساقهٔ من نرم بوده و درآزمایشگاههای گیاه‌شناسی برای اینکه مقطع گیاهی را جهت دیدن در زیـر میکرسکپ آماده کنند، از مغز مـن استفاده می‌نمایند!

درختچهٔ من یك تادومتر طول دارد. گلهای من به‌رنگ سفید و مایل به‌گلی است، میوهٔ من به‌رنگ سیاه مایل به‌ارغوانی می‌باشد. پیشینیان گل

مرا ضامن عشق و زناشویی دانسته، وجادوگران می‌گفتندکـه چنانچه گل «آقطی» را در لباس زن و شوهر بگذارند، وفاداری آنها زیاد می‌شود. در سویس وبعضی ازکشورهای اروپایی ازمیوهٔمن مرباوشربت درست می‌کنند.

پوست من‌دارای اثرمسهلی است و ادرار را نیززیاد می‌کند. برگهای من‌التهاب‌نسوج را ازبین برده وبرای‌درمان استسقا و روماتیسم‌وبیماریهای جلدی به‌کار می‌رود و این خواص در پـوست داخلی ریشه و دانه‌های من زیاد است.

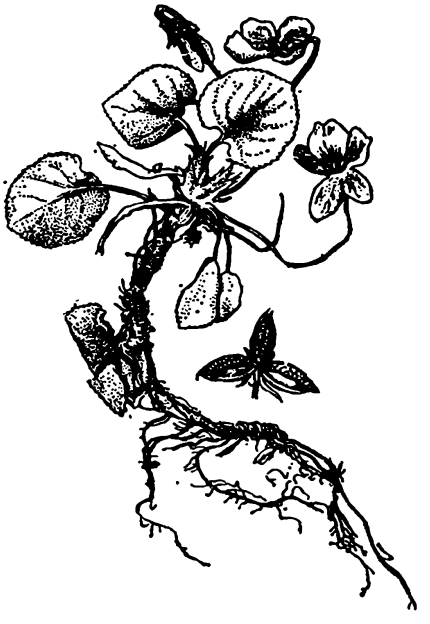
غرغرهٔ جوشاندهٔ جوان و جوانه‌های من برای رفع‌گلودرد نافع‌است. ضماد برگ من برای فروکش دادن التهاب باد سرخ به‌کار می‌رود و برای التیام جراحات مفیداست. مقدار خوراك من‌سی‌تاصدگرم در شبانه‌روز است، و زیاده‌روی در خوردن‌آن تولید قی واسهال وناراحتی می‌نماید.

خمان صغیر

فارسی من شمشاد پیچ ـ بل‌شیرین ـ «بیلسان خرد» بوده وعربی من خمان صغیر و طرثوت است.

مضمضهٔ ایـن جوشانـده کـرم‌خوردگی دنـدان را متوقف می‌کنـد. کشیدن این جوشانده در بینی جهت‌ازبین رفتن سرخی والتهاب چشم تجویز شده ومعمولاً دستور می‌دهندکه سه‌روزمتوالی‌آن‌را دربینی بکشند. نشستن در جوشاندهٔ من رحم را نرم و آن‌را باز می‌کند و عوارض رحمی را از بین می‌برد.

خوردن میوه ومالیدن پختهٔآن از ریزش مو جلوگیری‌کرده، وآن را سیاه می‌کند. ضماد برگ تازهٔ من باآردجو جهت سوختگی آتش مفید بوده، و درد آن‌را ساکت می‌کند ومالیدن آن مخلوط با پیه، جهت معالجهٔ نقرس و بواسیر تجویز شده است. حمول ریشهٔ من جهت تسکین درد رحم به‌کار می‌رود.



من «بنفشه» هستم!

گل‌من، پادزهرسموم‌حیوانی‌است. روغن من خواب آوراست. در درمان سرطان اثری قابل توجه دارم. بـرای درمـان جوشهای صورت می‌توانید، از مـن استفاده کنید.

گل بنفشه بیش از صدنوع دارد که غالباً به‌عنوان یك گل زینتی در باغچه کاشته می‌شود، و تنها از چند نـوع آن استفادهٔ دارویی می‌شود که مهمترین آنها گل بنفشهٔ ایرانی است‌که به‌آن‌گل بنفشهٔ معطرهم می‌گویند و اکنون خودرا معرفی می‌کند. عربی من فرفیر است ولی بیشتر بنفشج که معرب بنفشه است به‌کار می‌برند.

من در غالب نقاط کوهستانی مرطوب ایران، در زیر سایـهٔ درختان می‌رویم و بهترین نوع مرا درمنطقهٔ البرز راه عمارلو-کبوترچاك و اطراف رودبار می‌توانید به‌دست‌آورید.

من بهترین مسهل صفرا هستم، مخصوصاً مـوقعی که مقدار زیادی

صفرا در روده و معده جمع شده باشد. من مسکن عطش بوده، فشار خون را پایین می‌آورم وتبهای شدید را برطرف می‌کنم.

گل‌من خواب‌آور ومحلل ورمها بوده، جهت سردرد و سرفه وسختی سینه وحلق‌نافع‌است، حرارت وسوزش ادرار را ازبین می‌برد و برای درمان بندآمدن ادرار، ذات‌الجنب و ذات‌الریه و دیفتری و سردرد اطفال تجویز می‌شود. خوردن سه تاشش‌گرم گل من چندروز متوالی باآب سرد، جهت رفع اسهال صفراوی تجویز شده است. خوردن سه‌مثقال گل ساییدهٔ من با شیرخشت یك مسهل سریع‌العمل می‌باشد ومخلوط‌آن باگل قند جهت‌تبهای کهنه مفید است. گل‌من پادزهر سموم حیوانی است. برای رفع خشکی بینی می‌توانید آب جوشاندهٔ‌گل مرا دربینی بکشید تابرطرف شود. ضمادگل من جهت سردرد و فروکش ورمها و ترك نشستگاه و درد آن مفید است. ضماد برگ من جهت ورمهای گرم و التهاب چشم و نرم کردن اعصاب و جرب صفراوی وخارش، بی‌مانند می‌باشد.

روغن بنفشه سرد و خواب‌آور بوده وجهت جرب وخشکی‌بینی و درمان سرفه وجلوگیری از ریزش مو ونرم کردن پی ومفاصل و نگاهداری ناخن به‌کار می‌رود، نوشیدن سه‌گرم آن بعدازعرق کردن در حمام جهت تنگ‌نفس مفید شناخته شده است. مالیدن روغن بنفشه برسینهٔ اطفال جهت درمان سرفهٔ خشك به‌غایت مفید است، وچون آن‌را برپنبه آغشته و شیاف نمایند، برای رفع بی‌خوابی‌اثری فوق‌العاده دارد. برای تهیهٔ روغن بنفشه ۱۵۰ گرم گل بنفشه را دریك لیتر روغن‌کنجد بخیسانید و پس‌از چند روز صاف‌کرده مجدداً گل بنفشه اضافه‌کنید، واین‌کار راآن‌قدر ادامه دهید تا روغن ازعطر و رنگ‌گل بنفشه اشباع شود. گل‌من دارای لعاب، مقداری اسید سالیسیلیك ویك‌مادهٔ رنگی است‌که دراثر ترشیها قرمزرنگ و در اثر قلیاییها سبزرنگ می‌شود. گل من دارای عطری مخصوص بوده و درتمام اجزاءگیاه من‌یك‌مادهٔ‌قی‌آوروجود داردکه‌مقدارآن در ریشه‌قابل توجه‌است.

دمکردهٔ پنج درهزارگل‌من برای درمان سرماخوردگی، برنشیت‌حاد، دردگلو و نزله ومعالجهٔ بیماریهای‌سینه مفید است. مصرف‌گل من درموارد مخملك ـ سرخجه وسرخك وسایرتبهای دانه‌ای به‌کار می‌رود. شیرهٔ تازهٔ‌گل من علاوه براینکه ملین است، برای معالجهٔ سیاه‌سرفه و زکام اطفال به‌کار می‌رود و شستشو باآن برفك را ازبین می‌برد.

برگ من دارای اثرنرم‌کننده بوده وچون‌آن‌را با روغن مخلوط‌کرده، برپوست بدن بمالند، آن‌رانرم ولطیف‌می‌نماید. برای جلوگیری ازتحریکات

روده‌ای می‌توان ازتنقیهٔ جوشاندهٔ برگ بنفشه استفاده کرد.

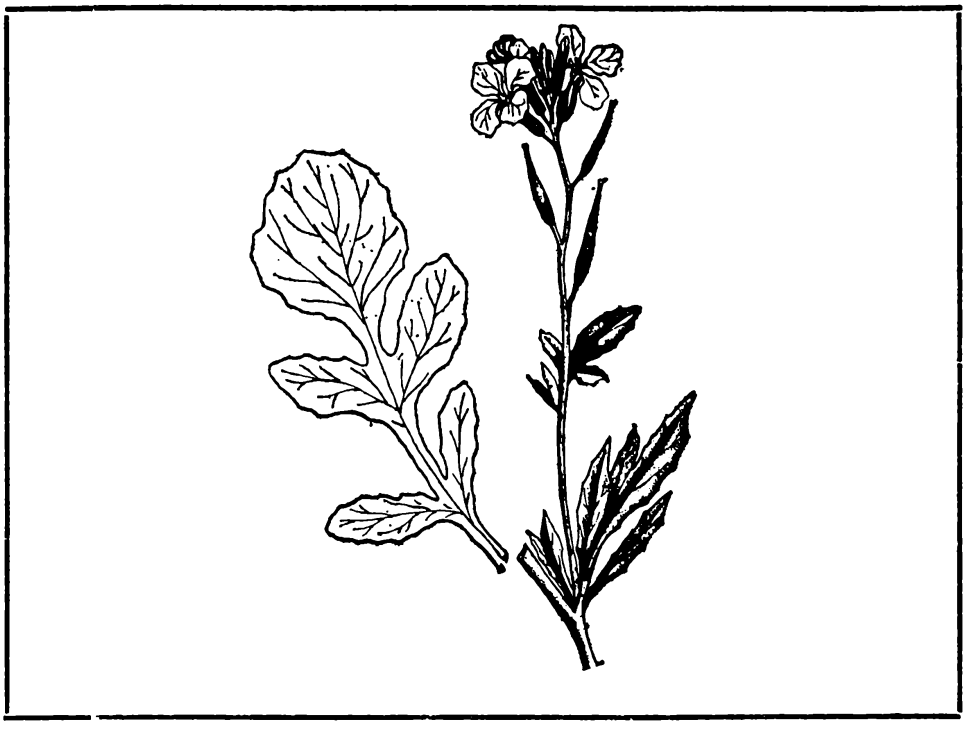
ریشهٔ من دارای اثر قی‌آور است. اثر ریشه و سایرقسمتهای گیاه من در معالجهٔ سرطان قابل توجه بوده و نبایستی آن را از نظر دور داشت، دانه‌های من به‌مقدار ۶تا۱۰ گرم برای اطفال ملین بوده ۱۰ تا۱۵ گرم‌آن در ۱۵۰ گرم آب مسهل است.

بنفشهٔ سه‌رنگ

فارسی من بنفشهٔ سه‌رنگ است، به من بنفشه فرنگی هم مـی‌گویند. من همان‌گیاه زینتی هستم‌که شما آن را در باغچهٔ خانه‌های خود می‌کارید و چون رنگ گلبرگهای‌من بنفش‌کم‌رنگ، سفید وبنفش پررنگ است، به‌من بنفشهٔ سه‌رنگ می‌گویند. اعراب به من «زهرةالثالوت‌البری» گویند. مـن عرق را زیاد می‌کنم وخلط‌آور می‌باشم. من خون را تصفیه می‌کنم وادرار را زیادکرده شکم‌را نرم‌می‌نمایم واگرزیاد ازمن‌مصرف‌کنید، خاصیت‌قی‌آور ومسهلی دارم.

برای رفع جوشهای صورت و تمام امراض کلیوی می‌توانید از مـن استفاده کنید. برای درمان اگزما و جرب بهتر است ۴تابیست‌گرم‌گیاه‌کامل مرا در ۲۵۰ گرم آب خیس کرده، و بگذارید دوازده ساعت خیس بخورد، بعد آن‌را باکمی شیر وقند مخلوط‌کرده، بجوشانید تا مقدار آن یك‌سوم‌شود واین شربت را صبح ناشتامیل نمایید.

گل من به‌صورت دمکرده و یا جوشاندهٔ ۲۰ تا پنجاه درهزار مصرف می‌شود وچنانچه بخواهید ازگیاه‌کامل‌من‌استفاده‌کنید، جوشاندهٔسی تاشصت درهزار به‌کار ببرید. شیرهٔ تازهٔ گیاه مـن به مقدار پنجاه‌گرم درروز تجویز می‌شود، ریشهٔ من قی‌آور بوده، و مقدار خوراك آن دو تا پنج‌گرم در روز است. علاوه برآنکه شما مرا در باغچه می‌کارید، درصفحات شمال ایـران بطور خودرو به‌عمل می‌آیم و انواع وحشی من از نوع پرورش یـافتهٔ من مفیدتر است.



من «منداب» هستم!

فارسی مـن منداب است و در حقیقت نوعی شلغم هستم کـه بیخ من بزرگ نمی‌شود، و مانند ریشهٔ درختان بوده وقابل خوردن نیست. اعراب به‌گیاه من «شلجم‌الزیت» یعنی شلغم‌روغنی می‌گویند. من در غالب مزارع ایران‌مخصوصاً اطراف تهران ـ رستم‌آباد ـ رودبار وشمال ایران می‌رویم، زنبور عسل ازنیک‌نوش‌گیاه من استفاده می‌کند، وعسل‌آن خواص شفابخش بسیار دارد. دانه‌های من دارای سی‌درصد مواد سفیده‌ای و سی‌وپنج تا ۴۵ درصدروغنی است، روغن‌آن‌به‌مصرف سوخت‌ومعالجات دامپزشکی‌می‌رسد، و درمعالجات انسانی به‌علت داشتن بـوی زننده کمتر به‌کاربرده می‌شود[۱].

۱ــ اخیراً نوعی منداب بی‌بو جهت تهیه روغن نباتی درایران‌کاشته وبنام‌کلزا معروف است ــ کلزا نام فرنگی منداب است.

قسمتهای مختلف گیاه مـن به‌علت داشتن ویتامین «ث» زیاد جهت معالجهٔ رقت خون تجویزمی‌شود. دانه‌های گیاه من پیشاب‌آور و نیروبخش است، و اثرآن درتقویت قوای شهوانی غیرقابل انکار است، و برای رفع آب‌آوردن انساج وتقویت معده به‌کار می‌رود. دانه‌های من اثرقرمز کنندهٔ پوست بدن را دارد ومی‌توان‌آن‌را به‌جای خردل به‌کاربرد. دمکردهٔ پانزده درهزار آن قی‌آور است.

تخم و برگ‌گیاه من در همه احـوال ازشلغم قوی‌تر بوده، و مقدار خوراك دانه‌های من سه‌گرم است. روغن دانه‌های من بادشکن وضد امراض جلدی است، چه بخورند و چه بمالند ـ بذرمن رنگ رخساره را بازمی‌کند.

عذبه

اسم من «اسفند» است!

برای رفع جنون مفیدم. بخورمن دندان‌درد را تسکین می‌دهد. برای معتادان وسیلهٔ خوبی جهت ترك اعتیاد هستم. سینه را نرم می‌کنم و برای تصفیهٔ خون مرا تجویز کنید. دودمن حساسیت را ازبین می‌برد. اگر طبق دستور عمل نمایید تنگ نفس را علاج می‌کنم.

فارسی من اسفند است، به‌من اسپند وسپند هم می‌گویند. عربی من «حرمل» می‌باشد. من‌همان دانه‌های سیاه هستم‌که درخنچهٔ عقد می‌نشینم و برای رفع چشم زخم‌مرا درآتش می‌ریزند تا چشم حسود را ترکانده باشند. من درتمام زمینهای بایروحاشیهٔ‌کویر ایران ـ راه‌تهران، ساوه ـ راه تهران، قم ـ راه اصفهان و کاشان ـ جادهٔ قزوین ـ رستم‌آباد ـ رودبار ـ اطراف‌کرج ـ ازنا ـ بوشهر ـ تفرش و نواحی دیگر می‌رویم. دانه‌های من خواب‌آور ـ معرق ـ ضدکرم وقاعده‌آوراست. من نرم کنندهٔ سینه وریه، بادشکن امعاء، زیادکنندهٔ شیر وادرار بوده، مسهل سودا و بلغم و ضدکرم کدو می‌باشم. خوردن دانه‌های من جهت صرع (هیستری) ـ فلج ـ جنون وسایر امراض

دماغی و عصبی مفید می‌باشد. برای رفع‌استسقا-سیاتیك سود دارم، خوردن خیساندهٔ دانه‌های‌من جهت تحلیل مواد سوداوی وتصفیهٔ خون و نرم‌داشتن سینه‌نافع است، چون ۳۷ گرم دانهٔ‌مرا باچهاربرابر آب بجوشانند وبعدصاف کنند و باصدگرم عسل و هفتادگرم روغن‌کنجد مخلوط‌کرده، به‌تدریج‌یك‌ماه بخورند، برای تنگ‌نفس مفیداست‌وسرفهٔ خشك و رطوبی را درمان‌می‌کند. چون یك‌مقدار مرا در سی‌برابر آب انگور ریخته بجوشانند تایك چهارم‌شود، وسی‌روز، روزی ۱۰ گرم آن‌را بنوشند، جهت هیستری اثرغیر قابل انکار دارد، و چون سه‌روزمتوالی زنی‌که سابقهٔ آبستن شدن داشته و بعد نشده است، ازاین‌مایع بنوشد، دوباره ممکن است آبستن شود. چنانکه مبتلایان به‌سیاتیك پانزده روزمتوالی روزی یك مثقال‌ونیم‌کوفتهٔ مرا تناول نمایند، روبه‌بهبودی خواهند رفت، دانه‌های من همراه با تخم‌کتان وعسل جهت تنگ نفس تجویز شده است، معتادان به‌تریاك ومواد مخدر می‌توانند دانه‌های مرابوداده وبعدکوبیده باعسل مخلوط‌کرده میل نمایند تارفع‌اعتیاد آنها شود. دود من ضد حساسیت است، به‌این جهت برای رفع چشم‌زخم‌که نوعی حساسیت به‌اشخاص می‌باشد، اثری نیکو دارد. بخور من برای تسکین‌درد دندان‌توصیه‌شده‌است، مقدارخوراك من‌یك‌مثقال تادومثقال‌است، وزیاده‌برآن‌سمی‌است. برای‌جلوگیری ازاحتلام، داروئی مفیدترازمن‌نیست.

زیرهٔ دشتی

گیاه من شبیه به‌اسفند و دانه‌های من شبیه زیره است، به‌این جهت درفارسی به‌من زیرهٔ دشتی یاکمون دشتی‌گویند، عربی من عذبه است.

من دراطراف تهران وشمال ایران، مخصوصاً گیلان و آذربایجان و همچنین اطراف اصفهان واستانهای خراسان وبلوچستان بطورخودرو به‌عمل می‌آیم، هندیها به‌من‌کالی‌زیری‌گویند و درکتب قدیم به‌این نام آمده‌ام.

دانه‌های من دارای اثرمسهلی بوده، وضدکرم‌است. خوردن من‌جهت دفع بلغم واقسام کرم معده وروده وکرم‌کدو مفید است، ضماد دانه‌های من جهت تسکین درد ورمهای سخت مفید می‌باشد، ضماد شاخ و برگ من نیز همین خاصیت را دارد، وچون دانه‌های من‌اثرسمی دارند، درمعالجهٔ انسانی کمتراز آن استفاده می‌شود، وبرعکس در دامپزشکی زیاد تجویز می‌گردد.

خارخاسك

من نیزاز خانوادهٔ اسفند بوده ، نام خارخاسك ـ خارسك ـ سه‌کومك

و شکـرفنج معروف می‌باشم، عـربی من حسك و « خرس‌العجوز » است . گیاه من بیابانی است و مانند بـوتـهٔ هنداونه در روی زمین می‌خـوابد و دارای خارهای سه‌پهلو است. من‌در اطراف قم ـ شمال ایران ـ بندرپهلوی و خوی می‌رویم. در اطراف شیراز به من خارسوهوك و دراطراف اصفهان هرواد گویند.

جوشاندهٔ من‌پیشاب‌آور قوی است، مخصوصاً وقتی‌آن را بادم‌گیلاس وکاکل ذرت مخلوط‌کرده باشند، برای داءالفیل (چاقی زیاد) و درد مثانه و سنگ‌کلیه و مثانه تجویز می‌شوم.

خیساندهٔ تیغ من درشراب پادزهر سموم‌گیاهی وغذایی است. عصارهٔ برگ وریشه ومیوهٔ من جهت زخم‌مجاری‌ادرار مخصوصاً سوزاك مفیداست.

عصارهٔ‌گیاه من جهت تقویت باءو سختی ادرار وقولنج‌کلیوی توصیه شده است. پاشیدن آب جوشاندهٔ گیاه من حشرات، مخصوصاً کك را از بین می‌برد. مضمضهٔ عصارهٔ من باعسل جهت جوش دهان و درد لثه و ورم‌گلو نافع است. چنانچه نخود را در آب جوشاندهٔ من پرورده نمایند در تقویت شهوت دارویی بی نظیر است. مقدار خوراك من نیم سیر است. تخم گیاه من به حسك‌دانه معروف است و چنانچه آن را سه مرتبه با شیربجوشانند تا خشك شود، جهت تقویت شهوت مفید می‌باشد ـ تخم‌گیاه من درهمهٔ افعال شبیه به عصاره وگیاه من بـوده، و مقدار خـوراك آن هفت مثقال است و چون آب گیاه مراگرفته، با روغن کنجد بجوشانند روغنی به دست می‌آید که خوردن و مالیدن آن جهت درد مفاصل و نیکو کردن رنگ رخسار و دردکمر و سختی ادرار نافع است.

برگ گیاه من وشبنم و گرد سفیدی که بر روی آن می‌نشیند، ترش بوده و در بعضی از شهرهای ایران مخصوصاً یزد آن را گرفته و بـه نام گردنخود چاشنی غذا می‌نمایند و برای آن خـواص زیاد قائلند. خوردن آن برای مبتلایان به سنگ‌کلیه و مثانه نافع است.

زبان پس قفا

فارسی من گل زبان پس قفاست. به من زبان در قفا وگل هزار رنگ هم‌می‌گویند. عربی من «رجل‌القبره» است. درقاعدهٔ‌گل من مقداری انگبین وجود دارد که حشرات را به‌سوی خود جلب می‌کند. من یك گیاه خودرو هستم که به‌علت زیبایی‌که دارم‌مرا به‌عنوان یك‌گل‌زینتی درباغچه‌هامی‌کارند.

برگ وگل من ضد کرم و پیشاب‌آور بـوده، اشتها را باز می‌نماید.

دمکردهٔ رقیق برگ و گل من ضد نقرس ودرمان سنگ کلیه است. دانه‌های من سمی است، گردکوبیده و جوشاندهٔآن ازخارج معالج کچلی وضد شپش است، وچنانکه گل وگیاه مرا پخته و بطور ضماد زیر شکم بگذارند، ادرار را باز می‌نماید. استعمال دانه‌های من به‌علت سمی بودن از راه داخل جایز نیست.

مویزك

فارسی‌من مویزك ومعرب‌آن مویزج‌است. اعراب به‌من زبیب‌الجبل، یعنی کشمش کوهی گویند و دربعضی ازکتب زبیب‌بری ذکر شده است. من ازاقوام نزدیك زبان پس قفاهستم. کولیها معمولاً گردکوبیدهٔ دانه‌های مرا به‌عنوان دوای ضدشپش به‌عوام می‌فروشند، ولی چـون بارها استعمال آن ایجاد تحریکات درپوست سرشده‌است، نبایستی آن‌را به‌کار برد. دانه‌های‌من ضدعفونی‌کننده ومسقط جنین‌است‌وبه‌کاربردن‌آن بدون تجویزپزشك‌خطرناك میباشد. چون یك‌دانهٔ‌مرا درپنبه پیچیده‌کمی ترکرده آن‌را بکوبند تا شکسته شده، وبعد در سوراخ دندان‌کرم‌خورده بگذارند، درد آن‌را ساکت می‌کند.

اسم من «باقلا» است!

در خون‌سازی بی‌همتا هستم. سینه وریه را پاك کرده وآنها را تقویت می‌کنم. برای مبتلایان به‌زخم‌معده غذای خوبی هستم. دربرگ و پوست من خواصی است کـه کمترکسی ازآنها اطلاع دارد. گل مـن درمان‌کنندهٔ رماتیسم است...

اسم من‌باقلا است، ولی‌درتهران بیشتر به‌من‌باقلی می‌گویند واعراب نیز باقلی خطاب‌می‌کنند. من‌یکی ازحبوبات قدیمی وتاریخی هستم وساکنان اطراف رودخانهٔ نیل ازعهد باستان مرا شناخته وکشت‌کرده‌اند. من غذای خاص حضرت عیسی بودم، آن‌حضرت مرا خام می‌خوردند، در ایـران نیز گیلانیها مرا نپخته می‌خورند. من سرشار از ویتامینهای آ. ب و ث هستم واملاح‌مفیدی‌ازآهن،آهك وفسفردارم‌وبه‌همین‌جهت دردستهٔ‌غذاهای‌خونساز بوده، ومغزقلم استخوانهارا تقویت می‌کنم. من‌دراثرخشك شدن‌مقداری از ویتامین ث خودرا ازدست می‌دهم،ولی‌درعوض‌قدرت غذایی‌من بالا می‌رود ونفخ من‌کم‌میگردد ـ مواد نشاسته‌ای من‌ازسایرحبوبات‌کمتراست، ودرعوض

مواد سفیده‌ای بیشتر دارم و روی این اصل قدرت زندگی من زیاد بوده، اشخاص لاغر را تقویت می‌کنم، ولی جزو غذاهای چاق کننده نیستم. من ازحبوبات خنك محسوب می‌شوم وپیشاب را زیاد می‌کنم، غرایز جنسی را نیرو می‌دهم، زودهضم بوده وبه‌سرعت ازمعده می‌گذرم وبا خودخوراکیها دیگر را از معده خارج می‌کنم، سینه وریه را پاك کرده وتقویت می‌نمایم، سرفهٔ خشك را درمان می‌کنم. من برای مبتلایان بـه‌زخم معده و اسهال، غذای خوبی هستم و چون مرا باپوست درآب و سرکه بپزند و با پـوست بخورند، برای اسهال مفید می‌باشم و بدون سرکه برای کلیت مـرا تجویز می‌کنند. هرگزآب پختهٔ مرا دور نریزید، زیرا گلو رانرم می‌کنم وازتولید سنگ جلوگیری می‌نمایم و گرفتگیهای معده را باز می‌کنم، ضمادآرد من با آرد جو درمحل ضرب‌خوردگی و ورم پستان نافع است، مخصوصاً اگر این ورم دراثرانعقاد شیر باشد. لپهٔ مرا کـوبیده با سرکه وکمی نعناع و عسل مخلوط کنید و به‌روی دمل بگذارید تا سربازکرده و ازبین برود. ضماد من با پیه‌خوك جهت نقرس مفید است.

سابقاًکه زالوانداختن معمول بود، معمولاً دانهٔ تازهٔ مرا دولپه‌کرده و طرف داخلی‌آن‌را روی محل نیش زالو می‌چسبانیدند تا خون بندآید. این دستور برای بندآمدن بریدگیهای‌کوچك هم مفید است.

ضماد آرد من باسفیدهٔ تخم‌مرغ وگل برروی حدقهٔ چشم کـه برآمده باشد، سودمند است. سرمهٔآرد من در چشم جهت جلوگیری از برگشت مو تجویز شده است. ضمادآردمن باعسل جهت سرخی وکلفتی پلك چشم نافـع است، ضمادکوبیدهٔ پوست داخلی من جهت پاك شدن لکه‌های سیاه تـوصیه شده است، ضماد برگ غلاف سبزخارجی من جهت معالجهٔ سوختگی بـه‌کار می‌رود. گل من نیز پیشاب‌آور بوده وجوشاندهٔ سی تاشصت درهزارآن‌برای درمان رماتیسم و عرق‌النساء (سیاتیك) مفید می‌باشد.

اگر انگشت شما گوشه‌کرد ناراحت نباشید، مقداری از برگهای مرا گرفته بجوشانید وانگشت خودرا درآب گرم آن فرو برید، به‌زودی خوب خواهد شد. اگرگل مرا در هاون قلعی بسایید، و درآفتاب بگذارید خضاب نیکویی به‌دست خواهید آورد، بانوانی که صورتشان ریش درآورده است، می‌توانند موها را با موچین‌کنده و درجای‌آنها چندروز متوالی از خمیرآرد من بچسبانند تا آن موها دیگر رشد ننماید. زیاده‌روی درخوردن من خوب نیست، زیرا باعث نفخ وثقل شده، وذهن راکند می‌نماید، ولی اگرهمراه‌آن آب مطبوخ من خورده شود، چنین عوارضی پیش نخواهد آمد.

بیماری فاویسم

بعضیها نسبت به‌محصول تازهٔ من حساسیت داشته، مبتلا بـه مرض فاویسم می‌شوند، علامت این بیماری زرد شدن رنگ پوست بدن و احساس خستگی وسستی‌دراعصاب، پیداشدن خون در ادرار،سردرد واستفراغ‌است. دراین عارضه خون‌کم می‌شود ودرمان آن تزریق خون و سرمهای غذایی است. این عارضه فقط مخصوص یك‌نوع من می‌باشد که معروف به‌نـوع مازندرانی است وبیشتر دراطراف مزارع باقلا دیده می‌شود.

باین بیماری درگیلان باقلازاله می‌گویند ویک بیماری دیگر نیز در گیلان وجود دارد بنام غلی‌زاله که از خوردن آلوچه‌ی‌کال بوجودمی‌آید وشباهت زیادی به‌فاویسم داردوچون‌این دومرض دریک فصل‌ظاهرمی‌شوند پزشگان فرقی بین آنهاقائل نبوده همه‌ی بیماران را مبتلا به‌فاویسم تصور میکنند. دارو سازان سنتی‌ایران این مرض‌راشناخته‌وچنین نوشته‌اند: عده‌ای باخوردن باقلای تازه دچار نفخ و اختلاج (بریدن عضلات) ثقل دماغ و فساد خون ودیدن خوابهای پریشان وابتلابخارش می‌شوند.

بهترین راه برای‌عدم ابتلا باین بیماری دولپه‌کردن باقلا و جوشاندن آن درآب و دور ریختن آب آن است وهمچنین پختن‌آن در روغن وافزودن ادویه مانندآویشن ـ فلفل ـ دارچین ـ میخك وازهمه مهمترگلپراست.ضمناً باقلای خشك این اثررا ندارد. اهالی محل با خوردن دوشاب بیماران را معالجه میکنند.

من «بادرنجبویه» هستم!

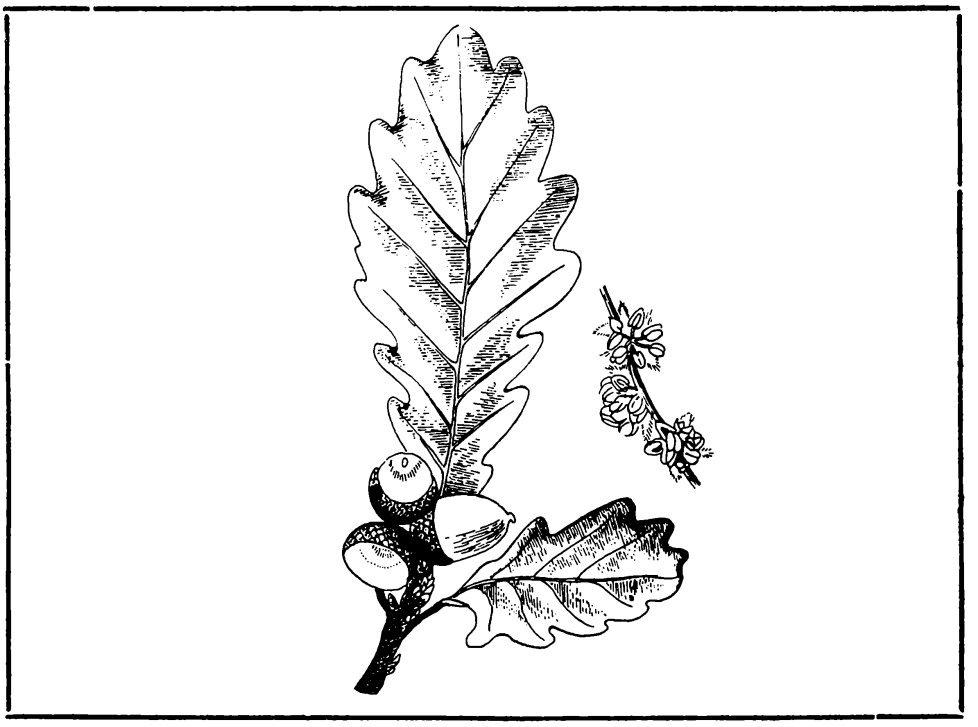
فارسی من بادرنگبویه است ولی اعراب آن‌را معرب کرده و بادرنجبویه می‌گویند. دسته‌ای از تازیان به مـن «مفرح‌القلب» گویند. در آذربایجان شرقی وغربی مرا درباغات ومنازل می‌کارند، و اخیراً آذربایجانیها مرا به تهران آورده و درمنازل وباغات شمیران کاشته‌اند. برگهاو گل من خوشبو وبوی‌آن شبیه لیمواست وبه‌همین علت عده‌ای مرا نوع شاه‌اسپرم (ریحان) می‌دانند، من دونوع دارم یکی کوچك و دیگری بزرگ که هردو در ایران می‌روییم، فرنگیها به‌یك‌نوع من «ملیس ملداوی» وبه‌نوع دیگرم «ملیس‌طبی» می‌گویند ودربعضی‌ازشهرهای ایران‌به‌نوع کوچك‌من‌که مانند سبزی‌خوردن خوراکی است ومعمولاً باغذا می‌خورند ترنجان می‌گویند، گربه گیاه مرا مـانند سنبل‌الطیب دوست دارد. عـده‌ای گیاه مرا با «بالنگو» که شباهت

زیادی به‌ریحان دارد اشتباه می‌کنند. من مقوی قلب و مغز بوده، به‌همین جهت دربیماریهای حمله ـ غش ـ بی‌خوابی ـ پریشانحالی ـ صداکردن گوش و مالیخولیا تجویزشده واثرمفید دارم. ازسکته‌های مغزی وقلبی تااندازه‌ای جلوگیری می‌کنم. سکسکه وامراض سوداوی را درمان می‌کنم، و بوکردن من نشاط‌آوربوده دماغ را بازمی‌کند. من برای معده مفید بوده، آن‌راتقویت می‌کنم. ازدل‌پیچه واسهال جلوگیری‌می‌نمایم، جویدن برگ من‌جهت ازالهٔ بدبویی دهان بسیار مؤثر است. مضمضهٔ جوشاندهٔ برگ من جهت معالجهٔ پیوره وفساد دندان نافع است.

استشمام‌آب جوشاندهٔ من جهت تنگی نفس و بیماری‌آسم وتسکین‌درد مفاصل‌مفید می‌باشد. بوییدن برگ من جهت‌ضدعفونی‌کردن مجاری‌تنفسی ونشستن درآب جوشاندهٔ آن جهت بازشدن عادت ماهانهٔ بانوان تجویزشده است: مقدار خوراك برگ من تا سی‌وپنج گرم است. تخم‌گیاه من در عمل ضعیف‌تر ازبرگ من بوده، ومقدارخوراك آن‌یك‌مثقال است. ومعمولاً برای درمان‌قشغریره (وقتی موی‌بدن دراثرترس‌راست شود ولرزه براندام‌مستولی گردد) تجویز می‌شود. آب مقطر مرا درتبریزگرفته، جهت تقویت قلب و معده می‌نوشند.

من «فرنجمشك» هستم!

اسم من فرنجمشك است. به من برنجمشك ـ حبق الكرمانی ـ حبق الصعتری ـ حبق قرنفلی و پلنگمشك هم می گویند. برگ من معطر و بوی آن شبیه لیمو است، این بو در برگهای من قبل از گل دادن زیادتر است، درصنعت ازمن یك نوع اسانس می گیرند که شبیه اسانس لیمو است. من در بیشتر نقاط ایران مخصوصاً شمال تهران پس قلعه و آذربایجان می رویم. خواص من نظیر بادرنجبویه می باشد و بعلاوه در رفع سرگیجه وجلوگیری از قی کردن زنان باردار به کار می رود ودر عطرسازی ازمن استفاده شده و راهبان مرا داخل مشروبات خود می کنند. اگر برگ تازهٔ مرا به صورت کوبیده روی محل نیش زنبور بگذارند دردآن را تسکین می دهم.



اسم من «بلوط» است!

جالینوس حکیم، برای بـریدن تب از مـن استفاده می‌کرد. میوهٔ من ضد اسهال است. برگ مرا برای التیام جراحات بکار برید. ازمیوه‌ام برای اطفالی که در رختخواب ادرار می‌کنند استفاده کرده و نتیجه بگیرید. استعداد چاقی را درافراد ضعیف‌المزاج‌زیاد می‌کنم... و صدها خاصیت دیگر که در برگ، ریشه و پوست من نهفته است.

فارسی من بالوت ومعرب آن بلوط است، در مازندران به‌درخت من دارمازی، درکردستان به‌نوع دیگری از درخت من پرو، در لرستان به‌نوع دیگرآن «برارمازو» گویند. من دارای انواع و اقسام می‌باشم‌ولی درایران ۹نوع من می‌روید که یك‌نوع آن شاه بلوط وهشت نوع دیگر بلوط است.

شاه بلوط دارای‌میوه‌ای درشت‌وروغن‌دار بوده، و بسیار مغذی‌است، ولی خواص دارویی آن از انواع بلوط‌کمتر است. در هندوستان نیز نوعی شاه‌بلوط می‌رویدکه میوهٔ آن درشت‌تر بوده و در اروپا به‌نام مارون خوانده

می‌شود. در کتابهای قدیم شاه‌بلوط را قسطل ـ قسطانیه ـ کستانه اغاجی‌ـ طراس وبلوط‌الملك خوانده‌اند.

قسمت مورد استفادهٔ من پوست ـ برگ ـ ریشه و برجستگیهایی‌که در اثر گزش‌حشرات روی انواع من روییده وبه‌مازو معروف است می‌باشد. ریشه‌های باریکی کـه در روی میوهٔ من است و همچنین پوست نازك روی میوهٔ من‌که بـه جفت معروف است مصارف طبی وصنعتی دارد، به عقیدهٔ جالینوس برای بریدن تب دارویی‌بهتر ازپوست درخت من نیست.

قسمتهای مختلف‌گیاه من‌علاوه برداشتن چندین‌نوع ویتامین وعوامل دارویی، دارای مقدار زیادی جوهر مازوست. جوهرمازو که به زبان علمی «تانن» نامیده می‌شود وعده‌ای فارسی آن‌را «جفت»گذاشته‌اند دارای طعمی گس است وپوست بعضی ازمیوه‌ها وگیاهان وهمچنین نارس بعضی ازمیوه‌ها مثل خرمالوـ انارـ سیب ـ به و غیره‌که دارای طعمی‌گس می‌باشند، دارای تانن هستند.

جوهر مازو یکی از عوامل مهم غذایی است‌که هضم مواد سفیده‌ای را آسان‌کرده وبدن انسان برای نوسازی وترمیم ضایعات بوجودآن احتیاج دارد. جوهر مازوآب دهان وسایر رطوبات بدن را جمع می‌کند، اسهال را بندمی‌آورد، اسهال خونی‌را معالجه‌می‌کند وازخونریزی جلوگیری‌می‌نماید. برای درمان آنژین ـ ورم لوزه ـ گرفتگی صدا ـ زرد زخم و انواع جرب دارویی بسیار مفید است.

برگهای مرا درتابستان ومیوهٔ مرا درپاییز می‌چینند و پوست مـرا از ساقه‌های جوان گرفته و درهوای‌آزاد خشك می‌کنند. میوهٔ من‌کمی دیرهضم است، ولی چون هضم‌شود غذاییت بسیار داشته وجلو اسهال را می‌گیرد، و ازخونریزی سینه و معده جلوگیری می‌نماید، جهت خفقان و قی که در اثر سنگینی معده باشد مفید است، برای دل‌پیچه و زخم معده و روده نافع‌است، قطره قطره‌آمدن ادرار را معالجه می‌کند. ضمادآن باپیه‌خوك که به‌آن نمك زده بـاشند، جهت ورم حـالب ورمهای سخت و آبـدار سودمند است، سوختهٔ آن برای معالجات جلدی ـ جوشهای صورت و زخمهای چرکی و آبدار (زردزخم) مفیدمی‌باشد. حمول‌آن جهت بندآوردن ترشحات رحم‌نافع است، وچون میوهٔ مرا با هم‌وزن آن‌کندرو روغن زیتون سرشته وبه‌اطفالی که در رختخواب ادرار می‌کنند چندروز متوالی بخورانند، معالجه خواهند شد وهمین‌مخلوط برای‌کسانی‌که ادرارشان تیره‌وسنگ‌داراست مفیدمی‌باشد. مقدار خوراك میوهٔ من تا پانزده مثقال است. ریشه‌های بـاریك روی پیالـهٔ

میوهٔ من درقطع سیلان ترشحات رحم‌منافع زیاد دارد. برگ درخت من‌جهت التیام جراحات تازه سودمند می‌باشد. خاکستر چوب من بهترین گرد دندان بوده، واین خاکسترجهت درمان زخمهای خوره‌ای مفید است، آبی که‌هنگام سوختن چوب بلوط به دست می‌آید، بهترین خضاب جهت ابرو می‌باشد. پوست درخت من به علت داشتن جوهرمازومنافع دارویی زیادی دارد، ولی به علت داشتن بوی‌نامطبوع بطورخوراکی کمتر ازآن استفاده می‌شود وچون دارای‌اثرضد عفونی کننده می‌باشد، بیشتربرای پانسمان زخمهابه‌کارمی‌رود. شستشوبا جوشانده یا دمکردهٔ ۳۰درهزارآن جهت ازبین بردن ترشحات بی‌رنگ زنانه وجلوگیری ازخونریزی بواسیر تجویزشده است.

ازپوست ساقه‌های جوان من‌جهت مصارف دارویی وپوست ساقه‌های کهنه ومسن‌آن دردباغی‌وچرم سازی‌استفاده می‌شود. چوب درخت من‌محکم بوده وجهت ساختن قایق وکشتی به‌کارمی‌رود، ودرنجاری و منبت‌کاری از آن استفادهٔ زیاد می‌شود.

شاه بلوط: میوهٔ من غذاییت بسیار دارد و برای چاق شدن اشخاص ضعیف‌المزاج یك غذای مناسب می‌باشد. پوست و چوب درخت من قابض بوده، جوشاندهٔآن برای‌معالجهٔاسهال‌خونی به‌صورت تنقیه تجویزشده‌است. دمکردهٔ پنجاه درهزاربرگ من به مقدارسه فنجان درروزجهت سرفه، ونزله تجویزمی‌شود.

میوهٔ من دارای ۲/۵ درصد روغن قابل استخراج مواد غذایی است. جفت یعنی پوست‌نازکی که درروی مغزمن است، دارای تانن فراوان بوده و خواص‌آن را دارد.

سایر محصولاتی که از درخت بلوط به‌دست می‌آید

علاوه برمنافع زیادی‌که‌پوست ـ برگ‌ـ ریشه وساقه‌ومیوه وجفت‌آن دارد، ازدرخت بلوط محصولات دیگری نیز به دست می‌آیدکه مهمترین‌آنها گزعلفی قرمزدانه و مازوست. گز علفی خود را قبلا معرفی کرده، و در اینجا قرمزدانه را هم به شما معرفی می‌کنیم.

قرمزدانه

قرمزدانه‌که به‌آن«قرمز» هم‌می‌گویندحشره‌ای است‌که‌درروی بعضی ازانواع بلوط زندگی می‌کند و به‌ندرت در روی‌سرو وکاج‌هم دیده می‌شود و به این حشره در زبان فارسی کرم رنگریزان و به عربی «دودالصباغین»

نامند. برای به دست آوردن آن ابتدا حشرات را ازروی درخت جمع‌کرده، با بخارآب می‌کشند. پس‌ازکشتن حشره‌آن را خشك می‌کنندو برای رنگرزی آن راکوبیده، و درآبی‌که دارای ترشی باشد می‌جوشانند تا رنگ قرمز آن حل‌شود، بهترین رنگ قرمز برای ابریشم ونقاشی ونویسندگی است واگر به جای ترشی درآب یك مادهٔ قلیایی‌اضافه‌کنند، رنگ بنفش به دست‌می‌آید. در درمان‌سنتی ایران خوردن‌آن رایك هفته، روزی سه‌گرم جهت بندآوردن خون قاعدگی واخراج جنین مرده مفید می‌دانستند وخوردن‌آن را با سرکه یکی از راه‌های جلوگیری ازآبستنی معرفی‌کرده‌اند. ضمادآن با عسل جهت التیام جراحات و شستشوی سربا آب جوشاندهٔ آن جهت زیبایی و درازشدن مو وکشتن شپش ورشك مفید می‌باشد.

من «مازو» هستم!

داروی خوبی، برای تراخم هستم. جوشهای جلدی را بامن‌درمان‌کنید. برای تقویت دندان ولثه‌هاعامل مؤثری هستم. با شرایطی، از ریزش مـو جلوگیری می‌کنم. خون‌دماغ را بند می‌آورم. ازجوشاندهٔمن برای دفع سموم استفاده‌کنید...

فارسی من گلگاو است، در لرستان به‌من برارمازی و اعـراب به‌من محفص‌گویند، و در کتابهای مختلف به‌من قلقات ـ کلوان ـ زشگته‌گـره ـ خرنوك یا سه‌حك گفته‌اند. من جسمی‌کروی به‌قطر ۱۰ تا ۱۲میلیمتربوده، و دارای برجستگیهای متعدد می‌باشم. مـن در اثرگـزش حشرهٔ مخصوصی برروی جوانه‌های درخت (بلوط مازو) ظاهر می‌شوم، این حشره به‌صورت پروانه‌ای است‌که ازبرگ وساقـهٔ درخت بلوط تغذیه می‌کند و بعد درخت را نیش زده، وحفره‌ای ایجاد ودرآن تخم‌ریزی می‌کند ودرنتیجه شیرهٔدرخت بلوط جمع شده، و درآنجا یك برجستگی به‌وجود می‌آید. تخم حشره از آن شیرهٔ گیاهی استفاده‌کرده‌کم‌کم رشد می‌کند و پس‌از بلوغ‌آن‌را سوراخ‌کرده،

وبه‌صورت پروانه خارج می‌شود. نوع سوراخ‌کردهٔ مـن مرغوب نیست و بایستی قبل‌ازبلوغ حشره‌که معمولا بعدازتیرماه است، آن‌را چیده ونگذارند حشره‌آن را سوراخ‌کرده وخارج شود. به‌این جهت درپایان تیرماه مراچیده خشك می‌نمایند وبه‌این ترتیب حشره دراثر نرسیدن شیرهٔ غذایی می‌میرد. نوع سوراخ نشدهٔ من به‌رنگ سبز زیتونی یا سیاه است، و سنگین می‌باشد. ولی نوع سوراخ شدهٔ‌آن‌قهوه‌ای‌رنگ و گاهی سفید وبسیار سبك است. طعم نوع سبزرنگ مرغوب من‌گس و گاهی‌کمی ترش است، بسیار قابض بـوده، جوشاندهٔ‌آن‌به‌صورت تنقیه برای‌معالجهٔ اسهال‌واسهال خونی تجویزمی‌شود. ازمن‌کمتردر مصارف داخلی استفاده می‌کنند، وتنها برای درمان مسمومیتها ازجوشاندهٔ من به‌مسموم می‌خورانند. در صنعت برای دباغی وچرمسازی‌از من زیاد بهره‌برداری می‌شود ونسخهٔ ساختن مرکب سیاه کـه مورد استفادهٔ خوشنویسان ایرانی است، دراین‌شعر جمع شده‌است.

هم‌وزن دوده صمغ است، هم‌وزن هردومازو
هم‌وزن هـرسه‌آب است، آنگـاه زور بـازو

گردکوبیدهٔ من عرق‌راخشك می‌کندوازبوی بدآن جلوگیری می‌کند. شستشو باجوشاندهٔ‌آن ترشحات رحم واورام نشستنگاه و بواسیر را معالجه می‌کند و باسرکه، جهت جوشهای جلدی و بادسرخ وبرآمدن ناف اطفال‌به کارمی‌رود. سوختهٔ‌آن جهت جلوگیری‌ازسیلان خون ومالیدن‌آن به‌دندان‌و مضمضه باجوشاندهٔ‌آن جهت جوشهای دهان وتقویت لثه ومحکمی دندان و جلوگیری ازکرم‌خوردن آن تجویز می‌شود. سرمهٔ‌کوبیدهٔ من جهت‌آبریزش چشم وسلاق (تراخم) نافع است. شستشوی موی سربا آب جوشاندهٔ مـن، جهت تقویت مو وسیاه‌شدن‌آن سودمند می‌باشد. برای‌بندآوردن خون‌دماغ آب جوشاندهٔ مرا دربینی بکشید. مقدارخوراك من دراستعمال داخلی تادو گرم ودر استعمال‌خارجی به‌صورت جوشانده بیست درهزارو پودر ده‌درصد، وبه‌صورت ضماد، ده‌درصد می‌باشد.

اسم من «ثعلب» است!

برای تجدید قوای ازدست رفتهٔ خود، ازمن استفاده کنید. آرد من خـونساز ومقوی اعصاب است. تشنج بدن را رفع می‌کنم، اگرآرد مرا طبق دستور به‌کار بریداز ریزش موی سرتان جلوگیری می‌کند. به‌زنان نازا،استفاده مرا توصیه‌کنید. اگرازناراحتی سینه‌رنج می‌برید، من شفابخش آن هستم.

فارسی من‌سه‌برگ است. اعراب به‌من«خصی‌الثعلب» یعنی‌بیضهٔ روباه گویند و این روزها درایران به‌من ثعلب خطاب می‌کنند، و فرنگیهاهم اسم مرا سالپ‌گذاشته‌اند. وجه تسمیهٔ من به «خصی‌الثعلب» برای آن است که بیخ‌من دارای دوغدهٔ به‌هم پیوسته، یکی توخالی مربوط به‌گیاهی‌که روییده و دیگری توپرمربوط به‌گیاهی که بعداً خواهد روید می‌بـاشد. گلهای من خوشه‌ای قشنگ‌به‌رنگ صورتی یا سفیدباخطوط ونقطه‌های بنفش‌یاارغوانی است. غدهٔ توپـر من دارای نشاسته ـ قند و مقدار زیـادی لعاب است که

خوراکی می‌باشد. ازغده‌های زیرزمینی من‌آردی تهیه می‌کنند که دربستنی‌سازی وشیرینی‌سازی مصرف‌می‌شود.

تاکنون بیست‌وپنج نوع‌ازگیاه من شناخته‌شده‌که ده‌گونهٔ‌آن درایران می‌روید. گونه‌های مختلف من درآذربایجان ـ کردستان ـ لرستان ـ خراسان سواحل دریای مازندران ونواحی البرز فراوان بوده وبطور خودرو به‌عمل می‌آید. به‌عنوان یك‌گل زینتی نیز می‌توان انواع مرا در باغچه‌ها پرورش داد. برای تهیهٔ آرد ثعلب‌کافی است‌که غده‌های زیرزمینی مرا شسته‌و بعد درآب‌جوش بخیسانند تا ورم نماید، بعد خشك‌کرده وآسیا نمایند. آرد من علاوه براینکه درمداوا وتغذیه به‌کار می‌رود، همه‌ساله مقدار زیادی از آن صادر می‌شود و کارخانجات غذاسازی و داروسازی خریدارآن می‌باشند.

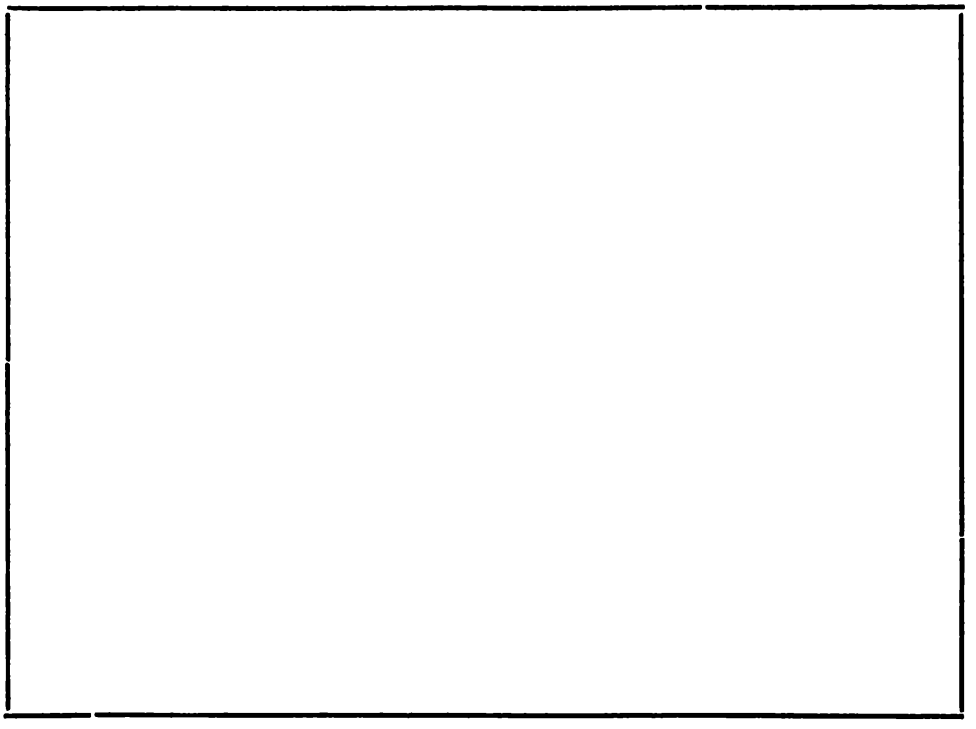
آرد من‌برای رفع خستگی، تجدیدقوا وتقویت شهوت‌منافع زیاددارد، آردمن نرم‌کنندهٔ سینه وخلط‌آور بوده و برای این‌کار جوشاندهٔ یك‌درصدآن مصرف می‌شود.

آرد من خونساز بوده ومقوی‌اعصاب است. برای درمان‌کزاز،تشنج، لقوه وفلج تجویز شده است. مالیدن‌آن برسرمقوی مو بوده و از ریزش آن جلوگیری می‌کند. مقدار خوراك‌آن تادومثقال‌بوده و زیاده‌روی درخوردن آن برای شکم خوب نیست.

پزشکان سنتی ایران عقیده داشتندکه چنانچه زنان نازا برگ ثعلب‌را با زعفران وکمی مشك ساییده، قبل از آمیزش حمول نمایند ممکن است آبستن شوند.

وانیل

وانیل‌که پودرآن درشیرینی‌سازی جهت معطرکردن شیرینی به‌کار می‌رود، ازخانوادهٔ ثعلب بوده‌که متأسفانه در ایران نمی‌روید. پودر وانیل (وانیلین) علاوه‌برآنکه درقنادیها مصرف می‌شود،درساختن لیکورهای‌معطر نیز قابل استفاده بوده، نیروبخش وضدعفونی‌کننده می‌باشد، برای تقویت شهوت وضد تشنج تجویزشده است.



من «نانخواه» هستم!

فارسی من نانخواه است، به‌من نانخا- نانخه و زینان هم می‌گویند. عربی من طالب‌الخبزاست.

من بذرگیاهی هستم که به‌آن زیرهٔ حبشی وانیسون‌بری می‌گویند، و درمشرق ایران وبلوچستان می‌رویم، در هند و مصر هم مرا می‌کارند. بذر من کوچك بیضی‌شکل قهوه‌ای مایل به‌زرد است، و بوی آن معطر بوده، شبیه تیمول است، مقدار اسانس نوع ایرانی من بیشترازانواع خارجی است و درصنعت داروسازی ازآن تیمول استخراج می‌کنند. سابقاً مرا روی نان می‌پاشیدند وگاهی باخمیر مخلوط می‌کردند تانان خوشبو وخوشمزه شود. من پادزهر سموم حشرات و دافع مضرات تریاك ومواد مخدر هستم، وبرای ترك تریاك می‌توان ازمن بهترین استفاده راکرد. به‌کسانی که تریاك را با

وسایـل دیگر ترک می‌کنند، توصیه‌کنید که مدتی از من استفاده‌کنند تا از عوارض ترک تریاک مصون بمانند. من بادشکن و مقوی شهوت می‌باشم. جوشاندهٔ من‌برای معالجهٔ عقرب‌گزیده و تسکین درد نیش‌آن اثرفوری دارد. ضماد من باعسل برای تسکین درد وتحلیل ورمهانافع است، وبرای ازبین بردن خون زیرجلد بی‌مانند است، اگردانهٔ مرا درآب‌لیمو بخیسانند وقدری آب‌لیمو روی‌آن بریزندکه یک انگشت‌بالای‌آن‌باشد وبعد بگذارند تاخشک شود،واین‌عمل‌راهفت مرتبه تکرارکنند، ترکیبی‌به‌دست می‌آیدکه برای‌اعادهٔ شهوت مأیوس شدگان‌نظیرندارد. خوردن دانه‌های من ناشتا، سنگریزه‌های کلیه ومثانه‌رامی‌ریزاند. برای سکسکه، قی‌وآروغ بدبووتخامه وقراقرشکم وهضم غذا مفید بوده، ومخصوصاً ازتخمیرغذا درمعده و روده‌ها جلوگیری می‌کند، پیشاب‌آور،معرق‌وبازکنندهٔ شیراست، ولی زیاده روی درخوردن‌آن شیر را درپستان خشک می‌کند وشهوت را از بین می‌برد. جهت اخراج‌کرم کدو وکرم معده نافع‌است، بخورمن با«راتیانج» و شستشوی رحم باجوشاندهٔ دانه‌های من جهت رفع‌بدبویی‌رحم توصیه شده است. مقدارخوراک‌دانه‌های من تا دومثقال می‌باشد .

من «پیچ امین الدوله» هستم!

این روزها در تهران به من پیچ امین الدوله می گویند. پیچ باغی ـ شونک ـ شجر الطحال ـ زهر العسل ـ بلاخور ـ شن ـ سفیدال ـ اوج قد ـ دقزدون ـ دقزدانه ـ ام الشعراء ـ سلطان الجبل ـ ماذلاشلبه ـ خانم الی ـ خانم یا رماغی ـ وسلطان الغاید اسامی دیگر من است. من انواع واقسام زیاد دارم، گیاه مرا باغبان به هر طریقی قیچی کند به همان وضع درمی آید و در نقاط آفتاب رو بهتر به عمل می آید.

داروسازان سنتی ایران به نوعی ازمن صریمة الجدی لقب داده اند که گویا یک کلمهٔ اسپانیایی است (اندلس). بوئیدن گل من مقوی دماغ، نشاط آور و محرک شهوت است و برای استفادهٔ درمانی بایستی آنها را قبل از شکفتن چیده و در سایه خشک کرد و جهت درمان سرفه، گریپ، نزلهٔ ریوی، تنگ نفس

که منشاء عصبی‌داشته باشد ـ سکسکه ـ سردردهای‌یک‌طرفه‌وحالات‌تشنجی به صورت دمکرده، هشت درهزار روزی دوتا سه فنجان نوشید. خوردن بذر من ادرار رابازمی‌کند. ملین معده، مخرج مشیمه، زهکش رحم، و پادزهر سموم است. مقدار خوراک آن نیز یک مثقال است.

ازپوست درخت من هم به عنوان درمان نزله ـ معرق ـ مدروتصفیه کننده می‌توان استفاده‌کرد.

جوشاندهٔ پنجاه درهزارپوست وساقه‌های من، برای درمان‌آب‌آوردن انساج ـ سنگ‌کلیه ومثانه ویرقان تجویزشده است. برگ درختچهٔ من‌قابض است و غرغرهٔ جوشاندهٔ آن برای التهاب و گلودرد نافع می‌باشد. ضماد لـه شدهٔ برگ من در روی زخمهای جلدی وکورک سودمند می‌باشد.

ما «آبهای معدنی سرد» هستیم!

املاح بسیاری درما نهفته است. اگـر به‌کلسیم احتیاج دارید به‌سراغ مابیایید. کم‌خونی‌را برطرف می‌کنیم. ضدسنگ‌کلیه هستیم. اثری‌مهم برروی‌دستگاه‌گوارش داشته، حرکات دودی روده‌ها را تنظیم می‌کنیم. و اگرازچاقی رنج می‌برید به‌سراغ ما بیایید...

تاکنون درصحنهٔ زبان‌خوراکیها، آبهای‌معدنی شاهان، گرماب‌مشهد، شلف شهسوار و حسنك‌گچسر خود را معرفی کرده، و منافع خـود را بیان داشته‌اند و چون تاکنون بیش ازهفتصد چشمهٔ آب معدنی خوراکی درایران کشف شده است، صفحات‌کتاب زبان خوراکیها فرصت معرفی یکایك آنها را ندارد، وازاین‌روتصمیم گرفتیم که‌آبهای معدنی‌خوراکی‌را به‌پنج‌دسته تقسیم کرده و هردسته خود را دستجمعی معرفی نمایند. اکنون اجازه فرماییـد که دستهٔ اول‌که آبهای معدنی لیمونادی کلسیم‌دار هستند خودرا معرفی کنند.

ماآبهای لیموناديکلسیم‌دار هستیم!

در زبان علمی به ما آبهای بیکربناته کلسیك گویند. املاح ما بیشتر بیکربنات‌کلسیم بوده، مقداری کلرور وسولفات هم‌داریم. ماعلاوه برداشتن فلز کلسیم‌دارای املاح سدیم، پتاسیم و منیزیم نیز می‌باشیم. در بعضی از چشمه‌های ماآهن وسیلیس‌باهم یا بدون هم دیده می‌شوند. معروفترین‌معادن ما درایران عبارتند ازآبعلی و تیزاب در دماوند ـ آب معدنی عمارت در نزدیکی‌آمل ـدوچشمه گلعلی درسرعین ازتوابع اردبیل‌که دربیله دره ظاهر می‌شوند. آبهای معدنی شلف و حسنك که قبلا خودرا معرفی کردند. آب معدنی رازی در نزدیکی خوی ـ آب معدنی سنگرود در عمارلوی لوشان، همه‌از خانوادهٔ ما هستند و در استان خراسان نیز چند چشمه از خانوادهٔ ما وجود دارد.

در مجاور چشمهٔ آبعلی آب‌آهن‌داری به نام آب حمام وجود داردکه درآن‌استحمام می‌نمایند. آب معدنی‌آبعلی به علت داشتن‌املاح زیاد دارای طعم گزنده وفلزی‌است وآنگونه که‌سایرچشمه‌های خانوادهٔماگوارا می‌باشند، مزهٔ آن مطبوع‌نیست. درجهٔ حرارت‌آن درمظهر ده درجهٔ سانتی‌گراد است. این‌آب به علت داشتن سیلیس معده را ضد عفونی می‌کند، و به علت داشتن آهن ضدکم خونی است، مشروط براینکه درسرچشمه ازآن بنوشند. آهن‌آن رسوب‌کرده وازبین می‌رود وبااینکه این چشمه دارای‌گازطبیعی‌زیادی‌است، قسمت اعظم آن به‌هدر می‌رود وکارخانه مجبور است مقداری‌گاز مصنوعی به‌آن بدهد. درحال‌حاضر آب این چشمه دربطری به فروش می‌رسد و باآن دوغ آبعلی هم می‌سازند.

آب معدنی‌گلعلی درسرعین ازتوابع اردبیل است. طعم آن لیموناديومطبوع می‌باشد و املاح زیادی ندارد، مقدار سیلیس آن بیشتر از آبعلی بوده، و فاقدآهن است وبه‌همین جهت طعم مطبوعی دارد. درجه حرارت‌این آب درچشمه هجده درجه می‌باشد.

چشمهٔ عمارت‌که درجادهٔ هراز بیست‌کیلومتری‌آمل است، نیز دارای طعم مطبوع وگوارا است و املاح زیادی ندارد، درجه حرارت‌آن درمظهر چشمه بیست درجه است.

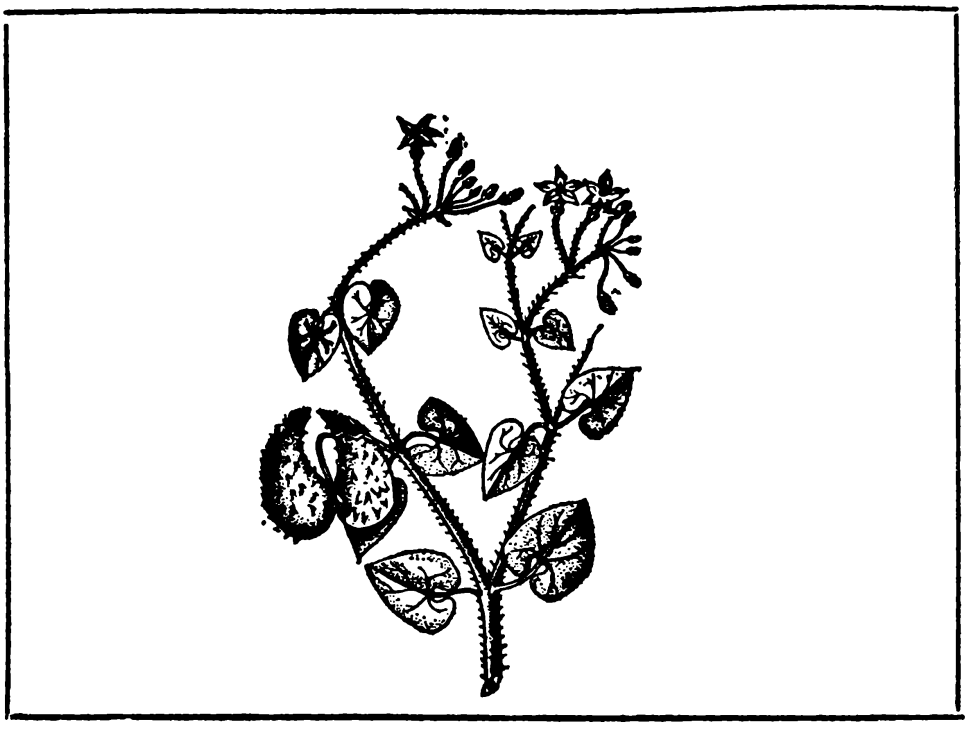
آب معدنی «نی‌دشت» در درهٔ صفارود نزدیك رامسر از زمین خارج می‌شود، املاح وگاز این چشمه زیاد است، ولی چون فاقد آهن می‌باشد، طعم‌آن‌گواراترازآبعلی‌است، درجه حرارت‌آن نوزده درجه می‌باشد. چشمهٔ

«رازی خوی» دارای املاح زیاد بوده، طعم‌آن گزنده و فلزی است و مانند آبعلی دارای آهن و سیلیس می‌باشد.

آب معدنی سنگرود در عمارلوی لوشان نزدیك رودبار بوده و از توابع رشت است، از زمین خارج‌می‌شود ودارای املاح زیاد است، سیلیس و آهن ندارد.

خواص درمانی ما

ماهمه در ردیف آب معدنی اویان درفرانسه می‌باشیم. ادرار را زیاد می‌کنیم، وهرقدراملاح ماکمترباشد، این‌خاصیت درمازیادتراست، سنگهای کلیه را از بین برده، کلیه ومثانه را زهکشی می‌نماییم. اثرما در روی‌کبد ودستگاه گوارش زیاد وقابل‌توجه‌است. حرکات دودی روده هاراکم‌می‌کنیم، صفرابر بوده، وچنانچه چندروزمتوالی ازما بنوشید، املاح‌صفراوی خون راکم می‌نماییم. اثرارزندهٔ ماکم‌کردن آب نسوج بدن است وبرای نقرس ـ رماتیسم ـچاقی ـتورم‌کبد وحالات تشنجی مفید می‌باشیم. نوشیدن ما همراه با غذا و بعد ازآن باعث زیاد شدن‌اشتها وزودهضم‌شدن‌غذاست. مبتلایان به‌فشار خون‌نباید ازمابنوشند وچنانچه مبتلایان به‌سنگهای بزرگ صفراوی از ما بنوشند، ممکن است سبب ناراحتی آنها شود.



اسم من «غلب‌لب» است!

زبان خوراکیها با فاش‌کردن اسرار پیشینیان، خدمات زیادی به علم و صنعت ایران‌کرده و مایقین داریم‌که باهمت و پشتکارخوانندگان، ارزش این خدمت بزرگ در آیندهٔ نزدیک برهمگان ثابت خواهد شد. اکنون می‌خواهیم‌از راز دیگری‌که مربوط به یکی از صنایع مستظرفه بوده وبکلی فراموش شده وازبین رفته‌است پرده برداریم و باکمک اهل تحقیق این‌هنر ملی‌را دوباره زنده نماییم. درکتب ادبی واشعارفارسی از دیبای شوشتری واستبرق سخن به‌میان‌آمده وازنرمی ولطافت این پارچهٔ نفیس زیادتوصیف شده است، و دریکی‌ازکتب تاریخی خوزستان نوشته‌اندکه پردهٔ کعبه را از دیبای شوشتری تهیه‌کرده‌اند. حال با توجه به اینکه شوشتر محل تربیت نوغان و ابریشم نبوده ، باید دیـد که این پـارچهٔ نفیس را از چه ماده‌ای

تهیه می‌نمودند به این جهت من از شما خواهش می‌کنم اجازه فرمایید گیاه «غلب‌لب» خود را به‌شما معرفی کند، و این اسرار از بین رفته را برای شما فاش سازد.

اهالی خوزستان به گیاه من «غلب‌لب» (به فتح غ و ل و سکون ب و فتح دوم ل وسکون ب دوم) و اهالی فارس به آن «استبرق» که معرب «استبرک» می‌باشد می‌گویند. اهالی بنادر جنوب به آن «خرگ» در کرمان و بلوچستان «کرک» و در دشتستان غرق نامند.

در کتب قدیمی به‌من عشار ـ عشر ـ اکران و مدار گفته‌اند.

من در نواحی جنوبی ایران مخصوصاً خوزستان ـ بلوچستان ـ منصورآباد لار ـ بم ـ خبیص ـ شوش ـ دیلمان و برازجان می‌رویم و در بلوچستان جنگلی از من دیده می‌شود که اهالی محل می‌گویند هدف اصلی از کاشتن و پرورش آن، تهیهٔ کائوچو بوده است.

من از گیاهان کائوچویی هستم، ولی تهیهٔ لاستیک از من به‌صرفه نیست، و در عوض فایدهٔ دیگری دارم که اگر مورد استفاده قرار گیرد، منافع آن خیلی بیشتر از کائوچو خواهد بود.

قسمت ارزندهٔ من پنبه‌ام می‌باشد که در گذشته دیبای شوشتری را با آن می‌بافتند. این پنبه درجوف میوهٔ من است که پس از رسیدن و بازشدن مانند تارهای ابریشم جلوه گری می‌کند و در حال حاضر مردم راه تابیدن آن را نمی‌دانند، ولی در قرنهای ششم تا هشتم هجری، یکی از خانواده‌های هنرمند شوشتر راه آن را می‌دانستند و اسرار آن را در خانوادهٔ خود حفظ کرده، نسلاً بعد نسل از آن استفاده می‌کردند، ولی در اواخر قرن هشتم در اثر بیماری طاعون این خانواده بکلی از بین رفته، و اسرار بافتن دیبای شوشتری را با خود به گور برده، و در خاک مدفون کرده و بدین ترتیب یک هنر اصیل و ارزندهٔ ایرانی از بین رفته است، و تنها استفاده‌ای که اکنون از این پنبه می‌شود، آن است که آن را داخل بالش و متکا می‌کنند و از نرمی و لطافت آن در زیر سر بهره‌مند می‌شوند.

طبق تحقیقات عمیقی که نویسندهٔ زبان خوراکیها به عمل آورده، به‌این نتیجه رسیده است که این پنبه چنانچه تحت تأثیر دیاستازهای بزاق قرار گیرد، محکم شده و قابل تابیدن و بافتن می‌شود و اینطور به نظر می‌رسد که آن خانوادهٔ هنرمند این پنبه را در دهان خود گذاشته و مدتی آن را مکیده مزه‌مزه کرده و قابل استفاده می‌نمودند. بدیهی است که در حال حاضر این روش قابل عمل نیست و بایستی آن را با دیاستازهای مصنوعی به‌عمل آورد.

من جزو گیاهان شیردارهستم. درتمام اجزای بدن‌من شیرابه‌ای وجود داردکه سمی، سوزاننده و اکال است، ولـی این شیرابه درپنبهٔ مـن‌نیست، بلکه دربرگ، ساقه ومیوهٔ من‌قبل ازرسیدن وجود دارد ومقدارآن درهر گیاه ازیك لیترتجاوز می‌کند. این شیرابه پوست را زخم می‌کند، خاصیت مسهل داشته وبلغم را ازبین می‌برد، وسوزاننده‌ترین شیرهٔ نباتی است‌که مو را نیز زایل می‌کند ودباغان عرب وهند ازاین شیرابه برای ازبین بردن‌موی‌پوست در چرمسازی از آن استفاده می‌کنند. مالیدن این شیرابـه‌کچلی را معالجـه می‌کند، و دانه‌های بواسیر راقطع می‌نماید ومضمضهٔ‌آن با عسل‌برای جوش دهان اطفال نافع است، وچون‌پنبه را به‌آن آغشته و درسوراخ دندان کرم‌خورده بگذارند، دردآن‌را ساکت می‌کند.

حکیم «میرعبدالحمید» درحاشیهٔ «تحفه» نوشته است‌که این شیرابـه جهت معالجهٔ جذام ـ قوبا (زخمهای جلدی‌که منشاء عصبی دارند)، دمل، کـورك و سختی طحال وامراض‌کبدی واستسقا وکرمهای معده و کدو مفید است. بعضی ازاهالی هندکه مبتلا به‌رماتیسم وپادرد می‌باشند، مقدارکمی‌از شیرهٔ مرا بایك چوب کبریت برروی مفصل مانند چندخال می‌گذارند تاجای آن تاول کند ومعتقدندکه این عمل درد مفاصل را تسکین می‌دهد. چنانکه برگ وشاخه‌های‌تازهٔ مرا گرم کرده و روی ورمهای بدن بگذارند، دردآنها را معالجه‌کرده وورم را ازبین‌می‌برد، وچون برگ وشاخهٔ تازهٔ مرا درروغن زیتون بجوشانند، روغن آن جهت معالجهٔ فلج مفید بوده و ضد تشنج است. پاشیدن‌گرد کوبیدهٔ خشك شدهٔ برگ من جهت زخمهای چرکی و بـدخیم و زخمهای خوره‌ای وازبین بردن‌گوشت زاید مفیداست. ازپنبهٔ من در گذشته به‌عنوان‌آتشزنه‌درسنگ‌چخماق‌استفاده می‌کردند،وچون‌این‌پنبه راهنگامی‌که تازه‌است ازهم بازکرده،آن‌را برروی جراحات‌بگذارند ازخونریزی‌جلوگیری کرده، وباعث رویاندن‌گوشت تازه‌می‌شود. مقدارخوراك شیرابهٔ من‌نیم‌گرم بوده،وپنج‌گرم‌آن‌سمی وکشنده‌است. اهالی مصرمعتقدندکه فرش‌کردن‌ودود برگ من حشرات را فراری می‌دهد. خواص شیرابه وبرگ من زیاد است‌و دودچون‌سمی وخطرناك‌است، ازتفصیل‌آنها خودداری می‌نماییم.

کتوس

در خانوادهٔ «غلب‌لب» گیاه دیگـری وجـود داردکه اعراب بـه‌آن «شجرالحریر» گویند و اکنون اجازه فرمایید خودرا معرفی‌کند.

درگیلان به‌من کتوس ـ در رامسر وشهسوار کتوس‌لو ـ در مازندران عسلما گویند، ودرفارس به‌من پیچ‌وپیچك‌هم گفته‌اند ـ اهالی شمال‌شاخه‌های نازك مرا چیده وپس ازپوست‌کندن باآن سبد می‌بافند ونوعی ازمن درکنگو به‌عمل می‌آیدکه ازشیرابهٔ‌آن‌لاستیك سفیدتهیه می‌کنند.

ازپوست وساقه‌های من درصنعت داروسازی دارویی جهت تقویت‌قلب می‌گیرند، وعصارهٔ پوست وساقه‌های من‌هم جهت تقویت قلب ودرمان‌تنگ نفس سودمند می‌باشد.

اسم من «اسفرزه» است!

ازبرگ‌من برای‌التیام زخمها استفاده برید. دانه‌هایم بهترین داروجهت رفع نفخ معده‌است. بـرای پایین آوردن تبهای‌شدید ازلعاب دانه‌هایم میل‌کنید.همین لعاب، غمهای بی‌دلیل را ازبین برده، جای‌آن‌را به نشاط وشادی می‌دهد. بـرای زخم معده و روده نیز می‌توانید مرا تجویز کنید.

فارسی من اسفرزه است، ولی درشیرازکه مهد زبان فارسی‌است به‌من «بتکو» گویند. درکتب قدیم ازمن به‌اسامی اسفیوس ـ اسپغل و اسپغول یاد کرده‌اند، وچون‌دانه‌های من‌شبیه حشرهٔ‌کک‌است به‌آن برغوثی نیز گفته‌اند. عربی‌من‌قطونا می‌باشد، ولی‌عده‌ای‌ازلغت نویسان عربی‌مراحشیشةالبراغیث نوشته‌اند، واین‌اشتباه است. زیرابرغوث عربی‌کک بوده وحشیشةالبراغیث به‌گیاهی گفته می‌شودکه‌ضد حشره بوده، وکک را دفع می‌کند و چنانچه در کتابهای داروسازان سنتی‌ایران نوشته‌اند حشیشةالبراغیث گیاهی‌است‌که ضد

حشره بوده و درمازندان به‌آن «کیک‌واش» گویند و نوعی آکرکرا می‌باشد. ترکی‌من قارنی باروخ است. من دارای سه‌گونه سفید ـ سرخ و سیاه هستم که غالباً ما را مخلوط با هم می‌فروشند و خواص هرسه ما یکسان‌است. من به‌طور خودرو دراطراف تهران ـ درتمام مناطق شمال ـ بین منجیل وپاچنار در سواحل دریای مازندران بین بندرپهلوی و نوشهر مخصوصاً درماسه‌زار-های کنار دریا و همچنین در جنوب ایران در اطراف بوشهر و مسجد سلیمان می‌رویم. تمام قسمتهای گیاه من دارای لعاب است. این‌لعاب دردانه‌های من زیاد است و چنانچه دانه‌های مراخیس‌کنند، متورم شده وپوست خارجی آنها شکافته لعاب بیرون می‌آید. داروسازان سنتی ایران خوردن دانه‌های کوبیدهٔ مرا جایز ندانسته وآنها را قی‌آور دانسته‌اند.

ازبرگهای من بطور ضماد برای التیام زخم استفاده می‌شود. دانه‌های من پس‌از جذب‌آب بطور مکانیکی شکم را نرم‌کرده و دفع فضولات را آسان می‌نماید و بهترین دارو جهت درمان یبوستهای سخت و نفخ معده می‌باشد. لعاب دانه‌های من برای درمان نزله، اسهال خونی و ساده، بیماریهای کلیه ومثانه تجویز شده‌اند، وبهترین‌خاصیت من جلوگیری‌ازخونریزی سینه‌است. درصنعت ازلعاب من برای دادن آهار به پارچه و درصنعت داروسازی جهت ساختن‌داروهای‌چشمی‌استفاده می‌کنند، ودراین مورد روایتی‌ازحضرت عیسی نقل شده است‌که ذکرآن بی‌مناسبت نیست. می‌گویند روزی حضرت عیسی مبتلا به‌چشم‌درد شده، وازمادرخود خواستندکه‌لعاب اسفرزه درچشم ایشان بچکانند. وقتی حضرت مریم لعاب اسفرزه را حاضرکرده خواستند در چشم ایشان بریزند، آن حضرت چشم خود را ازترس بسته و مانع چکاندن لعاب اسفرزه درچشم خود شدند و درنتیجه مادر فرزند خود را مخاطب قرارداده می‌فرمایند: «ازیک طرف طبابت می‌کنی و از طرف دیگر ازدارویی‌که خود تجویزکرده‌ای‌می‌ترسی». حضرت‌مسیح‌درجواب‌می‌فرمایند: «طبابت من‌نتیجهٔ علم‌است‌که می‌دانم این داروبرای چشم من مفید است، ولی ترس من نتیجهٔ غریزهٔ بشری من است‌که هرانسانی‌ازریختن یک مادهٔ خارجی درچشم خود ناراحت‌می‌شود». لعاب من مسکن تشنگی وحرارت بوده وبرای پایین‌آوردن تبهای شدید توصیه شده است. برای رفع غلیان خون، سختی سینه و گلو، دل پیچه و زخم روده می‌توان ازلعاب من استفاده‌کرد. ضماد دانه‌های من با سرکه وروغن جهت تسکین درد مفاصل، نقرس، ورم پشت‌گوش، خنازیر و جراحات مختلف توصیه‌شده‌است. برای معالجهٔ سوزاک مزمن دانه‌های مرا خیسانده و درکیسه یا پارچه‌ای ریخته، روی دهانهٔ‌مجرا ضماد نمایید تا چرک

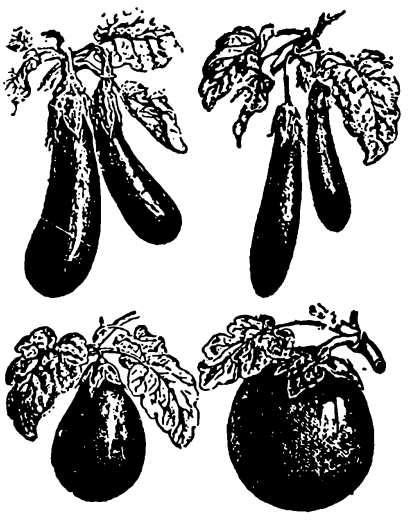
آن خارج شده وزخم التیام پذیرد. اگر موی سرشما دوشقه می‌شود، لعاب مرا روی موی سرخود بمالید تا بیماری آن برطرف شده، و موی سرشما بلند شود. برای رفع غم و ایجاد شادی از لعاب دانه‌های من بنوشید که فوق‌العاده مؤثر است.

من «تاج‌الملوك» هستم!

فارسی من گرگ‌کش و ماه پروین است، ولی بیشتر به انواع پرورش یافتهٔ من که جزو گلهای تزئینی هستند تاج‌الملوک گویند. عربی من «قاتل‌النمر» است و در کتب قدیم از من به اسامی اجل گیاه ـ بیش ـ موش‌بیشا ـ اقونیطون اقنیطون وپوحا یاد شده‌است. ماه پروین به گیاه من و گیاه‌دیگری که معروف به‌زرنباد است هردو گفته می‌شود. ونوع قرمز من تاج‌الملوک ژاپنی می‌باشد. من از قدیم درجنوب شرقی ایران مخصوصاً بلوچستان بطورخود روبه‌عمل آمده واکنون گونه‌های زینتی مراپرورش داده‌اند. انواع وحشی من سمی‌است واثر سمی آن روی درندگان بیشتر ازحیوانات اهلی است، ولی انواع پرورش یافتهٔ من سمیت کمتری دارند. گل من پیشاب‌آور وضدرقت خون بوده، آرام کنندهٔ سرفه و برنشیت است وچون دانه‌های من اثر بیشتری درتصفیهٔ خون

داردآن را دربیماریهای‌پوستی وجربهایی که‌پس‌ازخشک شدن لکه‌های‌شیری رنگ بجا می‌گذارند، تجویزکرده‌اند.

درکتب‌قدیم‌نوشته‌اندکه‌چون‌عقرب‌نزدیک من‌شود، هلاک‌می‌گردد. درمصرف من باید حتماً رعایت مقدارخوراک راکرد. جوشاندهٔ چهارتا هفت گرم دانه‌های من دریک لیترآب جـوش و دوتا چهارگرم گرد دانه‌های من تجویزشده‌است، ازخیساندن‌چهارگرم گل‌در سی گرم الکل‌تنتوری به‌دست‌می‌آید که‌پنج‌قطره درروزمی‌توان‌خورد. شربت گل من‌ازیک قسمت گل ـ دوقسمت آب و دوقسمت قند ساخته می‌شود و در روز سی تا پنجاه‌گرم این شربت را می‌توان خورد.



اسم من «بادنجان» است!

فارسی من بادنگان ومعرب آن بادنجان و بادمجان است، ولی‌عده‌ای از اعراب به من حدق و عده‌ای حدج گویند.

زادگاه اولیهٔ من هندوستان است و قبل از اسلام به ایران‌آمده‌ام. از نظرغذایی نیروی زیادی ندارم و به همین جهت است‌که در رژیم لاغری از من زیاد استفاده می‌کنند، خاصیت درمانی من بیشتر به‌علت بازکردن عروق است و به‌همین جهت رنگ رخساره را بازمی‌کنم، من‌کمی پیشاب‌آور و کمی ملین هستم، به‌علت داشتن یک مـادهٔ سمی به نام «سولانین» برای اشخاص سودایی مزاج خوب نیستم، مخصوصاًاین دسته نسبت به‌نمونه‌های تخم‌دار من حساسیت داشته و بلافاصله پس ازخـوردن من دچار چشم درد شده و یا دربدنشان جوش پیدا می‌شود، و دسته‌ای هم مبتلا به‌کهیر می‌شوند، ولی‌با

امراض غیرسودایی سازگار هستم و معده را تقویت می‌نمایم.

کدبانوهای قدیم طرز تهیهٔ مرا از آن روزمی‌دانستند و اکنون نیز آشپزهای ماهر طبق همان رویهٔ گذشته مرا تهیه می‌کنند

بهترین نمونهٔ من قلمی بدون تخم ورسیده است و فرآورده‌های اندیمشک و دزفول که زمستان به بازار می‌آیند، به علت داشتن گوشت زیاد و نداشتن تخم فوق‌العاده مرغوب می‌باشند وحتی عده‌ای گوشت بدون تخم مرا جوجهٔ گیاهی لقب داده‌اند.

برای تهیهٔ غذا بامن اول باید مرا پوست بکنند وبعدآن راورقه ورقه کنند و درنمونه‌های قلمی که قابل ورقه شدن نیستند، با چاقو جوف آنها را شکاف داده، بعد در رو و زیر و یاجوف آن نمک بپاشند و بعد درآب سرد روی هم بچینند. پس از مدتی که این آب سیاه وتند می‌شود، آب آن را عوض کنند تا زمانی که دیگر آب سیاه و تند نشود، و چنانچه به این دستور عمل نمایند گوشت من خوشمزه‌ترشده و سم آن گرفته می‌شود.

هیچوقت مرا با روغن کهنه وبودار سرخ نکنید، بلکه مرا با کره گاویا روغن تازهٔ حیوانی سرخ نمایید وچنانچه خواستید باروغن نباتی تهیه کنید، سعی نمایید روغن بدون بویا معطر باشد و یا باکمک پیاز زیاد یا سیر روغن را معطر کنید. انواع وحشی من که درهندوستان به‌عمل می‌آید قابل استفاده نیستند و تنها نمونه‌های پرورش یافته درتهیهٔ خوراک به‌کارمی‌رود.

من مقوی معده هستم و گرفتگی معده را باز می‌کنم، مشروط برآنکه گرفتگی دراثر خوردن من نباشد. چه من بعضی اوقات باعث گرفتگی کبد و طحال می‌شوم. ترشی من قابض بوده، وادرار را بیشترمی‌کند، خوردن من بوی عرق بدن را از بین می‌برد وکسانی که زیر بغل و کشاله‌های ران آنها بدبواست بایستی زیاد ازمن استفاده کنند.

کسانیکه دستهایشان عرق می‌کند و همیشه نمناک است، می‌توانند از آب سیاه پوست من استفاده کنند، کوبیدهٔ پوست مرا دردست بگیرند ویا دست خود را مدتی در جوشاندهٔ گرم آن بگذارند. من مسکن در پهلو، دردمثانه (زیرشکم) و درد بواسیرهستم، و دردچشم راکه علت سودایی نداشته باشد برطرف می‌کنم.

خاکسترمن مخلوط باسرکه برای معالجهٔ زخمهای جلدی نافع است اگر کلاهک ودم مرادرسایه خشک کنید وخوب بسایید وگردآن را روی بواسیر وسایر زخمهای نشیمنگاه بپاشید، آنها را معالجه می‌کنم.

من «شیرین‌بیان» هستم!

من امروز می‌خواهم با بیانی شیرین خودرا خدمت شما معرفی کنم و شما را به ارزش واقعی خود واقف نمایم. من بیخ یک گیاه خود روهستم که در ایران ازشمال تا جنوب، ازآذربایجان تا بلوچستان می‌رویم. در فارس به من شیرین بیان می‌گویند، ولی در اطراف اصفهان به «پژو» معروف می‌باشم. درشیراز به‌من مهک گویند ودربازار بعضی ازشهرهای ایران به‌من آسه لقب داده‌اند. عربی‌من سوس است وبه بیخ من اصل‌السوس وعرق‌السوس خطاب می‌کنند، قسمت مورداستفادهٔ من بیخ وریشهٔ من است. دراینجا بدنیست که توضیح دهیم، بعضی از گیاهان علاوه بر ساقهٔ هوایی یک ساقهٔ زیرزمینی هم دارند، به‌این ساقه‌های زیرزمینی گیاه شناسان قدیم ایران بیخ می‌گفتند و گیاه‌شناسان جدید که ازوسعت زبان فارسی بی‌اطلاع می‌باشند، لغت فرنگی آن را که «ریزوم» است به‌کار

می‌برند.

این بیخ یک قلم مهم ازصادرات‌ایران است، وکارخانجات داروسازی آن را به‌قیمت نازل‌می‌خرند وپس‌ازآنکه‌آن رابه‌صورت‌گرد یا قرص وشربت درآوردند به ایران برمی‌گردانند.

علاوه بر کارخانجات داروسازی، کارخانجات دخانیات و سیگارسازی هم خریدار من می‌باشند.

دراین کارخانجات برگ‌توتون رادرجوشاندهٔ من خیس‌می‌کنند تاسیگار آنها خوش طعم و بی‌ضرر شود. اخیراً عده‌ای‌ازکارشناسان دخانیات، اظهار نظرکرده‌اندکه اینگونه سیگارهاسرطان‌زانیستند. در داروسازی‌پودر وعصارهٔ مرا جهت از بین بردن طعم بد بعضی از داروها به‌کارمی‌برند وباعصارهٔ من شربتها وقرصهای ضدنفخ ومقوی‌معده‌می‌سازند. خاصیت‌اصلی من‌جلوگیری ازانقباضات معده است و به‌همین جهت غالباً مرا بامسهلهایی‌که تولید پیچش معده می‌کنند، همراه می‌سازند تا از ضرر آنها جلوگیری شود. عصارهٔ من همراه باعسل جهت مبتلایان به‌زخم معده بهترین‌اکسیراست، زیرا ازانبساط و انقباض معده جلوگیری‌کرده و این آرامش جدار معده، سبب بهبود زخم می‌شود. یکی ازرجال معروف ایران‌که مدتها از زخم‌معده زجرمی‌کشید،و برای معالجه‌به‌اکثرپزشکان معروف‌جهان مراجعه‌کرده وازدرمان آن‌مأیوس بود، سه‌ماه مرتباً روزی نیم مثقال مغز بیخ مراهمراه باعسل خوردومعالجه گردید. این شخص دراین مدت ازخوردن تمام‌داروهای‌دیگر خودداری‌کرد وفقط روزی یک‌گرم رازیانه ویک‌گرم سقز تلخ‌را همراه با من میل‌می‌نمود واکنون‌مدت‌دوسال‌است‌که‌بکلی خوب شده واحساس‌ناراحتی‌معدی نمی‌کند.

من‌علاوه برآن‌که‌طعم‌سیگار را خوب‌کرده وقطران‌آن را کم می‌کنم، یکی‌از داروها و وسایل ترک اعتیاد سیگار نیز می‌باشم و برای این‌کار کافی است معتادان یک تکه از بیخ مرا مانند سیگارکنج‌لب خودگذاشته و با آن بازی‌کنند وگاهی مقداری ازآن راجویده وبمکند. من دارای انواع واقسام می‌باشم، مقدار قند وشیرینی دربعضی‌ازانواع من بیشتراست، ودریک‌نوع کمترمی‌باشدکه به‌آن تلخ بیان گویند. درطب سنتی ایران این‌نوع را قابل مصرف نمی‌دانستند. انواع‌مرغوب‌من‌درآذربایجان، رضائیه، افشار،خلخال، کرمان، پل‌جاجرود، اراک، لرستان، بجنورد، شیروان و بلوچستان می‌روید و یک نوع من به‌شیرین بیان چینی معروف است که در خراسان مخصوصاً بین بجنورد و «مرادتپه» دیده می‌شود. علاوه بر انواع فوق، رب‌السوس را ازعصارهٔ نوعی ازگون‌هم می‌گیرند که به‌آن سوس کاذب

می گویند وبطور تقلبی آن‌را به‌جای عصارهٔ شیرین‌بیان می‌فروشند.

بیخ‌من‌دارای‌یك‌پوست چوب پنبه‌ای است وبه‌همین جهت بایستی آن‌را همیشه پوست‌کنده وبعدمصرف‌کردواینکه دربعضی ازکتب قدیمی نوشته‌اند که‌چون ماربیخ شیرین‌بیان‌را دوست دارد وخودرا به‌آن می‌مالد وزهرآلود می‌شود وبایستی آن‌را پوست‌کند صحیح نیست. من مسکن تشنگی والتهاب معده هستم، مخصوصاً خیساندهٔ من درآب سرد برای این کار نافع است. من معده واحشاء داخلی‌را شستشو می‌دهم، من‌مقوی‌اعصاب، بادشکن، مدربول وحیض می باشم‌وبهترین‌دارو برای تنگ‌نفس می‌باشم. من سینه‌را نرم‌می کنم وآواز رابازمی‌نمایم. اگر بیخ‌مرا ساییده ومانند سرمه به‌چشم بکشند، برای رفع‌لکهٔ سفیدی وتقویت‌بینایی چشم سودمند می‌باشم، اگرجوشاندهٔ‌مرا برمو بمالند موخوره را ازبین‌می‌برم. ضمادکوبیدهٔ‌برگ تازهٔ من بدبویی زیربغل‌و کشالهٔ ران‌رابرطرف می کند وترك‌لای انگشتان رادرمان می‌نماید.

چوب گیاه من به‌سرعت می‌سوزد وحرارت زیادی تولید می کند. و به همین‌جهت‌سابقاً شیشه گران‌ازآن‌برای‌ذوب سنگ‌استفاده می کردند. شستشوی چشم باجوشاندهٔ من ورم‌پلك را ازبین می‌برد.

مقدار خوراك مغزپوست‌کندهٔ بیخ‌من ده‌گرم است که بایستی‌آن را جوشانده وباعسل میل‌کرد وبدرقهٔ‌آن بایستی‌آلویاآش‌آلو باشد. چنانچه آب هندوانه را بدرقهٔ‌من کنند، فشارخون‌را پایین می‌آورم.

من «تمبرهندی» هستم!

مرا برای جلوگیری ازجـدام مفید می‌دانند. مقوی قلب ومعده هستم. التهاب خون راکم می‌کنم. برای مبتلایان به‌دیفتری مفیدم. نارس مرا نخوریدکه برای دستگاه‌گوارش زیان‌آور است.

فارسی من «تمرهندی» است، به‌من خرمـای گجـرات هم می‌گویند. زادگاه من‌هند وبلوچستان است، اعراب به‌من‌صبادا، حمار، خوش و حومن می‌گویند. در کتب قدیم به‌اسامی امله، املی، انبله، خنچه، نیز آمـده‌ام. درخت من بلندقامت است، به‌طوری‌که طول آن به۲۵متر می‌رسد. میوهٔ من لطیفترازآلو بوده، ومقوی قلب ومعده است. شکم‌را هم جمع می‌کند وهم کمی ملین. است وصفرابرخوبی است، به‌طوری‌که دربین میوه‌های تـرش در این خاصیت مقامی والا دارم. هیجان والتهاب خون راکم می‌کند و بـرای خارش و گال مفید است. غرغرهٔ خیساندهٔ من درآب بعداز زدن سرم بـرای مبتلایان به‌دیفتری مفیداست، ولی‌هرگز مرادرآب نبایدمالید. چون‌خوردن آن ایجاد قی می‌نماید. بلکه بایستی‌آن‌را درآب خیس‌کرد وچون خوب خیس

خورد، آن‌را صاف کرده باکمی نبات‌یاشکر نوش جان‌نمود. پزشکان سنتی‌هند خوردن مبـراجهت جلوگیری از جذام و معالجهٔ آن مفید می‌دانند. هرگز مرا ناشتا نخورید ودرخوردن من زیاده‌روی ننمایید، ومیوهٔ خام ونارس مرا تناول ننمایید، زیرا دیرهضم بوده ونفاخ است، مقدارخوراك من ۳۵ گرم تا ۱۵۰ گرم و برای اطفال دوگرم برای هرسال عمرآنها است.

دانهٔ میوهٔ من‌جوهرمازو زیاد دارد و خوردن مغزآن برای جـوانان مجرد مفید بوده وغلیان شهوت‌آنان راکم می‌کند. ضماد آن‌جهت باز شدن دمل وبهبود آن سودمند است و ورمها را فرو می‌برد. خـوردن آن جهت سوزاك‌مفیداست. ضمادگل درخت من برروی پلك‌چشم‌ورم‌آن‌را فرومی‌برد. خوردن‌آن جهت درمان بواسیرخونی وپاشیدن گرد پوست درخت من روی زخم جهت‌التیام جراحات سودمندمی‌باشد. خوردن خاکسترپوست درخت‌من اشتها رازیاد می‌کند و روی همین‌اصل داروسازان سنتی‌ایران ازآن‌گوارشی درست‌می‌کردندکه‌طرزتهیهٔ‌آن‌را می‌توانید در«قرابادین‌کبیر» مطالعه‌فرمایید.

اسم من «دارچین» است!

من اشتهاآورم. نشاط‌آور بوده، نفس را باز می‌کنم. پادزهر خوبی برای سموم حیوانی و نباتی هستم. دلهره و وسواس‌را ازبین می‌برم. کبد ومعده‌راتقویت می‌کنم. ضد سکسکه هستم و رعشه را نیز تسکین می‌دهم.

نام دارچین، مخصوص پوستهای معطری است که بهترین‌آنها در سیلان به‌عمل می‌آید و انواع دیگرآن‌که در خارج ازسیلان می‌روید به مرغوبی دارچین سیلان نیست.

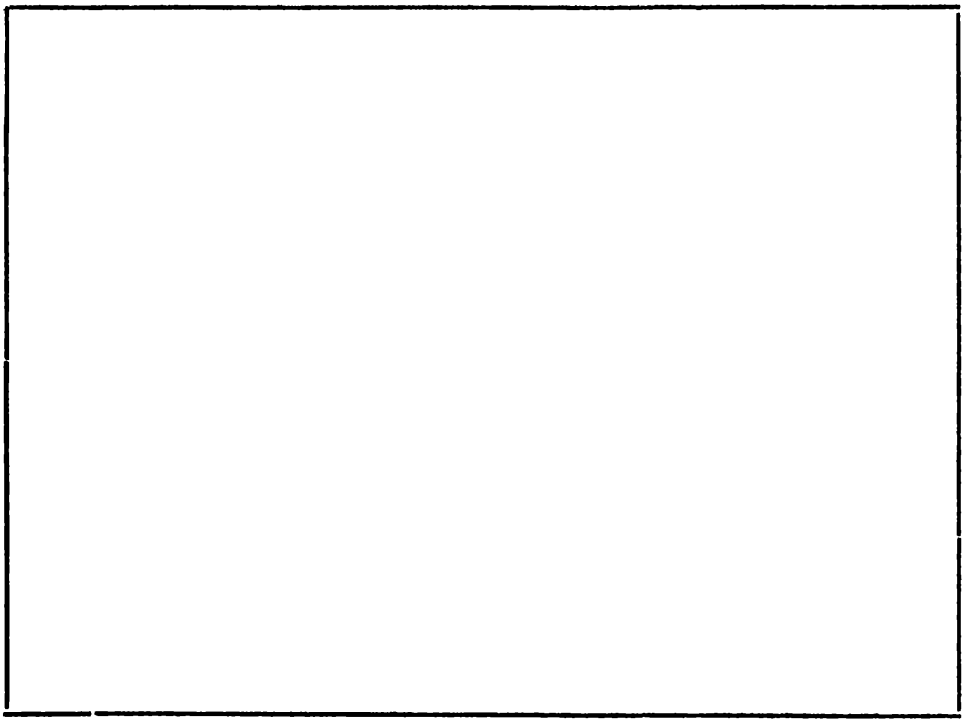
فارسی من دارچین سفید است. به‌من‌دارچینی‌هم می‌گویند. اعراب‌اسم مرا دارصینی گذاشته‌اند. سلیخه‌نوع‌چینی من است‌که به‌آن دارچین‌ختایی‌هم می‌گویند ودرهند وعمان‌هم‌کاشته می‌شود. بوی آن‌کمترازمن بوده و رنگ آن‌کمی سرخ‌است ودرخواص مانند من‌می‌باشد. منتهاکمی ضعیف‌تر. «قرفه» نوع دیگری ازمن است‌که خارج ازسیلان روییده و دارای پوست ضخیمی می‌باشد ودرلغت عرب قرفه به‌معنی پوست درخت است واختصاصاً نام‌این

پوست می‌باشد. قرفه نیز دارای تمام خواص من بوده وقدرت‌آن در تقویت معده بیشتر ازمن است، ولی منافع دیگر آن کمتر ازمن می‌باشد.

من اشتهاآور بوده، غذاهای سنگین را لطیف می‌کنم. ایرانیان مرا مانند چای دم کرده‌وقبل و بعدازغذا می‌نوشند وچای دارچین معروف است.

من نفس را بازمی‌کنم وتنفس راآسان می‌نمایم ونشاط‌آور بوده، قلب را جلا می‌دهم. من پادزهرسموم حیوانی و نباتی ومعدنی، حافظ قوای‌نفسانی و مقوی شهوت وضدخفقان و وحشت هستم. دلهره، وسواس راازبین‌می‌برم و برای درمان جنون‌تجویزشده‌ام. کارمن تقویت اعضای رئیسهٔ بدن، مخصوصاً معده وکبد می‌باشد. من بوی بددهان راازبین‌می‌برم، تنگ نفس وسرفهٔ خلطی را درمان می‌کنم وآواز را تصفیه می‌نمایم. پختهٔ من با سرکه ومصطکی جهت درمان سکسکه تجویز شده‌است وهمچنین پختهٔ من باپوست جهت معالجهٔ استسقای گوشتی‌توصیه شده‌است. مالیدن مخلوط‌کوبیدهٔ‌من باعسل، زخمهای چرکی‌راخشك می‌کند وکك‌ومك‌را پاك می‌نماید وچنانچه‌باسرکه همراه‌شود، بازهم مفیداست.

اگر مرا در روغن بجوشانید، مالیدن این روغن به‌تنهایی یا بازردهٔ تخم‌مرغ پخته، جهت‌رعشه وتسکین درد عضلات مفیداست و برای درمان اعضای‌بی‌حس شده به‌کارمی‌رود. چکاندن‌این‌روغن‌در گوش، سنگینی‌آن‌را از بین می‌برد وبرای بادهای معدی ویرقان وبواسیرنافع‌است. درصنعت داروسازی از اسانس دارچین ودرطب سنتی ایران، ازعرق وعطردارچین استفاده می‌کنند.



اسم من «آب معدنی شلف» است!

درایران آبهای معدنی گرم ـ گوگردی و گازدار زیاد است که تعدادی ازآنها ازقدیم شناخته شده ومورد بهره‌برداری واستفادهٔ علمی قرارگرفته و همه‌ساله عده‌ای ازنقاط دیگرایران و حتی کشورهای همسایه بـرای معالجهٔ امراض خود به‌سراغ آنها می‌روند.

«آب معدنی شلف» که اکنون خودرا معرفی می‌کند، یکـی از آبهای گازدار و گوارایی است که شاید تاکنون اسم آن رانشنیده باشید. ولی بطوری که درکتب قدیمی نوشته شده است، درحدود هفتادسال قبل این آب‌را دربطری کرده و به‌جای لیموناد درتهران ورشت می‌فروختند.

هفتاد سال پیش به‌من آب معدنی نصرالسلطنه‌هم می‌گفتند. زادگاه من دریکی ازییلاقات شمال، معروف «یمیان‌رود» ازبلوك «هزارمن» در نـزدیکی

شهسوار است،درکنار رودخانهٔ شلف سرازخاك بیرون آورده وهمراه بامقدار زیادی گازکربنیك طبیعی وارد رودخانه شلف شده وازبین می‌روم وبه‌طوری که درکتاب «جنگ‌الادویه» تألیف مرحوم نصیرالاطبادواساز باشی کل نظام ومفتش داروخانه‌ها وعطاریهای دارالخلافهٔ تهران در۶۹ سال پیش نوشته است، مقداری از آب مراجهت تجزیه به‌پاریس فرستاده‌اند ودرآنجا پرفسور «ماری» استاد دانشکدهٔ داروسازی آن‌را تجزیه‌کرده و در۱۶ ژانویهٔ ۱۹۰۲ نتیجه را به‌این‌شرح مرقوم داشته است:

آب معدنی شلف یك قلیایی‌آهن‌دار است‌که می‌توان آن‌را نظیرآب معدنی«آدیان ویوك» دانست. نوشیدن من هضم‌غذا را آسان می‌کندوترشی معده را خنثی می‌نماید وبرای‌کبد وکلیه‌ها بسیار مفید است وبه‌علت داشتن آهن علاج‌کم‌خونی وفسادخون می‌باشد. سموم بدن وزهرابه‌های میکربی‌را ازمفاصل بیرون‌کرده ودرمان خوبی برای‌نقرس ـ روماتیسم وسیاتیك‌است. سنگهای‌کلیه ومثانه‌را خرد کرده واز بین می‌برد. و چون املاح خاکی کم دارد، سبك بوده ونوشیدن‌آن بسیارگوارا ولذت‌بخش است.

استحمام دراین‌آب جهت امراض‌جلدی و مفاصل بسیار نافع است، به علت‌داشتن‌گازکربنیك زیاد، تهوع‌ودل به‌هم‌خوردگی را درمان می‌کند وبه علت داشتن اشعهٔ رادیوآکتیو توقف دراطراف‌معدن امراض مزمن رابیدار کرده و ازبین می‌برد. خوبی و مرغوبی پرتقالهای شهسوار قبل از آنکه معلول‌نژادوخاك‌باشد، به‌علت استفاده ازاشعهٔ‌رادیوآکتیواین معدن‌می‌باشد.

اسم من «پیاز» است!

هواشناس خوبی هستم. بی‌خوابی‌را ازبین می‌برم. برای جلوگیری ازسرطان مرا توصیه‌کنید. نقش مؤثری‌درمعالجهٔ «آب‌شکم» دارم. سنگ‌کلیه راخرد می‌کنم.

فارسی وهندی‌من‌پیازاست، درفارسی به‌من «سوخ»هم‌می‌گویند. اعراب به‌من‌بصل وترکان «سوقان» گویند. درزبان‌ترکی به‌نوع‌بیابانی‌من «کومران» نام داده‌اند.

دانشمندان قدیم وجدید برای من بیش از هزار خاصیت قائل شده‌اند، من انواع واقسام‌کوچك وبزرگ، تند وشیرین، پوست سفید و پوست قرمز دارم. من دارای یك ساقهٔ زیرزمینی به‌نام طبق‌پیازهستم. این‌ساقه ازیکطرف به‌ریشه‌های افشان وازطرف‌بالا به‌یك‌ساقهٔ‌هوایی ختم‌می‌شود، ودراطراف‌این طبق فلسهای پیاز پرده پرده روی هم جمع شده و یك شکل کروی به‌وجود می‌آورند. درروی این جسم‌کروی پوست‌پیاز قرار دارد.

یکی از عجایب طبیعت که در نهاد من است، نیروی هواشناسی است بطوری که قبل ازرسیدن فصل زمستان می‌توانم شدت سرمای زمستان آینده را پیش‌بینی کنم. در فصل پاییز شما وقتی مرا از زیر خاك درمی‌آورید اگر پوستها و پرده‌های من ضخیم، چرمی و محکم باشد، باید بدانید که زمستان سختی‌را آن‌محل خواهد داشت واگر نازك وکم‌دوام باشد، درزمستان آینده سرمای زیادی درآن محل دیده نخواهد شد، و نیز روی همین اصل است که بارفروشان از روی پوست وپرده‌های من زادگاه مرا تشخیص‌می‌دهند. چون پیازی که از مناطق گرمسیری می‌آید با پیاز مناطق سردسیر فرق بسیاردارد. من جزو موادغذایی بسیارمفیدم که بطور پخته وخام هردو مصرف می‌شوم، دارای ویتامینهای «ب» و «ث» بوده و سرشار از امـلاح سیترات ـ استات فسفات‌ـنیترات و ترکیبات گوگردی واملاح کلسیم‌ـسدیم‌ـپتاسیم‌ـید‌ـسلیس وچندین نوع قند می‌باشم. به‌کسانی که کارهای فکری دارند، خوردن پیازرا که‌دارای فسفر است توصیه نمایید. من هضم موادنشاسته‌ای‌را آسان می‌کنم وخواب را راحت می‌نمایم. به‌کسانی که دچار بی‌خوابی می‌شوند، توصیه کنید که از خوردن من غافل نشوند. درعصرحاضر که به‌علت انفجارهای پی درپی خورشید وانفجارهای‌اتمی وآلودگی‌هوا وسروصدای شهرها سکته‌های مغزی وقلبی زیاد شده‌است، نبایستی هیچ سفره‌ای خالی ازمن‌باشد، زیرا من از لخته شدن خون جلوگیری می‌کنم واز زیان آلودگی هوا می‌کاهم. من دارای یك مادهٔ میکربکش نظیر پنی‌سیلین هستم که میکربهای وبایی‌شکل را می‌کشم وباسیلهایی راکه سبب مسمومیت غذا می‌شوند، از بین می‌برم، و زهرابهٔ آنها را خنثی می‌کنم وبه‌همین جهت است که طباخان گوشت‌را همراه من حفظ می‌کنند وهیچ غذای گوشتی‌را بدون من‌نمی‌پذیرند. هیچگاه غذای مانده وبازاری نخورید، مگر آنکه با آن مقداری پیاز میل نمایید. خوردن پخته وخام من‌به‌رشد اطفال مخصوصاً کودکان عقب‌افتاده‌کمك می‌کند، من به‌علت داشتن مواد گوگردی، خون و مجازی تنفسی را ضد عفونی می‌کنم وجهت درمان تنگ‌نفس‌ـورم گلو‌ـبرنشیت‌ـگریپ وغیره مفید می‌باشم ونیز به‌علت داشتن گوگرد است که موهای سروصورت را تقویت‌کرده واز ریزش «آنها جلوگیری می‌نمایم. عمل من درمعالجهٔ امراض‌کلیوی غیرقابل‌تردید است. من درمان‌پرستات، ورم ساق‌پا وروماتیسم مفصلی‌وغیره‌مفیدمی‌باشم. من با اینکه به‌هضم غذا کمك می‌کنم، ونفخ را از بین می‌برم، خودم کمی نفاخ‌هستم وبرای جلوگیری از نفخ‌من، بایستی از مواد قندی استفاده‌کنید. خوردن‌کمی قند یا شکر یا مکیدن نبات و آب‌نبات نفخ‌مرا از بین می‌برد.

برای تسکین‌درد دندان کافی است کمی آب‌پیازرا با پنبه‌آغشته وآن‌را درحفرهٔ دندان کرم‌خورده‌بگذارید. برای‌معالجهٔ زگیلهای گوشتی وسط یك پیازبزرگ را گودکرده، ودرآن نمك بریزید وبگذارید تا نمك آب شود و آن را روی زگیل بمالید. برای از بین بردن لکه‌های سیاهی پوست نیز دارویی مفیدتر از آب‌پیاز ونمك نیست.

من دارای چندین نوع قندبوده، وبا کمك نیتراتهایی‌که دارم ادرار را زیاد می‌کنم. اثر من درجلوگیری ازتشمع کبدی وسرطان، غیرقابل‌انکاراست ودر معالجهٔ ورم پردهٔ خارجی قلب و ذات‌الریه تجویز می‌شوم.

من‌بوی زهم گوشت‌را از بین می‌برم وگرفتگی دماغ راکه دراثرتنفس در هوای متعفن پیدا شده باشد باز مـی‌نمایم. من دارای انسولین گیاهی و اینولین هستم و به همین جهت برای مبتلایان به مرض‌قند مفید بوده و قند خون را پایین می‌آورم. برای معالجهٔ آب آوردن شکم،پیدا شدن آلبومین درادرار به‌سراغ من‌بیایید، وازمدربودن من‌استفاده‌کنید. دربرگ من‌مقداری قند وآنزیمهای مختلف و مقدار زیادی سبزینه وجود دارد. ضمناً نیم پختهٔ من مسکن‌التهابات‌وناراحتیهای‌مربوط به‌سوختگی‌وبواسیراست. من اشك‌آور بوده وچشم را ضد عفونی‌کرده واز فشارآن می‌کاهم ودرعین حال ضرری به چشم نمی‌زنم. خوردن من‌بانان، بازکنندهٔ ادرار وحیض بوده وشکنندهٔ سنگ کلیه ومثانه است. پختهٔ‌مهرای من قدرت غذایی بیشتری دارد، شکم را نرم می‌کند وآروغ ترش‌راازبین‌می‌برد، پخته من‌بادنبه وچربی جهت پاك‌کردن اخلاط غلیظ سینه وریه مفید است. ترشی‌من جهت درمان یرقان وزیاد شدن اشتها و تقویت هاضمه وجلوگیری از قی صفر اوی و بلغمی سودمند است. من پادزهر سموم هستم، خوردن‌آب من به مقدار زیاد، برای‌کسانی‌که سگ هار آنها راگزیده باشد سابقاً تجویز می‌شد. چکاندن آب من در چشم جهت جلوگیری ازآبریزش وخارش پلك چشم نافع است، وباعسل جهت رفع لکهٔ سفیدی وزخم چشم وضعف بینایی تجویز شده است.

کشیدن‌آب من‌دربینی‌پاك‌کنندهٔ دماغ‌است. بوئیدن من‌درمواقع شیوع امراض مسریه منافع بسیار دارد. چکاندن‌آب من‌درگوش جهت رفع سنگینی وصداکردن‌گوش وپاك‌کردن چرك‌آن نافع است، مقدارخوراك من تاصدگرم است. ضمادکوبیدهٔ من برمحل نیش عقرب وزنبور زهرآنها را ازبین می‌برد. ضماد من برروی پوست بدن خون را به سـوی جلد می‌کشد وآن را خوش آب و رنگ می‌نماید، ضماد من باعسل و باروت جهت درمان برص، زگیل گوشتی، کك ومك و زخمهای چرکی توصیه شده است و برای ازبین بـردن

زگیل بهتراست ضماد مرا بانمك و گیلاب و عسل‌استعمال نمایید. ضماد من بازردهٔ تخم مرغ جهت بواسیر و دردنشستنگاه به‌کار می‌رود و با کوهان شترجهت شقاق وبواسیر مفید بوده، بواسیر را باز می‌کند. پختهٔ من باپیه جهت معالجهٔ زخم پاکه دراثرزدن کفش بوجودآمده باشد مفید است. عده‌ای از اشخاص گرم مزاج وسودایی نسبت به من‌حساسیت دارند. این اشخاص یا بایستی ازپختهٔ من استفاده‌کنند و یابعد از خوردن من، کمی سرکه یاآب انارمیل‌نمایند. برای‌برطرف‌ساختن‌بوی من خوردن سبزیهای معطر، باقلای خام، گردوی بوداده، ونان سوخته مؤثراست. بذرمن مقوی قوای شهوانی است، وجهت‌موخوره و داءالثعلب مفید است.

پیازچه:

اسم من پیازچه است، به مـن پیاز اسپانیایی، بصل اسپانیا و پیاز تازه هم می‌گویند، و دارای‌تمام خواص پیازمی‌باشم. چنانچه ازاسم من‌پیداست، مرا از اسپانیا آورده‌اند. تره و «والك» نیز نوعی پیاز بوده‌که قبلاً خود را معرفی‌کرده‌اند. باری، خانوادهٔ ما عامل سلامتی وطول عمر می‌باشند و این خاصیت درپیازچه و والك هم وجود دارد. سوپ پیاز واشکنه‌که با آب پیاز درست شود، بهترین غذابرای‌کسانی‌است‌که ازنفخ شکم رنج می‌برند. سوپ پیازچه نیزهمین خاصیت را دارد. باآب پیاز مرکب نامرئی می‌سازند، به‌این معنی‌که اگرشما در روی‌کاغذ جملاتی باآب پیاز بنویسید خوانده نمی‌شود وچون آن را مختصری حرارت دهید، نوشتهٔ‌آن ظاهر خواهد شد.

برای براق‌کردن اشیاء چرمی وظروف مسی‌ولعابی، می‌توانید ازپیاز استفاده‌کرده وآنها راباکمك‌پره‌های پیازپاك‌کنید. درایران قدیم باپیازچسبی درست می‌کردندکه قطعات شیشه وچینی را به هم می‌چسبانید. دستور تهیهٔ این چسب جزو اسرار بوده، ومتأسفانه ازبین‌رفته است. برای جلوگیری‌از سبز شدن بایستی‌آن را در تاریکی نگاه دارند.

پیاز دشتی:

فارسی من پیازدشتی‌است، به‌من پیازموش هم می‌گویند. چون دشمن این حیوان موذی هستم. یك نوع من درخراسان می‌روید و به‌آن پیازخرك و «بصل الخنزیر» گـویند. عربی مـن عنصل، بصل‌الفار، بصل، العنصل و عنصلان است. درکتب قدیم مرا زیرنام‌اسقیل‌که‌گویا یك لغت یونانی‌است آورده‌اند. بیخ من شبیه پیاز بوده، وگلابی شکل است. بزرگ و کوچك ـ

سفید و قرمز، کوهی‌وبیابانی‌دارم. بزرگی پیاز من حتی‌به دوکیلوهم‌می‌رسد ونساجان بنگال لعاب مرا جهت محکم‌کردن ریسمان وتارو پود پارچه‌بکار می‌برند. پیاز مرا بایستی درپاییز بچینند تاچسبندگی زیادتری داشته باشم. من‌پیشاب را زیاد می‌کنم، وآب نسوج را ازبین می‌برم. همراه باکاکل‌ذرت و دم‌گیلاس وخارسك‌بهترین‌درمان داءالفیل (چاقی‌زیاد) هستم. مقوی قلب بوده و سینه رانرم می‌کنم وضد سیاه سرفه می‌باشم.

من جهت‌اکثرامراض دماغی و عصبی مانندسرگیجه، مالیخولیا، درد شقیقه، سردرد یـك طرفه، بـی‌حسی اعصاب، فلج ونسیان مفید می‌بـاشم. قدرت بینایی را زیاد می‌کنم و از فشار چشم مـی‌کاهم. دردگوش را ساکت می‌کنم. تنگ نفس رامعالجه می‌نمایم. درمان سرفهٔ کهنه بوده، سینه را نرم می‌کنم. من معده را تقویت‌کرده، بـه هضم غذا کمك می‌کنم وآن را گوارا می‌نمایم. برای یرقان، استسقا، سختی طحـال، پیچش شکم و درد مفاصل و سیاتیك مفید هستم. ادراروحیض‌راباز کرده، سنگهای مثانه را خردمی‌نمایم، خوردن من برای زنان‌حامله‌خوب نیست، چون ممکن‌است سقط جنین‌نموده و یا فرزندآنها ناقص الخلقة به دنیا بیاید.

چون پیاز مرا باسرکـه کوبیده و درحمام برلکه‌های سیاه پوست بدن بمالند رنگ آن را از بین می‌برم ودراین‌مورد هیچ دارویی رقیب من‌نیست. اگرنپختهٔ مرابایك چهارم‌وزنش بوره (بورات دوسود)کوبیده ودرپارچه‌بسته وآن را برموضع‌گری (داءالثعلب)آنقدر بمالندکه خون‌آلودشود، موی‌آن محل روییده خواهد شد وچنانچه محتاج به تکرارعمل‌باشد، بایستی‌چندروز صبرکرد تا زخم‌آن‌بهبودی یابد. چون موش مرابخورد، درکمترازیك ساعت خواهد مرد. بوی من قاتل مگس می‌باشد، حشرات و مورچه را نیز از بین می‌برم.

من آفات نباتی را از بین می‌برم و به‌همین جهت است‌که‌درگذشته‌که سمپاشی نباتات معمول نبود، مرا درپای درختانی چون مو وانارمی‌کاشتند، تا آفات آنها ازبین برود.

بذر من شکم را نرم می‌کند و درمان دل پیچه است.

مقدار خوراك من سه‌گرم بوده، وزیاده برآن خطرناك است.

اسم من «افسنتین» است!

اشتها را تحریك می‌کنم واختلالات معدی را از بین می‌برم.برای درمـان کابوس، لقوه وبی حسی اعضا مفیدم. دوست صمیمی کبد هستم.

فارسی من «خاراگوش»و«مروه» است، ولی در داروخانه‌ها وعطاریها به من «افسنتین» می‌گویند. درکتب قدیم «کشوتـا» و «شیح رومی» به من لقب داده‌اند، عربی من «فترق» است و درمصر به یك نوع من «دسیسه»و کوهی مرا «ربل»گویند. ترکی من «قوت اوذی» است، گیاه من بین بوته و درخت بوده وگل آن شبیه گل بابونهٔ گاو چشم است. من دارای انواع و اقسام خـراسانـی، نبطی، رومی، سویسی، بلژیکی وفـرانسوی هستم. یك نوع من که درسواحل دریای مازندران‌ازگیلان تاآستارا می‌روید، دراطراف رشت به‌آن «واش» و «گندواش»گویند وگیلانیان جوشاندهٔ‌آن‌رابه‌مقدارکم برای‌رفع اختلالات معدی وزیاد شدن اشتها ودرمان یبوست می‌نوشند. من دارای طعمی تلخ بوده، و ایرانیان تلخی‌مـرا شبیه تلخی «صبر» می‌دانند و

درکتاب مقدس انجیل تلخی حقیقت را به تلخی‌من تشبیه کرده‌اند. وقتی گیاه من گل کرد، بایستی آن راچید ودرسایه وجای خنك‌آویزان کرد تاخشك‌شود. نوع وحشی من مفیدتر از انواع پرورش یافته است.

پزشکان و داروسازان سنتی ایران مرا داروی ضدکرم و مقوی معده و اشتهاآورمی‌دانستند. من مسهل صفرا وبااسطوخودوس وافتیمون مسهل سودا بوده، برای سردرد ،لقوه، فلج، وبی‌حسی‌اعضامفید می‌باشم. برای درمان کابوس، سرگیجه، مالیخولیا نیزسودمندم. دوست‌کبد و درمان ورم طحال و رحم می‌باشم و مرا برای درد اعصاب وبواسیر و ورم چشم تجویز می‌کنند.

من‌بااینکه‌قاعده‌آورنیستم، برای‌دخترانی‌که به‌علت‌ضعف‌دچار یائسگی پیشرس شده‌اند، مفید بوده و عادت ماهانهٔ زنان را منظم می‌کنم. چون مرا ساییده، درپارچهٔ‌کتان بسته و آن را در آب جوش فروبرده روی پلك چشم بگذارند، لکه‌های قرمزچشم‌راکه دراثرضربه پیدا شده‌باشد، برطرف‌می‌کنم. زیرا من خون را به‌سوی خود جذب می‌کنم، ضماد پختهٔ من برای دردچشم و ورم آن سود دارد، وباعسل جهت رفع آثار بنفشی‌که زیر پلك چشم پیدا می‌شود نافع است.

چون برگ بوتهٔ مرا درآب یاالکل ویاروغن بجوشانند، وباآن گوش را بخوردهند، دردآن‌راساکت می‌کنم و ورم بناگوش را التیام می‌هم وچرك وعفونت‌گوش را ازبین‌می‌برم. چکاندن جوشاندهٔ‌من برای سنگینی وعفونت گوش‌که در اثرآب رفتن درآن پیدا شده باشد نافع است.

من‌ضد عفونی‌کننده وکرمکش قوی و ضد حشره می‌باشم. گذاشتن من درصندوق وکمد مانع بید زدن لباس می‌شود، وچنانچه مرا بامرکب مخلوط کرده، و باآن‌کتاب بنویسند، مانع تغییر رنگ آن شده واوراق‌آن را از شر حشرات وموش محفوظ می‌دارم. اگرمرابا روغن‌مخلوط‌کرده، بربدن بمالید پشه ومگس به شما نزدیك نخواهد شد.

درگذشته‌که پنی‌سیلین‌وداروهای میکربکش کشف‌نشده بود، من‌بهترین داروی ضد میکرب بوده و در مواقع شیوع‌امراض‌مسری مانند طاعون مرا تجویزمی‌کردند. من‌تب‌بروضدیرقان‌بوده‌وبرای‌جلوگیری‌ازآب‌آوردن‌نسوج به‌کار می‌روم. من در درمان اسهال مزمن معجزه می‌کنم وضدنفخ می‌باشم‌و برای‌امراض‌نوبه‌ای سودفراوان‌دارم، ضمادپختهٔ نمك‌زده‌من درروی‌زخمهای عفونی وگنده‌تاول، اثرضدعفونی‌کننده والتیام‌دارد. برای‌این‌کارنیزمی‌توان ازتنتورمن استفاده‌کرد. من‌سرعت جریان‌خون رازیادمی‌کنم‌وخون رابه‌سوی

خود جذب می‌نمایم، برای رفع ترشحات زنانه می‌توانید ازمن استفاده کنید. ممکن‌است بعضیهانسبت به من‌حساسیت داشته یاازخوردن من‌ناراحت‌شوند، این اشخاص و بیماران عصبی ومبتلایان به خونریزی بایستی ازخوردن من پرهیز نمایند، روی هم رفته مصرف من به‌طور مداوم جایزنیست وبایستی با فاصله انجام گیرد.

قسمت مورد استفادهٔ من برگ و سرشاخه‌های گلدار من‌است، مقدار خوراك آنها نیم تا دوگرم به‌عنوان مقوی معده، دو تا سه‌گرم برای دفع کرم، به‌مدت پنج روز متوالی است.

دمکردهٔ ۵ تا ده‌گرم من دریك لیترآب بدون قند، به عنوان تب‌بر به کارمی‌رود. قند ازتأثیرمن‌می‌کاهد. خیساندهٔ ۳۰تا۱۰۰ گرم‌گیاه من درهزار، بهتر ازدمکردهٔآن‌است. درموقع تب ولرزموقعی‌که‌گنه‌گنه وداروهای دیگر مؤثر واقع نشوند، شراب من‌اثرآنها را زیاد می‌کند.

من در اطراف تهران ـ ارتفاعات دماوند ـ در آذربایجان، خراسان، ییلاق عمارلو ـ بین‌چرم‌کش و شورین ـ نیز می‌رویم.

افسنتین دریایی

گیاه شناسان جدید مرا «افسنتین‌دریایی»نامیده‌اند. عربی‌من‌شیح‌البحر است. من درشمال غربی ایران، مخصوصاً سواحل دریاچهٔ رضائیه و اطراف شاهپورتامیانه درکنارمردابهاوشوره‌زارهاوهمچنین دربلوچستان بطورخودرو به عمل می‌آیم. خواص من بین درمنهٔ ترکی و افسنتین است. سرشاخه‌های گلداروبرگ من ـ مقوی معده، ضدکرم، درمان مرض قند وضد صرع است. برای دفع‌کرم بایستی چهارتا هشت‌گرم سرشاخهٔ گلدار وبرگ مراجوشانده، وصبح ناشتاپس‌ازشیرین‌کردن نوشید، وبرای‌دفع‌کرمك می‌توان این‌جوشانده را تنقیه‌کرد. مقدار خوراك سرشاخه‌های خشك وبرگ من‌چهار تاهشت‌گرم برای اشخاص بالغ و یك تا دوگرم برای اطفال است‌که بطور گردکوبیده جوشانده وتنقیه مصرف می‌شود. مادهٔ عاملهٔ من شبیه سنتونین است وچون دارای اثرسمی‌است، نبایستی زیادمصرف، شود. وجود من‌دراطراف دریاچهٔ حوض سلطان چندان قطعی نیست.

من «زبان گنجشك» هستم!

فارسی من‌زبان گنجشك‌است، اعراب به‌من «مران» و«لسان العصفور» می‌گویند. عده‌ای به‌غلط لسان‌العصافیر و شجرالبق را زبان‌گنجشك ترجمه می‌کنند و این‌اشتباه‌است زیرالسان‌العصافیرمیوهٔ درخت نارون‌است که‌شباهت زیادی به زبان‌گنجشك دارد وچون دروسط‌آن نوعی پشه‌که عربی‌آن «بق» می‌باشد زندگانی می‌کند، به درخت آن «شجرالبق» می‌گویند. من درنقاط مختلف ایران، گرگان، مازندران، گیلان ورامیان به‌حالت وحشی می‌رویم و بطور زینتی‌مرادرتهران وبسیاری ازنقاط دیگرمی‌کارند. من دارای انواع و اقسام می‌باشم‌که فرقمان درتعداد برگچه‌ها و شکل ظاهری آنها می‌باشد. گلهای قرمز رنگ مایل به قهوه‌ای من قبل از روییدن برگ پیدا می‌شود. قسمت مورد استفادهٔ من برگ من‌است‌که پس از رشدکامل‌آنها را درماه‌های

خرداد وتیر باید چید وبرگچه‌های آنهارا درسایه خشك کرد و هرروزآنها را زیرورو نمود، تا رنگ سبزآنها ازبین نرود.

پوست ومیوهٔ من نیزمصرف دارویی دارد.

پوست وشاخه‌های من دارای طعم‌تلخ وگس بوده، وتب‌بر وخلط‌آور است و قبل ازپیدایش گنه‌گنه‌آن را برای درمان تب ونوبه به‌کار می‌بردند. برگ من دارای اثرملین بوده زیاد آن مسهل‌است وبرای درمان رماتیسم و نقرس تجویز می‌شود وضمناً پیشاب‌آور ومعرق نیز می‌باشم.

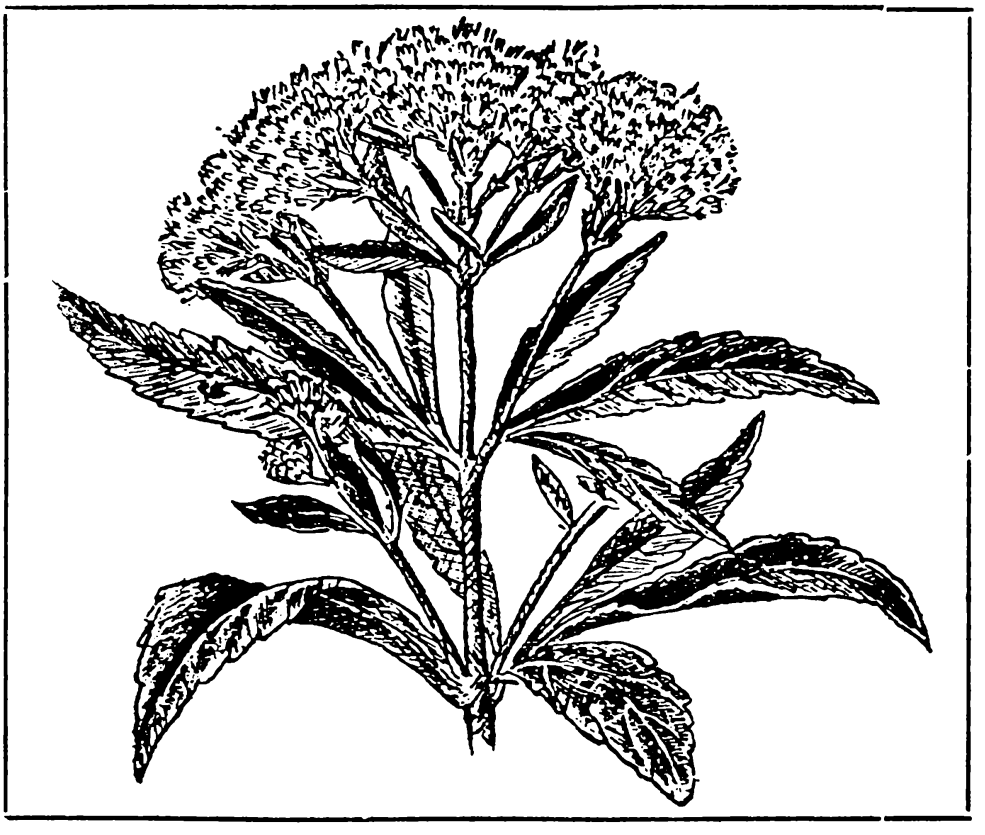
دمکردهٔ ۳۰ تا ۶۰ گرم من در یك لیترآب و جوشاندهٔ ۱۵ تا ۳۰ گرم میوهٔ من به عنوان مقوی و مدر و دمکردهٔ ۱۰ تا ۲۰ گرم برگ خشك من در دویست گرم‌آب برای‌معالجهٔ نقرس به‌کارمی‌رود، وبرای‌این‌کار مبتلایان می‌توانند هرسه ساعت یك مرتبه یك فنجان بنوشند و همچنین مبتلایان می‌توانندآب جوشاندهٔبرگ درخت مراتنقیه‌کرده وتفالهٔآن راگرم‌گرم روی محل درد بگذارند. برای معالجهٔ کامل بایستی هشت روز متوالی این عمل را تکرارکرد واثر معجزه‌آسای آن را در درمان نقرس دید. جوشاندهٔ شصت گرم پوست من دریك لیتر آب به عنوان تب‌بر و معالجهٔ تب و لرز تجویز می‌شود. شکرکی‌که در روی بعضی از انواع من پیدا می‌شود، همان «من-والسلوی» می‌باشدکه به‌عنوان مائده برای‌قوم بنی‌اسرائیل نازل‌می‌شد.

اسم من «اقاقیا» است!

دمکردهٔ گل و برگ من سردردهای مزمن را تسکین می‌دهد. از برگ من برای بریدن صفرا، استفاده کنید. گل من آرامش‌بخش است. همین گل، مقوی و ملین نیز می‌باشد. برای درمان کم‌خونی، طبق دستور ازمن استفاده کنید.

فارسی من اقاقیا وعربی آن شجرةالجراد می‌باشد. من درختی زینتی هستم که زادگاه اولیهٔ من امریکای شمالی است ولی امروزه دراروپا ـ آسیا مرا به‌نام یك درخت زینتی می کارند. گیاه اصلی من خارداراست، ولی درانواع پرورش‌یافتهٔ من خاراز بین رفته است گلهای من سفید ومعطراست، ولی درانواع پرورش یافته گلی رنگ‌هم‌دیده می‌شود. گلهای درخت من نوش فراوان دارد وزنبورعسل به‌آن راغب است. گل من کمی آرامبخش است. مقوی، ملین وصفرا برمی‌باشد. پوست درخت من مخصوصاً پوست ریشهٔ آن به‌مقدار کم مخلوط باقند

کمی ملین است، ولی اگر به‌مقدار زیاد خورده شود، قی‌آور و مسهل قوی‌است و زیادی آن سمی می‌باشد. برگ درخت من صفرا بر و ملین است. دمکردهٔ گل و برگ درخت من سردردهای مزمن را تسکین می‌دهد، مخصوصاً اگر منشاء سردرد مسمومیت غذایی و سوء هضم باشد. دمکردهٔ ۱۲ گرم برگ من دریك فنجان آب جوش، به‌عنوان صفرا بر ناشتا می‌خورند و دمکردهٔ همان مقدار گل من به‌عنوان آرامبخش قبل‌ازشام و ناهار تجویز شده است. ازدمکردهٔ ۱۵ تا ۲۰ گرم من در یك لیتر شراب قرمز، شرابی مقوی به‌دست می‌آید که برای کم‌خونی و درمان ترشحات زنانه نافع است. با گل من نان‌شیرینی، نوشابه‌های معطر و محصولات زیبایی به‌دست می‌آورند. با گل من ابریشم، پنبه و کاغذ را رنگ می‌کنند و با الیاف درخت من طناب درست می‌نمایند. چوب درخت من بادوام بوده و دیر می‌پوسد.



من «گل رنگ» هستم!

این‌روزها بیشتر به‌من گل‌رنگ می‌گویند، ولی درفارسی به‌یك‌نوع‌من که‌درخراسان، تبریز وتراران تفرش به‌عمل می‌آید کافیشه، زعفران کاذب و گل زردك گویند وبه‌یك نوع دیگرمن که درناحیهٔ ایسبیلی گیلان ودرمغرب ایران، اشتران‌کوه، جام تونه درکرمانشاه وهمچنین در بوشهر، بیشه و کازرون به‌عمل می‌آید کاجیره ـ کاژیره ـ کاجره ـ بهرامه ـ بهرمان گویند.

درفارسی به‌دانهٔ من خسك‌دانه‌وتخم‌کاجره واعراب به‌دانهٔ من‌قرطم، حب‌العصفر وبذرالاحریض گویند. گل من‌خاردار وزردمایل به‌قرمزی است، ولی تدریجاً زرد نارنجی می‌شود. ازگل من‌برای رنگ‌کردن پارچه وبه‌جای زعفران برای رنگ‌کردن غذا استفاده می‌کنند، هرکس‌گل مرا بخورد رنگ ادرارش قرمز می‌شود.

عصارهٔ گل من که در رنگرزی به کارمی‌رود، به‌نام زردج معروف‌است واعراب به‌آن ماءالعصفر گویند. گل من مانند دانه‌هایم دارای اثر مسهلی است، جوشاندهٔ ۱۲ تا۲۴ درهزارآن محلل غذا و مقوی اعصاب، خلط‌آور و قاعده‌آور است، و در ذات‌الریه تجویز می‌شود. گل نوع کاجیره معرق، تب‌بر،ضدکرم وقاعده‌آور می‌باشد.ودراستعمال خارجی به‌عنوان ضدعفونی کننده والتیام دهندهٔ زخمهااستفاده می‌شود، وبرای معالجهٔ سوزاك چه‌از راه شستشو وچه‌از راه‌خوردن مفید می‌باشد.

من «خارخسک» هستم!

میوهٔمن که به اسامی خسک‌دانه، تخم کافشه وتخم کاجیره معروف است. دارای ۳۰تا۳۷درصد مادهٔ سفیده‌ای و۴۵تا ۵۶درصد روغن است، که پس‌از تصفیه به‌مصرف تغذیه‌می‌رسد ومعمولا باآن مارگارین می‌سازند. گیاه‌مرا برای استفاده از گل ومیوهٔروغنی‌آن می کارند وهر کیلودانه که کاشته شود ۳۳ کیلو محصول می‌دهد وچون میوهٔ مـن در وسط برگها محصور شده روی زمین نمی‌افتد و بـه‌علت داشتن تیغ‌پرندگان به‌سراغ‌آن نمی‌آیند. بـه‌ایـن جهت دانه‌های من به‌هدر نمی‌روند.

میوهٔ من دارای اثرمسهلی است، هشت‌گرم دانهٔله‌شدهٔ من مخلوط با ۲۵ گرم‌آب به‌عنوان مسهل به‌کار می‌رود.

دانه‌های من‌مسهل بلغم‌واخلاط سوخته و بادشکن است، وچون ۷/۵

گرم مراکوبیده وشیر گرفته وبا قندیاشکر سرخ یاعسل مخلوط کرده‌بخورند ویا باآب شربت‌سازند ویابه‌صورت مربا وشیرینی بخورند، جهت پیران‌مفید است وبا افتیمون جهت معالجهٔ مالیخولیا، وسواس، خفقان، جذام، جرب، خارش وامراض سودایی مؤثراست.

شیرهٔ میوهٔمن شیر را منعقد می‌کند، وپنیرآن تمام خواص مرابه‌مقدار زیادتری دارد وهرگزنبایدآن‌را بعدازخوردن شیرخورد، زیرا باعث سنگینی وخرابی معده‌می‌شود. خوردن میوهٔ من بامغزفلوس جهت تبهای بلغمی‌نافع است، خوردن مغز مقشر دانه‌های من جهت قولنج نافع است، و برای رفع استسقا تجویز شده است. خوردن برگ ومیوهٔ من به‌مقدار یك مثقال همراه با نیم‌مثقال فلفل همراه با شراب جهت معالجهٔ عقرب‌گزیدگی توصیه شده است، وچون عقرب‌گزیده برگ‌ومیوهٔ مرادردهان گذاشته و بمکد دردمحل نیش‌ساکت‌می‌شود. مقدارخوراك میوهٔمن۱تا۱۰گرم است، ازروغن‌دانه‌های من درمعالجهٔ رماتیسم وفلج بطور مالیدنی استفاده می‌کنند.

فوائد خار مرا درجلد سوم خواهید خواند.

اسم من «بید» است!

برگ من تقویت‌کنندهٔ قلب است. من تب‌بر بوده، سردرد رانیزتسکین می‌دهم. چکاندن جوشاندهٔبرگ من درگوش آن‌را ازچرك پاك می‌کند.

بید نام‌دیوسفید بودکه رستم درمازندران اوراکشت واسم او روی من گذاشت. اعراب به‌من صفصاف گویند، درکتب مختلفهٔ قدیم از من به‌نام خلاف یادشده‌است. من‌انواع واقسام دارم‌که مهمترین آنها عبارتند از: بید سفید یابید ساده.

من‌درتهران، کرج، کوههای طالقان، پشند، گچسر، درهٔلورلاهیجان، پل‌زغال، درهٔ چالوس، مازندران، آذربایجان، دیلمان مغرب ایران، اشتران کوه، بین سقز وهمدان، کوه رجب، کوه‌کهواره درکنار جویبارها می‌رویم. سایه‌گستر بوده و برخلاف شایع دارای میوه هستم، منتها میوهٔ من مأکول نیست، ولی در داروسازی ازآن استفاده می‌شود. رنگ چوب من‌کمی سفید است، گل‌من درایام‌بهار بعداز روییدن برگ به‌صورت سنبله‌ای‌کوچك دربین

برگها ظاهرمی‌شود. این گل کمی خوشبوست. میوهٔ من مانند خوشه ازساقه آویزان می‌شود ودرکتابهای داروسازی سنتی ایران به‌این «میوه بید» اطلاق کرده ودرخت مرا چنانچه قبلاً گفتم «فلاف» می‌نامیدند. برگ من مقوی دماغ وقلب وبازکنندهٔ گرفتگی جگرودرمان سردرد می‌باشد. خفقان‌تشنگی وضعف معده وتبهای محرقه وصفراوی باآن معالجه می‌شوند. وبرای جمیع امراض صفرای مفید می‌باشم. عرق شکوفهٔ من دارای خواص بیشتری است. برگ‌من قایض وتب‌براست، وقبل‌ازکشف امریکا وپیدایش «گنه گنه» تنها داروی ضدتب ونوبه بود وپزشکان‌سنتی ایران‌مبتلایان‌به‌حصبه ومطبقه را روی برگ من می‌خوابانیدند تا تب آنها پایین بیاید، عصارهٔ برگ من مسهل بلغم وصفرا می‌باشد.

عرق من‌که به‌عرق بید معروف است، و آن را مانند گلاب از تقطیر برگ من‌به‌دست‌می‌آورند، سردر درابرطرف‌می‌کند وازتب‌ونوبه جلوگیری می‌نماید وبرای بازشدن جگرودرمان یرقان وسختی‌اسپرز واختناق رحم‌نافع است. همچنین پادزهر سم‌عقرب‌وسموم دارویی‌است. چکاندن‌جوشاندهٔ برگ من‌درگوش‌آن‌راازچرك پاك‌می‌کند. نشستن‌درآب‌جوشاندهٔ برگ وشاخه‌های من جهت ازبین بردن فساد چرك مفید می‌باشد. خوابیدن در روی برگ من جهت رفع حرارت‌کبد وقلب مفید می‌باشد. خوابیدن درزیرسایهٔ درخت من در روز برای تقویت قلب واعصاب سودمند می‌باشد. ضماد برگ من جهت جلوگیری از خونریزی، ونوشیدن جوشاندهٔ برگ من جهت معالجهٔ اسهال خونی سودمند می‌باشد.

صمغی‌که‌ازبرگ‌من‌بیرون می‌آید، ضدعفونی‌کننده ومقوی بینایی‌است وبه‌صورت سرمه می‌توان آن را به‌کاربرد. خاکستر چوب درخت من برای جلوگیری‌ازخونریزی‌وباسرمه‌جهت‌زگیل وورم‌پستان تجویزشده‌است‌وبرای جلوگیری‌ازنفوذ میکرب سودمندمی‌باشد. به همین جهت‌است‌که به‌جوانانی که مبتلا به‌خوش غرورمی‌باشند توصیه می‌شودکه‌آب برگ‌مرا بافشارگرفته وبه‌صورت خود بمالند تا مانع پیدایش جوش شود.

مفیدترین قسمت مورد استفادهٔ من پوست درخت من است‌که دارای چندین عامل دارویی است‌که مقدار آنها درانواع بید فرق می‌کند، و مقدار آنها درساقه‌های مسن بیشتراز ساقه‌های جوان است وبه همین جهت توصیه کرده‌اندکه بایستی ازپوست ساقه‌هایی استفاده‌کردکه سن‌آنهاکمتر از سه سال نباشد. برای تبهای نوبه‌ای از دمکردهٔ ۴۰ تا ۵۰ درهزار پوست ساقه‌های سه‌سالهٔ من‌استفاده نمایید. این پوست دارای‌اثرمسکن‌مخصوصاً برای دردهای

اعضای تناسلی است.

عصارهٔ روان‌سنبله‌های من، برای درمان بی‌خوابی که نتیجهٔ ضعف اعصاب است و اختلالات عصبی مفید می‌باشد و سختی ادرار راهم برطرف می‌کند، خوردن مقدار کمی از پوست درخت من اشتها را بازمی‌کند ودستگاه گوارش را نقویت می‌نماید.

یکی ازعوامل دارویی که از درخت من گرفته می‌شودبرای رماتیسم، نقرس، گریپ و اسهال خونی مؤثر است

بید فوکا

من نوعی بید هستم که درمازندران به‌من فك در رامسروشهسوارفوکا و درگیلان ویدار می‌گویند وبیدخشت را ازمن‌می‌گیرند، ودرنواحی البرز، جوستان طالقان و نقاط کم ارتفاع شمال ایران و شمال غربی گرگان، درهٔ ترکمن ودرمغرب ایران درکوه‌های زاگرس‌وکردستان‌وهمچنین دربلوچستان به عمل می‌آیم، ولی در همه جا بیدخشت از من گرفته نمی‌شود، و چون بیدخشت همراه با سایر انگبینهای گیاهی خودرا قبلامعرفی کرده‌است، بیشتر از این خودرا معرفی نمی‌کنم. تنها یادآور می‌شوم که پزشکان سنتی ایران بید خشت را خنك‌ترین انگبینها می‌دانستند، و خواص ساقه، برگ و میوه و گل من همانند بید ساده است.

بیدمشك

فارسی من بیدمشك است. به‌من شاه بید، بهرامه، بهرامج، مشك بید وبیدطبری هم می‌گویند. درکتب داروسازی سنتی ایران‌مرا«فلاف‌بلخی» نامیده‌اند. درخت من شبیه‌بیدساده‌بوده، وازآن‌کوچکتر است، گل‌من قبل از روییدن برگ ظاهرمی‌شودکه بسیار خوشبو بوده، وبه‌صورت سنبله‌ای است که درسرآن دانه‌هایی دیده می‌شود. عطرگل من گرفتگی دماغ‌رابازمی‌کند. مقوی قلب و مغز بوده، ومسکن‌سردرد می‌باشد. جوشاندهٔ میوهٔ من شکم را نرم می‌کند. عرق من‌که به عرق بیدمشك معروف است، قویتر از عرق بید بوده، مقوی دل و دماغ وملین شکم است. شهوت را تقویت می‌کند وبادـ شکن معدی است. غرغرهٔ جوشاندهٔ برگ من جهت انداختن زالویی که در گلو چسبیده باشد، مؤثر است. خوردن جوشاندهٔ برگ و شکوفهٔ من مانع غلیان خون است.

سرخ بید

من دردامنهٔ کوه‌البرز، اطراف کرج، رضائیه،دیزه، سیامك وآذربایجان شرقی می‌رویم و از شاخه‌های من در سبدبافی استفاده می‌کنند.

بید مجنون

من‌نوعی‌بید هستم‌که شاخه‌هایم به‌سوی زمین‌است. به من «بیدموله» هم می‌گویند. درخت من فاقد عوامل دارویی بید بوده و تب‌بر نیستم.

شالك

به من دراطراف تهران «شالك»، درهمدان «دله‌راجو» می‌گویند. من در شمال ایران، دامنهٔ البرز، کرج، شهر ستانك، طالش، آذربایجان، حسن بگلو، بلوچستان‌وشرق‌ایران‌می‌رویم. برگهای مثلثی وبراق‌من‌باکوچکترین نسیم می‌لرزد و به‌همین جهت است که سایر بیدها به خود بالیده و در مثل می‌گویند ما ازآن بیدهایی‌نیستیم‌که با این بادها بلرزیم. چون حتی موقعی که باد هم نمی‌آید برگهای من درحرکت می‌باشند.

قامت درخت من۲/۵تا۴متراست وقسمت مورداستفادهٔ من جوانه‌های مولدگل من است‌که بایستی آنها را درآخر زمستان چیده و خشك‌کرد. این جوانه‌ها معطر بوده، و دارای طعم تلخ و کمی شیرین است. دمکردهٔ ۸ تا ۱۵ گرم من درنیم لیترآب وجوانهٔ پوست‌درخت من‌پیشاب‌آور ومعرق‌بوده، مقوی معده و تقویت‌کنندهٔ دستگاه‌گوارش است. برای مبتلایان به رماتیسم نقرس، سیاتیك، ناراحتیهای کلیه و مثانه تجویز می‌شود. شراب جوانه‌های من به علت داشتن تانن برای‌مسلولین تجویز می‌شود. برای تهیهٔاین شراب ۱۰۰ گرم جوانهٔ نیم‌کوب و۴۰ گرم پوست نارنج را هشت روز دریك لیتر شراب خیسانده، سپس بافشار صاف‌کرده ویك لیوان‌کوچك‌آن را بعد ازناهار وشام به مسلولین می‌خورانند.

ضماد یك قسمت جوانهٔ من با دو قسمت پیه‌برای سوختگی وخراش و ترك دست و پا، لب وپستان والتهاب پوست و رفع ورمهای مفاصل ونقرس تجویز می‌شود.

در داروخانه‌ها جوانهٔ مرا با برگ خشك بلادن، ژوسکیام‌وپیه خوك مخلوط‌کرده، وبرای‌امراض مذکور تجویزمی‌کنند، زغال‌چوب من به‌صورت قرص در داروخانه‌ها به‌نام حب زغال (شاربن) فروخته می‌شود که بـرای

جلوگیری ازسوءِ هضم توأم باننفخ بسیار مفید است وبیشترآن‌را درمواقعی که مدفوع زیاد متعفن است تجویـز می‌کنند. با زغال چوب‌من می‌تـوان بهترین گرد دندان‌راساخت. پاشیدن‌کوبیدهٔ زغال من بر روی زخم‌ازعفونی شدن‌آن‌جلوگیری‌کرده وآن‌را خشك می‌کند.

اسم من «اکلیل کوهی» است!

برای ازبین بردن‌ضعف‌عمومی بدن سودبسیار دارم. تنگ نفس را درمان می‌کنم. برگ من ازفاسد شدن گوشت جلوگیری‌می‌کند. تپش قلب را ازبین‌می‌برم و مانع تشمع کبد می‌شوم. علاج صددرصد رماتیسم را درمن جستجوکنید...

اسم من اکلیل‌کوهی است. اعراب به‌من اکلیل الجبل‌گویند. درخت من سبزی وزیبایی خاص و بویی مطبوع دارد و در غالب نـواحی به‌عمل می‌آید، مخصوصاً در اطراف اسکندریه زیـاد است. در قبور مصریان قدیم شاخه‌های من دیده می‌شود. گلهای من نوش فراوان دارد، و زنبورعسل به آن‌علاقمند می‌باشدوباآن عسل‌خوشبویی‌تهیه می‌کند. ازگلهاوسرشاخه‌های من اسانس مخصوصی به‌نام «اسانس رمارن» می‌گیرند.

ملکهٔ هنگری درسن ۷۲ سالگی مبتلا به رماتیسم ونقرس بـود، و با گیاه مـن معالجه شد و بعد بـه‌فکر ازدواج افتاد. سرشاخه‌هـای گیاه مـن

پیشاب‌آور، ضد تشنج وصفرا بر می‌باشد. تزریق دمکردهٔ سرشاخه‌های گلدار من دروریدسگ‌ترشح‌صفرارا دوبرابرمی‌کند درمواردضعف‌عمومی وخستگی در دورهٔ نقاهت مفید بوده، برای مبتلایان به‌سوءها ضمه و تقویت دستگاه گوارش، مخصوصاً پس‌ازابتلابه‌تیفوس و گریپ‌مفیدمی‌باشد. دررفع نزله‌های مزمن، تنگ‌نفس، سیاه‌سرفه، تأخیر و قطع عادت ماهانهٔ زنان، جلوگیری از ترشحات‌زنانه، خنازیر، دوار، تپش‌قلب، سردرهای‌یك‌طرفه، فلج‌وآب‌آوردن انساج تجویز می‌شود. من به علت خاصیت صفرابری‌که دارم، دروزم‌مزمن کیسهٔ صفرا، استسقا، بزرگ وکوچك شدن‌کبد، تشمع‌کبدی، مخصوصاً اگر دراثرسوءتغذیه باشدتوصیه‌شده‌ام.

تنقیهٔ جوشاندهٔ برگهای‌من برای اسهال خونی مفید است.

خوردن اسانس من‌حالتی شبیه (هیستری) ایجاد می‌کند. اگربه‌مقدار کم به حیوانی تزریق شود حالت ترس در آن ایجاد می‌کند. (مانند اسانس رازیانه) درصورتی‌که تزریق اسانس‌مرزه، مریم گلی وافسنتین حالت‌سبعیت وحمله در آنها ایجاد می‌کند. زیاده روی در خوردن اسانس من خطر مرگ دارد. اگر دمکردهٔ ۵ تا ۲۰ گرم برگ وسرشاخه‌های گلدار من و همچنین شرابی‌که از خیساندن یك مشت برگ یا سرشاخه‌های گلدار من در یك لیتر شراب سفید ریخته و۲۴ ساعت درتاریکی نگاه‌دارند، واز آن سه‌تا ۴ قاشق سوپ‌خوری درصبح وشب بنوشند، برای‌رفع خیزاندامها واستسقا مفیدبوده و پیشاب‌را زیاد می‌کند.

از اسانس من درتهیهٔ ادوکلن نیز استفاده می‌کنند. برای رفع‌ورمهای کهنه ضماد برگ من مفیدتر از سایر قسمتهای من‌می‌باشد. چنانکه شکم‌شکار را از برگ من پرکنند، گوشت آن از فساد درامان می‌ماند و گویند برای جلوگیری ازفساد گوشت بهتر از نمك است.

من «سداب» هستم!

نیروی شنوایی را زیاد می‌کنم. اگرشبها به‌کابوسهای وحشتناك دچارمی‌شوید، ازمن استفاده‌کنید. اعصاب را آرامش می‌دهم. قوهٔ عقل را زیاد می‌کنم. ضد تشنج بوده، پادزهرخوبی برای سموم مختلف هستم!

اسم من سداب است. به‌من سذاب هم می‌گویند. من در شمال ایران می‌رویم، دراطراف‌رشت به‌من سیاب‌ودردیلم‌وشهسوار به‌من‌پیم‌می‌گویند. در قدیم‌مرا داروی تمام بیماریهامی‌دانستند، وازحضرت‌صادق «ع» روایت شده است‌که سداب‌عقل‌را زیادمی‌کند. من‌آرامبخش، ضدتشنج، ادرارآور،معرق، ضدکرم، ضدعفونی‌کننده و پادزهر سموم مخصوصاً نیش حشرات سمی‌هستم. خاصیت‌اصلی‌من کم‌کردن‌فشارشهوت‌است. اثر قاعده‌آور من مورد تأیید تمام پزشکان‌است، ولی‌عده‌ای‌از پزشکان‌جدید اثر مرا درسقط جنین‌حتمی نمی‌دانند و ایـن اشتباه ازآنجا حاصل‌شده است‌که طرز استفاده ازگیاه مرابرای‌این‌کار به خوبی نمی‌دانند، ولی پزشکان وداروسازان سنتی ایران‌که دراین‌مورد بیشتر

تجربه داشته‌اند می‌نویسند، مداومت در خوردن برگ و تخم سداب باعث سقوط جنین است، نه خوردن آن در یك دفعه، و همچنین عقیده داشتند که خوردن وحمول بذر من بعد از آمیزش مانع آبستنی است، و پادزهر سموم می‌باشد. بخورآن نیز مؤثر است. مداومت دربوئیدن برگ من باعث ضعف وتاریکی قلب است. ضماد برگ من جهت تسکین درد نیش‌حشرات وچکاندن عصارهٔ مایع آن درگوش، باعث تسکین دردو درمان سنگینی نیروی‌شنوایی است. چکاندن جوشاندهٔ آن در بینی اطفال، جهت‌ام‌الصبیان (نوعی مرض صرع که مخصوص اطفال است) تجویز می‌شود وباعث بندآمدن خون دماغ است. گویند که همراه داشتن سداب باعث گریختن حیوانات موذی است. خیساندن بذر من در الکل بوی بد آن را از بین برده، و برای تهیهٔ ادوکلن‌آن رامناسب می‌نماید، ضماد برگ من با عسل جهت امراض جلدی مفید است، چکاندن و سرمه کردن عصارهٔ برگ وبذر من‌همراه باآب رازیانه وعسل باعث تقویت وضدعفونی کردن چشم است. خوردن برگ و بذر من جهت امراض رعشه و تشنج و فلج نافع است، و روزی ۱٫۵ گرم خوردن آن درمان سکسکهٔ مداوم است. مقدار خوراك من جهت بالغین سه‌مثقال است، چنانچه بذرمرا کوبیده،یك تادوازده گرم‌آن‌راباعسل و یا سکنجبین بیاشامند، برای هیستری،کابوس و فشار چشم مفید می‌باشد، سکسکه‌ای بادی را از بین می‌برد و پادزهراکثر سموم است و چون بذر مرا در روغن زیتون جوشانده و زیر شکم را با آن کمپرس‌کنند، ادرارا باز می‌کند. صمغ‌نوعی وحشی و بستانی من جهت‌قرحه چشم، خنازیر و ورم زیربغل و کشالهٔ ران و برص سودمند می‌باشند.

چنانچه صمغ مرا با چهار برابر آب و ده قسمت روغن زیتون بجوشانند تا آب آن تبخیر شده و روغن بماند، جهت بی حسی و سردی کلیه و مثانه و درد پهلو وکمر و رحم مفید است، وتنقیهٔ آن جهت دل‌پیچه مفید می‌باشد.

اسم من «کره» است!

باعسل ذات‌الریه را رفع می‌کنم. برای ازبین بردن جوشهای جلدی ازمن استفاده برید. زیاده‌روی در خوردن من، معده را خراب وضعیف می‌کند. به‌علت داشتن ویتامین «د» ضد نرمی استخوان هستم. از فساددندان‌جلوگیری‌کرده، مانع‌امراض‌جلدی هستم!

فارسی من کره و مسکه است، اعراب به من «زبد» گویند. وقتی مرا حرارت داده و ذوب کنند، تا آب آن خارج شود، به آن روغن خوراکی وعده‌ای روغن حیوانی گویند، ولی نباید روغن حیوانی را با چربی‌حیوانی مثل پیه، دنبه، پیه‌خوك وچربی‌بدن‌گاو اشتباه‌کرد. چه‌این چربیهای‌حیوانی به‌دلایلی‌که دراین قسمت خواهید دید، برای کبد که سکان‌کشتی بدن انسان است‌زیان‌آورند وبرعکس روغن‌حیوانی‌که ذوب شدهٔ من‌است، نه تنها مضر نیست بلکه منافع بسیار دارد.

برادر من سرشیر است که به آن این روزها بیشتر خامه می‌گویند و چون ما دوبرادر خواص مشترك داریم اجازه می‌خواهم خودرایکجا معرفی

کنیم. چربیها بطورکلی جزو ساختمان سلولهای بدن واعصاب بوده وباعث نرمی آنهاست وجزو غذاهای نیروبخش‌بوده وضعیفترین آنها دوبرابر قویترین قندها نیروبخش است . چربیها برای تکمیل خاصیت نیروبخش مواد قندی نهایت لزوم‌را دارند، وکسانی‌که به‌زوربازو ونیروی بیشتری احتیاج‌دارند، مانندجوانان و کارگران وهمچنین کسانی‌که‌درنواحی‌سردسیر زندگی‌می‌کنند، حتماً بایستی موادچربی را به‌جیرهٔ غذایی خود اضافه کنند، ولی درمصرف مواد چربی بایستی همیشه متوجه نکات‌زیرباشند:

۱ـ تنها باخوردن موادچربی می‌توان حرارت ونیروی لازم را برای بدن تهیه‌کرد، زیرا چربیهادربدن انسان خود به‌خود نمی‌سوزند، بلکه‌همراه بامواد قندی سوخته‌وحرارت می‌دهند. نیروی حاصله‌ازموادچربی زیاداست، دیر می‌سوزند وقدرت توقف آنها دربدن بیشتر ازمواد دیگر است، و چون حرارت فوری نمی‌دهند، برای ورزشکاران وکسانی‌که کارهای سخت دارند مناسب نیست. و برعکس برای کارگران‌که‌کار مداوم دارند مناسب‌ترند.

۲ـ چربیهامی‌توانند به‌مقدار زیاد درسلولهای بدن ذخیره شوند،یك مرد بالغ معمولاً ۱۳درصد ویك زن ۲۰ درصد وزن خود چربی دارد. این چربیهاکه بین پوست وگوشت‌ذخیره می‌شوند، ازخوردن مواد قندی ساخته می‌شوند و به‌جرأت می‌توان گفت، خوردن چربی‌کسی راچاق نمی‌کند.

۳ـ تنها بامصرف مواد قندی نمی‌توان نیروی‌لازم را بـرای حرارت بدن به‌دست‌آورد،چه دراین‌صورت بایستی مواد قندی‌را زیاد مصرف کرد و همین امر سبب می‌شودکه دستگاه‌گوارش دچار اختلال شده، و شخص‌مبتلا به‌یبوست ونفخ گردد، وازطرفی مصرف زیاد چربی‌سربارکبد بوده، و آن‌را که سکان‌کشتی بدن انسان است خسته می‌کند. بهترین روش غذایی‌آن است که انسان سی‌درصد حرارت لازم را ازمواد چربی وهفتاد درصد دیگر را از مواد دیگر بگیرد، وبرای محاسبه‌کافی‌است‌که‌هرشخص بالغ روزانه‌یکهزارم وزن بدن خود روغن مصرف‌کند، یعنی‌شخصی‌که۷۵کیلووزن دارد، هفتادو پنج گرم، یعنی به‌یك‌سیرروغن احتیاج دارد.

۴ـ معمولاً غذایی‌که با روغن تهیه شوند، خوشمزه‌تر بوده و انسان آنها را با اشتها می‌خورد، ولی نسبت به‌غذاهای خیلی چـرب‌هم زده شده، اشتهای خودرا ازدست می‌دهد.

هضم چربیها

هضم‌چربیهادربدن‌به‌ذوب‌شدن‌وبعد ممزوج‌شدن‌آنهاباآب‌مربوط‌است،

یعنی چربیها تازمانی‌که ذوب نشده وباآن ممزوج نشوند، قابل هضم‌وجذب نیستند، وروی همین‌اصل هضم‌آنها متناسب‌بانقطهٔ ذوب‌آنهاست، یعنی‌هرچه روغن نقطهٔ ذوبش پایین‌تر باشد، زود هضم‌تراست و به‌همین‌جهت است که‌ما (کره ـ خامه) و روغنهای مایع زودتر از چربیهای سفت مانند پیه، دنبه، پیه‌خوك و چربی بدن‌گاو قابل هضم می‌باشیم وفشارمان روی‌کبد کمتر از آنهاست.

چربیهای حیوانی‌که نقطهٔ‌ذوبشان بالاتراز۳۷درجه است، سنگین‌بوده و بـه‌آسانی هضم نمی‌شونـد و حتی ممکن است هضم نشده، و به‌اشکال از روده‌ها خارج شوند.

ممزوج شدن باآب

دومین مرحلهٔ هضم چربیها ممزوج شدن‌آنها باآب است. ما (کره و خامه) چون‌باآب ممزوج‌ومخلوط می‌باشیم، ازاین‌جهت فشاری بر روی‌کبد نداریم وازاین نظر بر روغن حیوانی‌هم‌که ذوب شدهٔ‌خود ما می‌باشدترجیح داریم. ولی روغنهای دیگربرای ممزوج‌شدن باآب احتیاج به‌مواد ممزوج کننده دارد واین مواد دربدن انسان املاح صفراوی می‌باشند، ومبتلایان‌به کیسهٔ صفرا نمی‌تـوانندآنها را مصرف‌کنند و بایستی حتماً از کره و خـامه استفاده‌کنند.

منافع کره وخامه

ما بعداز روغن ماهی بزرگترین منبع ویتامینهای «آ» و «د» هستیم‌و چون ذائقهٔ انسان روغن ماهی را نمی‌پسندد و در تابستان اصولاً مطبوع نیست، لذا می‌توانیم ادعـاکنیم که بهترین منبع این‌دو ویتامین می‌باشیم و بعلاوه دارای ویتامین «ث» و ویتامین «اف» نیزهستیم.

خواص ویتامینهای «آ» و «د» درجلد اول زبان خوراکیها نوشته‌شده واینجا یادآور می‌شویم‌که ویتامین «آ» ضدبیماری شبکوری‌است، این‌بیماری از زمان بقراط شناخته شد، مرضی که هنگام شب انسان را کور می‌کند و همیشه با خرابی چشم همراه است. پس‌از بقراط دوهزار سال وقت لازم بود تا انسان قرن بیستم‌کشف‌کندکه‌این بیماری نتیجهٔ‌کمبود ویتامین «آ»می‌باشد وبعلاوه کمبود این ویتامین‌موجب توقف رشد جوانان می‌گردد، و به‌همین مناسبت است‌که‌درطول تاریخ‌کمبود این‌ویتامین همیشه خطرات عظیم‌مرگبار داده است. درچین و ژاپن این بیماری درگذشته به‌صورت یك‌بیماری بومی

وجود داشته ومانع رشد ونمو ساکنان آنها شده، وانبوهی ازآنها را دچار کوری کرده است، ولی‌پس ازکشف این ویتامین، این بیماری ازآنجا رخت بربسته وریشه‌کن شده‌است.

ارتباط نابینایی باگرسنگی خیلی زودتر ازکشف ویتامینها شناخته‌شده و حکمای سنتی ایران همواره مردم را به‌خوردن لبنیات تشویق کرده، و بسیاری ازبیماریها مخصوصاً امراض جلدی را باتجویزکره وخامه درمان می‌نمودند.

خصوصاً خوردن‌کره را باعسل بطور صبحانه توصیه کرده و معتقد بودندکه خوردن‌آن باعسل گواراتر، مفیدتر وزود هضم‌تراست، محمدبن زکریای رازی مارا معزی ومملس می‌داند، یعنی تعزیه‌کننده وبه‌غذایادوایی می‌گویندکه دارای رطوبت وچسبندگی باشد ومنافذ جدار معده راپرکند و چون ما(کره وخامه)باآب‌سازگاربوده، وازرطوبت فرار نمی‌کنیم،می‌توانیم به‌آسانی روی پرزهای معده‌را بپوشانیم. مملس به‌غذا یا دوایی گفته‌می‌شود که جدار معده و روده‌ها را روغن زده ونرم نماید و اگر بخواهید این دو اصطلاح را بطور ساده بیان نمایید، باید بگوییدکه‌کره وخامه جدارمعده و روده‌ها راگریسکاری وروغن‌مالی‌کرده، نرم ولطیف ساخته مانع خراب‌شدن آنها می‌شوند واین دوخاصیت دربین روغنها فقط درکره وخامه وشیرهٔبادام موجود است، و سایر روغنها چون باآب سازگار نیستند، واز رطوبت فرار می‌کنند، چنین خاصیتی را نداشته‌به‌سرعت ردشده وپس‌ازهضم وتغییرماهیت جذب می‌شوند. ماکمی ملین بوده وخوردن ما باغذا به‌هضم‌آن‌کمک‌کرده و ضمناً اشتها به‌پرخوری راکم می‌نماییم. به‌علت داشتن ویتامین (د) ضدنرمی استخوان هستیم و ازفساد دندان جلوگیری می‌نماییم و نیز بـه‌علت داشتن ویتامین «اف»ضدامراض جلدی می‌باشیم،وبه‌همین جهت پزشکان سنتی‌ایران مارا بهترین‌داروی قوبا (جوشهای‌جلدی‌که منشاءعصبی دارند) می‌دانستند. ما زبری وخشونت پوست‌را ازبین می‌بریم وجذب آن‌را برای پوست‌آسان می‌کنیم. ما برخلاف چربیهای سفت حیوانی، کبد را خراب نمی‌نماییم. در یك رژیم غذایی خوب انسان بایستی نصف چربی مورد نیاز خود را از روغنهای گیاهی و نصف دیگر آن را از ما بگیرد و حتی‌المقدور از خوردن چربیهای حیوانی سفت، یعنی پیه، پیه خوك و چربی بدن گاو اجتناب نماید.

من ملین، بازکنندهٔمعده، صاف‌کنندهٔآوازونرم‌کنندهٔ قصب‌الریه، حلق وسرفهٔ خشك‌می‌باشم. باعسل جهت ذات‌الجنب وذات‌الریه تجویز می‌شوم،

خوردن ماباعسل و دانهٔ خشخاش اشخاص‌لاغررا فربه می‌نماید وبامیوه‌های گس اسهال‌را بند می‌آورد. مالیدن من بربدن، باعث تغذیهٔ پـوست است و برای فرورفتن ورمها، مخصوصاً ورم بناگوش مفید است. چنانچه مرا گرم کرده گرماگرم روی محل نیش حشرات و افعی بگذارید، درد آن‌را تسکین می‌دهم، ومالیدن من‌برلثه جهت‌تسریع دربیرون‌آمدن دندان اطفال سودمند می‌باشد، برای معالجهٔ جرب‌خشك وجوشهای جلدی ابتدا بدن را باآب‌سرد بشویید و بعد مقداری‌کره به‌آن بمالید ولباس‌پشمی برتن‌کرده، درمحل‌گرم بمانید تا عرق‌کنید ونتیجهٔآن‌را ببینید. ضماد من باسورنجانی‌که نرم کوبیده باشند، جهت قطع دکمهٔ بواسیر به‌تجربه رسیده است، و برای این کار کره هرچه‌کهنه‌تر باشدمفیدتراست.

زیاده‌روی درخوردن ما، معده‌را خراب وضعیف می‌کند واشتها را سد می‌نماید.

اسم من «بارهنگ» است!

خون راتصفیه می‌کنم. ریشه ودانه‌های‌من ضدمیکرب است. برای دندان درد وگوش‌درد مفیدم. برای معالجهٔ زخمهای جلدی ازبرگ من استفاده‌کنید. از التهاب‌کلیه ومثانه جلوگیری می‌کنم.

اسم من بارهنگ است، به‌من بارتنگ هم می‌گویند. عربی من لسان‌الحمل، یعنی‌زبان‌گوسفنداست، زیرابرگ نوع‌بزرگ من‌به‌آن شباهت دارد. در گیلان به یك نوع من (رم‌هاج‌لك) و بیك نوع دیگر من وارانگو خطاب‌می‌کنند. من انواع و اقسام دارم وسه‌نوع آن در ایران می‌رویدکه عبارتنداز بارهنگ‌بزرگ ـ بارهنگ‌کوچك‌وبارهنگ سرنیزه‌ای! قسمت‌مورد استفادهٔ من‌برگ،ریشه‌وبذرمن‌است،بااینکه‌گل من نوش‌نداردمعذلك زنبور عسل به‌آن علاقه داشته و عسلی‌که پس‌ازخوردن‌گردهٔ‌گل من می‌سازد، در اروپا به آب نبات بارهنگ معروف بوده و درآلمان آن رابه‌اطفال می‌دهند تا تندرستی آنهاحفظ شده، ورشد ونموکامل نمایند.

قسمتهای مختلف من دارای صمغ ـ لعاب وچند نوع عوامل دارویی است، در خاکسترمن املاح سدیم ـ پتاسیم ـ منیزیم و غیره به مقدار زیاد دیده می‌شود. برگ، ریشه ودانه‌های من اثرقابض و نرم‌کننده داشته وضد میکرب است. خون را تصفیه می‌کنم، درمان برنشیت مزمن و نزله‌های حاد می‌باشم، حجاج‌ایرانی‌که برای زیارت خانهٔ خدا به عربستان می‌روند، دراثربی مبالاتی و نوشیدن مایعات بسیار سرد، دچار سینه درد شده و مبتلا به سرفهٔ سخت می‌شوند. نویسندهٔ زبان خوراکیها در سفرهای متعددی که همراه باکاروان پزشکی حج به عربستان نموده است، داروهای متعددی را جهت معالجهٔ آنهاآزمایش کرده وبه‌این نتیجه رسیده‌است‌که بهترین‌داروبرای معالجهٔ سینه درد حجاج وهچنین درمان انفلوآنزای مخصوصی‌که از امراض بومی مدینهٔ منوره است، همانا شربت بارهنگ می‌باشد.

من التهابات معده و دستگاه ادرار را بر طرف می‌کنم، درمان اسهال ساده و خونی هستم، برای ورم مخاط دهان، درد دندان و دردگوش مفید بوده، ازخونریزی سینه وپیداشدن خون درخلط سینه جلوگیری می‌کنم، و التهاب‌کلیه و مثانه را فرو می‌نشانم، اگر برگ تازهٔ مرا چند ساعت درآب جوشیده بگذارید و بعد در روی دمل و زخمهای جلدی قرار دهید، آنها را ضد عفونی‌کرده وازآلودگی وچرك‌کردن آنها جلوگیری می‌نمایم. ضماد و کمپرس برگ من نیزبه همین منظورمفید است. مضمضه وغرغرهٔ جوشاندهٔ ریشه وکمپرس برگ من نیز به همین منظور نافع است، جوشاندهٔ ریشهٔ گیاه من که‌باعسل‌شیرین‌شده‌باشد، جهت‌زخم‌دهان وورم‌گلوسودمندمی‌باشد، برای معالجهٔ‌جوش‌غرور وزخمهای‌جلدی برگ مرا له‌کرده و بصورت بمالید، در صنعت‌داروسازی‌باآب‌برگ‌من‌کرمی می‌سازند که‌درمان‌قطعی‌جوشهای‌صورت است، وبرای درمان درد نیش‌زنبوزدارویی‌بهترازله شدهٔ برگهای من‌نیست، وهمچنین برای درمان‌زخمهای‌اطراف بینی‌وزنخدان وگونه می‌توان ازبرگ له شدهٔ من استفاده‌کرد. شستشوی چشم باجوشاندهٔ برگ من جهت معالجهٔ پلك و ورم ملتحمه بسیار سودمند است.

جوشاندهٔ پنجاه تاصدگرم ریشه وبرگ من دریك سطل آب ونوشیدن سه فنجان‌ازآب‌صاف شدهٔ‌آن‌دربینی‌جهت بندآمدن خون‌دماغ تجویزمی‌شود. چکاندن این آب درگوش دردآن راتسکین می‌دهد. مضمضهٔ آن پیلهٔ دندان را بازمی‌کند. خوردن‌آن برای جلوگیری ازخونریزی بواسیر وزیادی خون عادت ماهانهٔ زنان نافع است. برگهای مرا با عدس بپزید و برای معالجهٔ تنگ‌نفس و سل و خونریزی سینه میل نمایید. این غذا برای درمان استسقا

نیزسودمند می‌باشد. پختهٔ برگ من باعدس وسرکه وکمی‌نمك برای معالجهٔ اسهال خونی‌اثر بسیاردارد. نوشیدن‌آب پختهٔ ریشهٔ من‌جهت تبهای نوبه‌ای اثری چون‌گنه‌گنه دارد. حمول‌برگ من‌برای‌تسکین دردرحم به‌کارمی‌رود. ضماد برگ من بانمك برروی جای دندان سگ‌هار، ازدردآن می‌کاهد، ولی درمان قطعی‌آن نیست، وبایستی‌ازواکسن ضد هاری‌استفاده شود. ضمادبرگ من‌جهت معالجهٔ سوختگی و زخمهای خوره‌ای و بدخیم مفید است. بذرمن که درایران بیشترجهت معالجهٔ‌اسهال‌کهنه مصرف می‌شود درهمه‌حال‌دارای خواص برگ وریشهٔ من می‌باشد، منتها اثرآن ضعیف‌تراست.

درصفحات شمال ایران‌عرقی ازبرگ من می‌گیرند، یعنی آن را مانند گلاب تقطیر می‌نمایند، نوشیدن آن عرق برای تقویت قوای ماسکه (نگاهدارندهٔ‌غذادرمعده) نظیرنداردومعالج اسهال نیزبوده، برای زخم‌معده و زخمهای داخلی بسیار مفید می‌باشد، دانه‌های مرا به‌پرندگان خانگی مخصوصاً قناری ومرغ بدهید تاکمترمریض شوند.

مبتلایان به‌اسهال‌که باداروهای دیگر، معالجه نمی‌شوند، بایستی از بودادهٔ دانه‌های من مانند قاووت استفاده نمایند.

شستشوی زخم‌های چرکی با جوشانده‌ی برگ آن نوع‌که در گیلان رم‌حاج‌لك می‌گویند بسیارمفید است.

من «کنجد» هستم!

خستگی فکری راکاهش می‌دهم. برای رفع سوزش معده، مرا بانبات‌بکوبید ومیل‌کنید. قدرت‌سازندگی من به‌اندازهٔ گوشت است. از ریشهٔ من برای‌سیاهی وبلندشدن مواستفاده برید...

اسم من کنجد است، به من جلجلان هم مـی‌گویند و عربی من سمسم می‌باشد. من از دانه‌های روغنی هستم که از قدیم‌الایام مورد توجه بوده و کشت شده‌ام. من دارای بیش‌ازدویست نژاد مختلف می‌باشم، ولی درحدود بیست نژاد من‌رابرای‌کاشتن انتخاب‌کرده‌اند. دانه‌های من‌به رنگهای سفید، سیاه، حنایی وقهوه‌ای می‌باشد، روغن دانه‌های من‌کمتر تند می‌شود، علاوه برتغذیه درصنعت نیزازآن استفاده می‌شود. روغن دانه‌های سفید مرغوب‌تر از سایر رنگها بوده ولی میزان آن نسبت به دانه‌های سیاه کمتر است. در صنعت ورنی‌سازی مخصوصاً ازروغن‌کنجد سیاه‌استفاده می‌شود. روغن‌دانه‌های من حتی در زمستان هم منجمد نمی‌شود. قسمت مورد استفادهٔ دانهٔ من ارده و روغن من است، دانه‌های مـرا روی نان و بعضی از شیرینیها

می‌پاشند تا ارزش غذایی آنها رابالا ببرد. درمصارف درمانی هم می‌توان از روغن من به جای روغن کرچك استفاده کرد. روغن من روی خمول (پرزها) معده را پوشانده آنها را چرب ونرم نگاه می‌دارد، وازاین روجهت مبتلایان به زخم معده وکسانی که معده‌ای حساس دارند، ارزش زیادی دارد. دانه‌های من تقریباً فاقد قنداست، ولی تا بخواهید دارای انواع مواد سفیده است و تاکنون بیش از ۲۴ مادهٔ سفیده‌ای درآن کشف شده است. به‌این جهت قدرت سازندگی و نوسازی آن زیاد بوده، ومی‌توان آن راگوشت گیاهی لقب داد. بهترین غذابرای ورزشکاران وکسانی است که دارای کارهای فکری می‌باشند. اگرهنگام خواندن کتاب احساس خستگی فکری کردید، کافی است مشتی کنجد بوداده را دردهان ریخته بخورید تا خستگی شما برطرف شده و دوباره میل به خواندن کتاب ومطالعه پیدا نمایید وهمچنین دانشجویان و دانش آموزان می‌توانند درشبهای امتحان ازاین اکسیر بسیار مفید استفاده نمایند. من سینه وگلو را نرم می‌کنم، معده و روده‌ها راروغن می‌زنم، خوردن دانه‌های من پادزهرنیش ماروعقرب است. شیرهٔ کوبیدهٔ من بانبات جهت رفع سوزش معده و جلوگیری از اثرات سوء ترشی معده تجویز می‌شود. خوردن پنج گرم دانهٔ من با پنج گرم مغز گردوجهت قطع خون بواسیر توصیه شده‌است. خوردن آب پختهٔ من با نخود بازکننده‌ی عادت ماهانهٔ زنان است. دانه‌های بودادهٔ من زودتر هضم می‌شوند. ضماد دانهٔ من فرو برندهٔ آماس ونرم کنندهٔ پوست بدن وازبین برندهٔ آثار سیاهی پوست وسختی عصب ودرمان سوختگی آتش است وبعدازسوختگی مانع تاول زدن ومسکن سوزش آن است. مالیدن آب برگ گیاه من باعث درازی و سیاهی مومی باشد. چون ریشهٔ مرا درآب بجوشانند و سرومو را با آن بشویند، باعث درازی و سیاه شدن مو شده و موخوره وشوره را ازبین می‌برد.

ارده – من کنجد مقشر نرم ساییده هستم که درکتب طبی قدیم ازمن به‌نام رهشی یاد شده است. در ایران با من نوعی حلوا درست می‌کنندکه به نام «حلوا ارده» معروف است، سابقاً مرا با شیره مخلوط کرده به نام ارده شیره می‌خوردند، و یکی از شعرای قدیم در وصف ارده شیره دیوانی دارد. من مجموعه‌ای از مواد سفیده‌ای مخلوط باروغن هستم، من جزوغذاهای مقوی بوده و اشتها را کم می‌کنم و نرم کنندهٔ صلابات ظاهری و باطنی هستم. در صنعت بیسکویت سازی روغن مرا گرفته آردآن راجهت تردشدن به‌بیسکویت می‌زنند.

روغن کنجد ـ من دیر فاسد می‌شوم، و در زمستان هم منجمد نمی‌گردم، انواع دست اول و مرغوب من به مصارف تغذیه می‌رسد. چهل تاشصت گرم من معده را نرم می‌کند و اثر ملین دارد و چون تند نمی‌شوم، درمصارف درمانی مرغوبتر از روغن زیتون می‌باشم. در صنعت از انواع فشار دوم من برای ساختن بریانتین‌وصابونهای مختلف استفاده‌می‌کنند. اگر مرا بازردهٔ تخم‌مرغ مخلوط‌کرده، روی ورمهای جلدی و ورم پلك‌بیندازند، آنها را فرومی‌برم، مالیدن من در روی زخم سوختگی مفید می‌باشد.

اسم من «جعفری» است!

اختلالات دستگاه گوارش را رفع می‌کنم. برای یرقان وتنگ‌نفس‌مفیدم. بهترین‌پادزهر برای انواع سم‌می‌باشم. در ریشه‌ام خواص بسیاری نهفته‌است.

فارسی من‌جعفری‌است، اعراب به‌من «کرفس ماقدونی» و در شهسوار واپلیهم گویند. فرنگیهابه نوع کم عطروکم خاصیت من پرسیل‌وبه‌من‌پرسیل معطر گویند. درکتب قدیمی ازمن به‌نام فطراسالیون یاد شده است واین لفظ معرب پتروسلیوم لاتینی است.

قسمت مورد استفادهٔ من ساقهٔ جوان برگدار ـ ریشه ومیوهٔ من است. میوهٔ من از دانه‌های روغنی است‌که به‌علت داشتن مواد مازویی وعطری و کمی سمیت مصرف غذایی ندارد، باکمك بخار آب از آن عطر مخصوصی می‌گیرندکه باسولفات‌آهن به‌رنگ‌قرمزخون‌درمی‌آید. ریشهٔ‌من‌دارای‌اسانس، موادقندی‌ومواد‌معدنی‌است‌وبسیارخوشبووطعم‌آن‌شبیه‌ساقه وبرگ من‌است. این‌ریشه‌پیشاب‌آوربوده وخوردن‌آن‌اشتها رازیاد می‌کند. جوشاندهٔ‌این‌ریشه

وسایر قسمتهای گیاه من داروی خوبی جهت نسوج پف کرده و خیز داراست، برای رفع اختلالات دستگاه گوارش و نفخ، سنگ کلیه، یرقان و بیماریهای کبدی و تنگ نفس و ترشحات زنانه مفید است و زنان جوانی که در اثر ضعف دچار یائسگی زودرس شده‌اند، بهتر از جوشاندهٔ من دارویی ندارند. برای بیماری جلدی نیز مفید بوده وچنانچه جوشاندهٔ مرا به مبتلایان به سرخك بدهند، ظهور دانه ها به راحتی انجام می گیرد.

بذر من دارای خواص ریشه بوده اثر آن دربریدن تبهای نوبه‌ای به تجربه رسیده است. خوردن آن عادت ماهانهٔ زنان را بازمی کند.

درصنعت داروسازی ازمن سه نوع فرآورده می گیرندکه به نام آپیول معروف می‌باشند وهرسه نوع آن تب بر وقاعده‌آوراست، ولی چون یك مادهٔ سمی است، مصرف آن بایستی تحت نظر پزشك باشد.

این نکته قابل توجه است که جعفری با اینکه برای انسان یک سبزی خوراکی وخورشی است و بهترین علوفه برای گوسفند و خرگوش می‌باشد، برای پرندگان ازقبیل مرغ، طوطی، بلبل وغیره سمی است و نبایستی به آنها داد.

من بادشکن بوده و چسبندگی معده وروده را از بین می‌برم و نفخ را رد می کنم و دردپهلو و پیچش شکم را معالجه می‌نمایم، مخرج جنین بوده، شهوت را زیاد می کنم، پادزهرجمیع سموم می‌باشم، مقدار خوراك گرد برگ خشك من دو گرم وجوشاندهٔ ۵ تا ۱۰ گرم میوهٔ من دردویست گرم آب به‌عنوان پیشاب‌آور وسی گرم در ۲۵۰ گرم آب جهت باز شدن عادت ماهانهٔ زنان مفید می‌باشد.

من گل «همیشه بهار» هستم!

شیرهٔ برگ من جلو استفراغ را می‌گیرد واثر مفیدی برروی زخمهای روده ومعده دارد. برای‌ازبین‌بردن زگیل‌ومیخچه ازمن استفاده‌کنید.باگل من‌اختلالات کبدی و یرقان را رفع کنید. اگر گیاه «سس» شیرهٔ مرا مکیده باشد، ازآن به‌عنوان داروی ضد سرطان می‌توان استفاده کرد!

فارسی من گل‌همیشه‌بهار است، اعراب به‌من دائم‌الحیات و حی‌العالم گویند، درکتب مختلف قدیم ازمن به‌نامهای ابرون، افحوان اصغر، زبیده، قوقهان،مرجون،کحلاء، سهلابی، خیر، خیری‌زرد، میشامیش بهار، همیشه جوان یاد شده است. گلهای من زردطلایی بوده، بدون دمگـل روی نهنج قرارگرفته، درساعت نه‌تاده صبح باز ودرساعت چهار تا پنج بعدازظهر بسته می‌شوند، و با اینکه فاقـد نوش است زنبور عسل به آن راغب بـوده، و گرده‌های‌آن را می‌خورد. نوع کوهی من که دراطراف مسجد سلیمان زیاد است به‌تنباکوی‌کوهی معروف بوده، و ترکان به‌آن داغ توتونی و اعراب

دخان‌الفوخ گویند، وبه‌زبان محلی «اوکوزوکوزو» و«پنیره» نامیده‌می‌شود. در مجارستان، بلغارستان وسوئیس روستاییان آن را به‌جای توتون به‌کار می‌برند ودر بلوچستان قلیان را با آن چاق می‌کنند. گیاه من چه بیابانی و چه‌کوهی خزان نمی‌کند، ساقهٔ‌کوهی من به‌قدر ذرعی طول داشته وبه‌کلفتی انگشت است، دارای رطوبتی چسبناك می‌باشد که به‌دست می‌چسبد، گل من دارای یك‌مادهٔ زرد رنگ، یك مادهٔ تلخ ومقداری صمغ ورزین بوده، لعابدار است. ریشهٔ من دارای اینولین می‌باشد.

گل‌من درمجاورت‌آب یك‌مادهٔ ژلاتینی‌ازخود تراوش می‌کندکه‌برروی ساقه منتشر شده آن‌را چسبناك می‌نماید و به شیرهٔ گل همیشه بهار معروف است. دمکردهٔ پنج‌گرم من به‌عنوان‌معرق و دمکردهٔ بیست درهزار گل من به‌اندازهٔ یك لیتر دربیست وچهار ساعت به‌عنوان پیشاب‌آور به‌کار می‌رود. شیرهٔ تازهٔ برگ من به‌مقدار یك تادوقاشق سوپ‌خوری مخلوط باشربت‌برای جلوگیری ازاستفراق وزخمهای معده و روده‌تجویزمی‌شود. اگرچهارتاشش گرم شیرهٔ‌تازهٔ ساقهٔ مرا با ششصدگرم‌کره یا چربی دیگر مخلوط کرده ضماد نمایید، زخمهای بدخیم را سودمند بوده، واثرش در روی زخمها و غدد سرطانی قابل توجه است، اگربرگ یا ساقهٔ‌گیاه مرا در سرکه خیس نمایید، برای ازبین بردن زگیل، میخچه و پینهٔ دست وپا نافع است، خوردن برگ ساییدهٔ من جهت درمان اسهال‌سودمند می‌باشد. ضمادگل من باآردجوجهت زخمهای پلید وچرکی ودردمفاصل ونقرس وسوختگی آتش وجهت درمان‌باد سرخ که‌تیغ‌زده وخون ازآن بیرون‌آمده باشد، وهمچنین معالجهٔ جوش غرور نافع است. گل وبرگ من خون را تصفیه می‌نماید. حیض را باز می‌کند، ضدتشنج بوده وقی رابند می‌آورد.

مبتلایان به‌اختلالات قاعدگی اگر یك‌هفته‌قبل از روز رگل، گل‌مرا مصرف نمایندبه‌موقع به‌وضع طبیعی‌وبدون درد بازخواهند شد، اثرقاعده‌آور من درمبتلایان به‌کم‌خونی وضعف اعجاب‌آور است. اختلالات‌کبدی ویرقان نیز بامصرف‌گل من‌ازبین می‌رود.

در صنعت داروسازی ازگل‌من تنتوری تهیه می‌کنندکه زخمها رابهتر ازمحلول مرکورکرم وتنتوریـد التیام داده، و مانع التهاب و چرکی شدن زخمها می‌شود وبرای درمان‌سوختگی، سرمازدگی، واگزما مفید بوده، واز همه بالاتر یك‌داروی مؤثربرای جلوگیری ازتجزیه شدن خون سرطانی‌است و در روی زخمهای سرطانی اثرقاطع دارد، و بـرای معالجـهٔ جوش غرور، کورك، پینه، میخچه، زگیل نیز به‌کار می‌رود.

اگر گیاه انگلی «سس» که قبلاً خودرا در زبانهای خوراکیها معرفی کرده است، به‌دور گیاه من بپیچد، وشیرهٔ مرا بمکد بهترین داروی ضدسرطان می‌باشد که‌پزشکان سنتی ایران بسیاری ازمبتلایان را باآن نجات داده‌اند، و این خاصیت درافتیمون‌که نوعی سس می‌باشد بیشتراست.

اسم من «سماق» است!

برای دندان دردمفیدم. تازهٔ مرا نخورید که مسمومتان می‌کند. محرك اشتها هستم. لثه‌ها را تقویت می‌کنم و با شرایطی مانع خونریزی دماغ می‌شوم. ضداسهال بوده، ازخونریزی معده نیزجلوگیری می‌نمایم..

فارسی من سماك و معرب آن سماق است. من میوهٔ درختچه‌ای هستم که درشمیران، تفرش، خراسان، قم، محلات، شیراز، رودبار، تبریز وبعضی ازکشورهای خاورمیانه می‌رویم.

رنگ میوهٔ من قرمز وقهوه‌ای‌است، طعم میوهٔ من گس است. ولی پس از رسیدن ترش می‌شود. درتمام قسمتهای گیاه من جوهر مازو(تانن) فراوان است وبه همین جهت قابض وپاك کنندهٔ معده می‌باشد وازانواع اسهال حاد و مزمن وخونریزی معدی جلوگیری می‌نماید.

خوردن گرد سماق با آب سرد از خونریزی داخلی جلوگیری کرده، و خوردن نیم‌کوفتهٔ آن باآب سرد وزیره برای کسی که مرتباً قی می‌کند و غذا درشکمش بند نمی‌شود مفید است.

من چاشنی خوبی برای آشها وسوپها وخورشها هستم و رنگ آنها را مشکی می‌کنم و اشتها را تحریك می‌نمایم. قدرت بو دادهٔ من زیادتر از خام آن است. گردی‌که برروی میوهٔ من می‌نشیند و به‌آن خاك سماق می‌گویند بسیارقابض وکمی‌تلخ است، وبه علت داشتن‌املاح، ازترشحات بی‌رنگ‌زنانه جلوگیری می‌کند. برای‌این منظور ودرمان نزله وتبهای صفراوی ۱۵تا۲۴ گرم درروزمصرف دارد. غرغره ومضمضهٔ جوشاندهٔ من‌جهت ورم گلوودهان تجویز شده است.

گرد دندانی‌که در آن‌گـردسماق باشد، جهت تقویت و استحکام لثه وجوشهای چرکی‌دهان وتسکین درد دندان‌کرم خورده مفیداست و چون‌گرد روی‌میوهٔ مراپاك کرده‌وآن‌رادرآب بخیسانند، وباکمی‌کتیرادرچشم بچکانند، درد آن را تسکین می‌دهد وچون ۷/۵ گرم آن را درنیم لیترآب بجوشانند و یك تکه پارچه را در آن خیس‌کرده، وبرروی چشم‌اندازند ویا با آن‌کمپرس نمایند، جهت‌تراخم‌وجوشهای‌پلك چشم‌وتسکین‌فشاروحرارت چشم‌مفیداست، کمپرس پیشانی باآن‌ازخون دماغ جلوگیری‌می‌کند. هرگزمیوهٔ تازه‌ونرسیدهٔ مرا نخورید، زیراتولیدمسمومیت‌می‌کند وتنها ازمیوهٔ‌خشك‌من‌به‌طورچاشنی تاپنج گرم‌می‌توان‌استفاده‌کرد. برگ، ساقه، گردمیوه وگردی‌که‌روی میوهٔ‌من می‌نشیند وبه‌خاك‌سماق‌معروف‌است‌وهمچنین‌صمغ‌درخت‌من‌اثرقابض‌کنندهٔ زیاد دارندوبه‌همین جهت‌دررفع خونریزی، شکم‌روش‌واسهال‌خونی به‌صورمختلف به‌کار می‌روند و از آبریزش چشم‌جلوگیری می‌کنند. چکاندن آب جوشاندهٔ آنها درگوش، چرك‌آن‌را ازبین می‌برد. ضماد آن جهت رفع آثار ضربه مفید است، مالیدن‌آب جوشاندهٔ من مانع ورم ضربه وصدمهٔ آن است. ضماد من با آب جهت جلوگیری از ورم قحف (استخوان جلو سر و بالای گیجگاه) نافع می‌باشد وضماد آن با زغال چوب بلوط، جهت بواسیر مفید است و چون مرا بابرگ وچوب وشاخه درآب بجوشانند تا قوام آید، جهت ورم پلك چشم و سایر ورمهاوآبله وزخمهای‌آبداروچرکی مفید می‌باشد. پختهٔ برگ من مورا سیاه می‌کند وتنقیهٔ جوشاندهٔ‌آن برای درمان زخم معده واسهال خونی و دل پیچه سودمند می‌باشد، وخون برگ مرا آنقدر بپزند تاله شود و آب آن را بجوشانند تاسفت شود، جهت تبرید مفیداست. صمغ‌درخت من تولید یبوست شدید می‌کند. سرمهٔ آن جهت تسکین فشارودرمان جوشهای پلك نافع است، پاشیدن‌آن روی زخم سبب التیام‌آن است وخون قدری از آن را در سوراخ دندان‌کرم خورده بگذارند، دردآن راتسکین‌می‌دهد و ازپیشرفت وپوسیدگی دندان جلوگیری می‌نماید.

برگ خشك شدهٔ درختچهٔ من که به «سماق‌الصباغین» معروف‌است در حدود ۲۷ درصدجوهرمازو (تانن)داردکه درنمونه‌های‌وحشی‌مقدارآن زیادتر است، و در دباغی ورنگرزی مصرف می‌شود. من یك پای ثابت سفرهٔ هفت سین و چاشنی مخصوص چلوکباب هستم و چون رنگ قرمز من مرغوبتر است، عده‌ای سماق زرد وتیره را از راه تقلب رنگ می‌کنند، از نظرخواص و منافع نوع قرمزمن امتیازی بررنگهای دیگـر ندارد. به این جهت توصیه می‌شودکه از خوردن سماقهای رنگ‌کرده‌خودداری‌نمایید.

من «برگ بو» هستم!

این روزها در تهران به من برگ بو می گویند ولی لغت نویسان فارسی مرا «باهشتان» قید کرده اند. عربی من غار است و با «غار گیلاسی» نسبت دوری دارم. برگ من معطر است، درخت من بیش از هزار سال عمر می کند، برگ مرا در حال حاضر در خیارشور می اندازند تا آن را خوشبو کرده و از فساد آن جلوگیری نماید، ولی در گذشته برگ مرا در بسته های انجیر و خرما می گذاشتند تا از کرم گذاشتن آنها جلوگیری کنم. درخت من بزرگ است و در عهد باستان یونانیان به آن خیلی احترام می گذاشتند و شاخه های آن را در اعیاد و مراسم مذهبی در دست می گرفتند و دانشمندان تاجی از آن درست کرده، بر روی سر می گذاشتند، میوهٔ من به قدر فندق است و به فارسی به آن «دهمشت» گویند و روغنی خوشبو دارد. درخت من در تهران و استانهای شمال کاشته شده، و فقط از برگ خوشبوی آن استفاده

می کنند.

برگ من بادشکن بوده، عرق را زیاد می‌کند. و چنانچه زیاد خورده شود قی‌آور است. ضد تشنج بوده وعادت ماهانهٔ زنان باردار را بازمی‌کند.

میوهٔ من قویتر از برگ من‌بوده، واشتهارا زیاد می‌کند، مقوی معده می‌باشدوبرای‌درمان برنشیت‌مزمن‌تجویزشده، ازبرگ‌ومیوهٔ من‌درداماپزشکی زیاد استفاده می‌شود. بوی برگ ومیوهٔ من نشاط‌آور است، برگ ومیوهٔ من پادزهرسموم، مخصوصاًسموم‌غذایی‌است.

مالیدن میوهٔ من جهت درداعصاب ورفع‌خستگی‌وکوفت‌رفتگی‌عضلات وبازکردن دهانهٔ عروق مفیداست. چکاندن‌آب ساییده میوهٔ من‌در گوش‌جهت تسکین درد آن نافع است و صدا کردن‌گوش و سنگینی‌آن را ازبین می‌برد. مضمضهٔ جوشاندهٔ برگ من‌جهت تسکین درد دندان نافع است. مخلوط من باعسل چه به صورت معجون و چه به صورت حب جهت سرفهٔ‌کهنه و تنگ نفس‌مفیداست. روغن من قی‌آور، پیشاب‌آور و قاعده‌آوراست. خوردن میوهٔ من جهت تحلیل بادهاودل‌درد، قولنج وامراض‌جگروطحال سودمند می‌باشد، وباعسل جهت زخم معده وروده تجویزشده‌است. دوگرم پوست من سنگهای کلیه ومثانه را خردمی‌کند.

ضماد من باآردجهت تسکین‌ضربان ورمهای‌گرم و درد مفاصل سودمند می‌باشد ومالیدن‌کوبیدهٔ من جهت ازبین رفتن لکه‌های سیاه‌صورت وکک‌ومک ورفع‌آثارجلدی مؤثراست. مقدارخوراك برگ من دومثقال و مقدار خوراك میوهٔ من یك مثقال‌است. زیاده روی درخوردن‌آنها ایجاد قی‌می‌نماید.

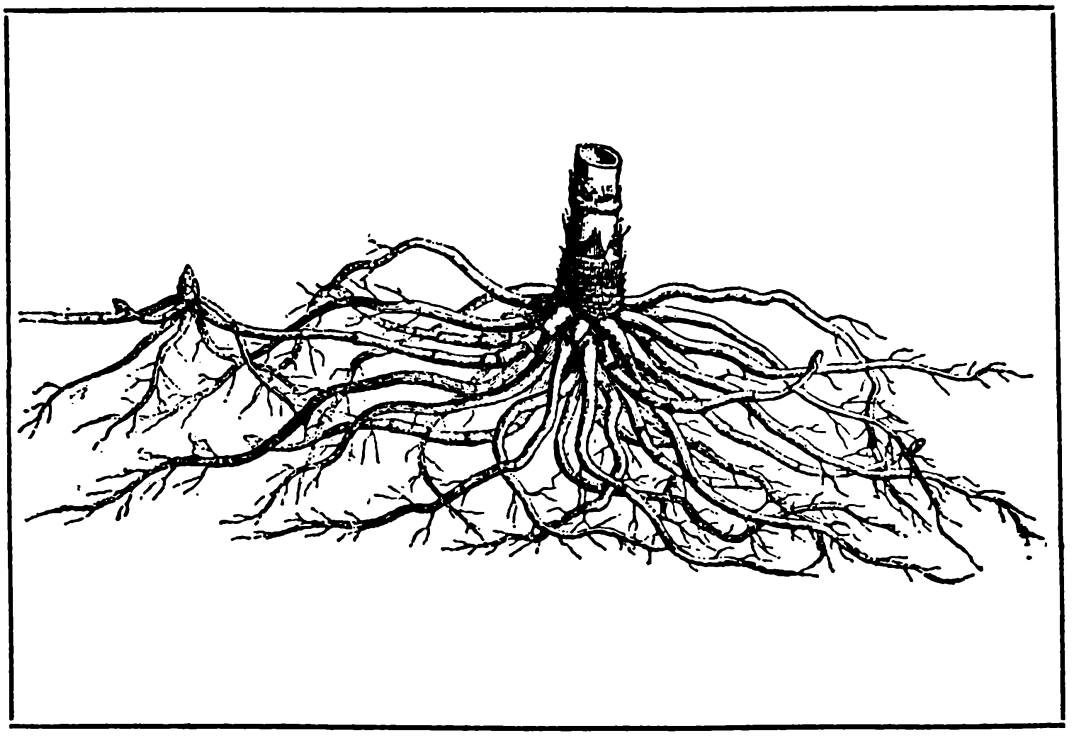
حالااجازه‌فرمایید«غارگیلاسی» خودراخدمت شمامعرفی‌کند.

غارگیلاسی ـدرمازندران‌ونوروکجوربه‌من‌جل وجله،درلاهیجان‌جلی، درگیلان وطوالش چرم لیوه و درآستاراچرم‌گیله‌گویند.

زادگاه اولیهٔ من نواحی غرب‌آسیا، مخصوصاً ایران وقفقاز است. در ایران، درآستارا تابهشهر، درجنگلها می‌رویم وامروزه بیشترمرا درامریکا و اروپاکاشته‌اند. من از خانوادهٔ غار می‌باشم، و اعراب به من «غارالکرزی» وکرزالغارگویند. برگ من‌درحالت تازه بی‌بواست، ولی دراثرمالش دست و جویدن بویی شبیه به بوی روغن بادام تلخ می‌دهد.

طعم برگهای من تلخ‌است، درداروخانه‌ها وکارخانجات داروسازی‌آب مقطربرگ من‌مصرف جاری‌دارد. آب مقطرمن زودفاسد می‌شود، به‌این‌جهت توصیه شده است‌که‌آن را همیشه درشیشه‌های رنگین ودرمحل تاریك و خنك

نگاهداری کرده، و کـوشش نمایندکه سرشیشه خالی نباشد، آب مقطر من به شرطی در داروسازی قـابل مصرف است که ۱۰ گرم درصد اسید سیانیدریک داشته باشد. دربعضی از داروخانه‌ها آب مقطـر مرا بطورتقلبی ازشستشوی روغن بـادام تلخ درآب به دست می‌آورند. آب مقطربرگ من ضد تشنج و درمان سرفه‌است وبرای تنگ نفس، سیاه سرفه،التهابات دردناك‌معده و روده استفراغ وبی‌خوابی تجویزمی‌شود ودمکردهٔ برگهای‌من‌برای‌تسکین دردهای عصبی، سیاتیك به‌کارمی‌رود، ضماد آن برای رفع‌کوفتگی‌عضلات، ورمهای سطحی، پوست وخارش جلدی به‌کار می‌رود، ولی چون برگهای من دارای اثرسمی‌است، باید در استعمال‌آن رعایت احتیاط بشود. از برگ من می‌توان ترکیبات دارویی‌جهت معالجهٔ معتادان به تریاك وهروئین‌ومبتلایان به‌جنون الکلی تهیه نمود، ولی‌چون دارای اثرسمی هستم، و ازطرفی درایران‌گیاهان دیگری وجود دارندکه غیرسمی بوده ودرهمهٔ ایران می‌روید واثرآنها برای نجات معتادان مؤثرترو مطمئن‌تراست، وبه‌آسانی‌می‌توان‌ازآنها استفاده‌کرد، ازاین جهت از دادن دستور استفاده از برگ من خودداری می‌شود. بدیهی است‌که همانگونه‌که یونجه وتریاك سیاه چگونگی‌راه علاج‌معتادان را شرح دادند، بقیهٔ گیاهان نیـز به هنگام معرفی خـود، نسخه‌های مؤثری را نشان خواهند داد.



اسم من «سنبل‌الطیب» است!

اعصاب راآرامش می‌بخشم. مقوی معده وجگرهستم. شستن چشم با جوشاندهٔ من، سرخی آن را از بین می‌برد. پاشیدن خشك شدهٔ من روی زخم، باعث التیام‌آن می‌شود. ضد سرگیجه هستم و دمکردهٔ من تپش وضعف قلب را درمان می‌کند...
همراه باگل گاوزبان اصیل ایرانی بهتر از قرصهای والیوم ولیبریوم‌آرامش‌می‌بخشم. کسانی‌که به‌خوردن این قرصها عادت کرده‌اند به‌سراغ من بیایند تانجات یابند.

سنبل درزبان عربی‌به معنی خوشه‌است، ولی به بیخ وریشهٔ معطرچند گیاه نیزاطلاق می‌شود. سنبل رومی، سنبل هندی وسنبل‌کوهی ازاین ردیف بوده و به‌آنها سنبل طبی وسنبل‌الطیب می‌گویند. من بیخی‌معطر باریشه‌های افشان هستم وچون گربه عاشق بوی من است، مجذوب من شده و دربرابر

من می‌غلتد و به‌همین جهت دراین اواخر عده‌ای اسم فارسی مرا علف‌گربه گذاشته‌اند، ولی‌درکتابهای‌فرهنگ قدیمی‌چنین عنوانی‌دیده‌نمی‌شودوباتوجه به‌اینکه بیخ من‌ساقهٔ زیرزمینی بوده ونمی‌توان به‌من علف خطاب نمود این وجه تسمیه صحیح‌نیست. به من‌سنبل‌الطیب، سنبل‌طیب، سنبل‌رومی، سنبل‌العصافیر، والریانه، حشیشة العصافیر، اسمامن، آله‌آلك، میخوشه و سنبل طبی‌می‌گویند. من‌ضدصرع «هیستری» وضد تشنج می‌باشم وازهمه مهمتراینکه ادرارمبتلایان به مرض قند راکم می‌کنم، مخصوصاً اگرمراهمراه باگل‌گاو‌زبان اصیل‌ایرانی‌که دردامنهٔ‌کوههای‌البرزمی‌روید دم‌کنند. سنبل‌کوهی یکی ازانواع من‌است‌که ریشهٔ‌آن عرق وادرار را زیاد می‌کند و اشتها آور است. سنبل‌هندی نوع دیگری‌ازمن‌می‌باشدکه خواصی‌نظیرمن‌داشته وبه‌او تاردوین هندی، عجزمکی‌وحب‌العصافیرهم‌می‌گویند. قسمت‌مورداستفاده، بیخ‌وریشهٔ افشان ما می‌باشدکه آن را به صورت دمکرده و تنتورمصرف می‌کنند و در کارخانجات داروسازی، ازآن داروهای اختصاصی جهت تقویت قلب درست می‌کنند،که یکی ازآنها «کورامین» نام دارد. انواع پرورش یافتهٔ من‌چندان خاصیت زیادی ندارند و بهتراست ازانواع وحشی من استفاده شود.

یکی دیگرازخواص من‌همراه داشتن مقداری‌منگنزاست. کمبود این‌فلز دربدن انسان باعث سفیدی مو می‌شود، و با اینکه داروساران سنتی ایران ازوجود این فلز وخواص‌آن مسبوق نبودند معذلك برای سیاه شدن و دراز شدن موی‌سروریش ازمن استفاده می‌کردند وبه این منظور پختهٔ مرا برسرو صورت بسته و نتیجه می‌گرفتند. نوشیدن دمکردهٔ من باگل‌گاوزبان ولیمو عمانی یك نوشابهٔ نشاط‌آور وآرامبخش می‌باشد. درمجالس ختم‌اگر به جای قهوه ازاین نوشیدنی به‌مصیبت زدگان بدهید، بدون‌آنکه‌اعصاب‌آنهاتخدیر شود آرامش درونی پیدا خواهندکرد. من بازکننده و مقوی دهانهٔ معده و جگرمی‌باشم، لیزی و رطوبت سینه و فضولات دماغی را ازبین می‌برم. من شکم را جمع می‌کنم، شستن چشم‌با آب من همراه با آب‌گشنیزسرخی‌آن را ازبین‌برده ودرتقویت‌بینایی‌مؤثراست وباعث‌روییدن‌مژگان می‌شود. نشستن درآب جوشانده و برداشتن مقدارکمی از ریشهٔ سنبل الطیب رحم را پاك و عقب افتادگی عادت را باز می‌نماید، پاشیدن گرد خشك من روی جراحات باعث التیام آنهاست. مقدار خوراك بیخ و ریشهٔ من پنج گرم می‌باشد. تازهٔ من مؤثرترازریشهٔ خشك من‌است. من‌بادشکن، خواب‌آوروضدکرم می‌باشم. سرگیجه، سردردیکطرفه، دلهره واضطراب، داءالرقص،حالات‌مالیخولیایی، اختلالات زمان یائسگی، سکسکه‌های مداوم و خلاصه هر بیماری که

منشاء عصبی داشته‌باشد باخوردن من‌تسکین‌می‌یابد. شستشوی دهان باآب جوشاندهٔ‌من‌جوشهاوزخمهای مخاط دهان را ازبین می‌برد ودمکردهٔ من‌برای تپش وضعف قلب هردو مفید است.

من «عدس» هستم!

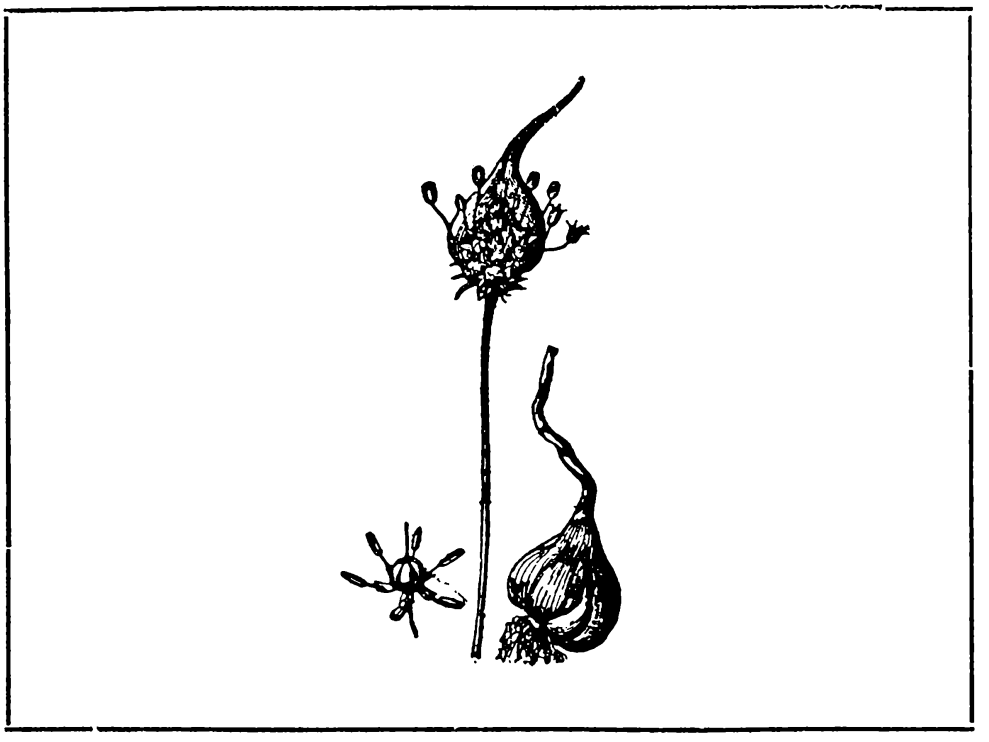
من درخاصیت باگوشت برابری می‌کنم. تقویت کنندهٔ مغز بوده، حافظه را نیرو می‌دهم. جوشاندهٔ من ضد عفونی کننده است. گردسوختهٔ دانه‌های من دندان را سفید می‌کند. از انواع ویتامین سرشارم. و اگر دلتان می‌خواهد صاحب دختر شوید از من استفاده کنید.

فارسی من مرجومك است ودربعضی از شهرها نسك می‌گویند، ولی امروزه در بیشتر شهرها به عدس معروف می‌باشم. رنگ من برحسب نژاد، قهوه‌ای، قرمز، زرد وخاکستری است. دارای انواع بیابانی «نیم وحشی» و بستانی می‌باشم. بستانی من همین عدس معمولی است که شما آن را درآشها وسوپها ریخته، وباآن عدس پلودرست می‌کنید دیرهضم ونفاخ است وچنانچه باسرکه خورده شود نفخ آن ازبین می‌رود. ساقه وبرگ من به مصرف علوفهٔ حیوانات می‌رسد. آرد من خاصیت نرم کننده داشته وضمادآن برای رفع التهاب پوستی نافع است. من درزمینهای آهکی خوب می‌رویم، ولی درخاك رس به عمل نمی‌آیم. موقع چیدن دانه‌های من وقتی است که دانه‌های پایین ساقه تغییر

رنگ داده ومایل به‌قهوه‌ای شوند.

دانهٔ‌من‌دارای ویتامینهای «آ»، «ب»وکمی«ث» می‌باشد وفلزاتی‌چون آهن، کلسیم وازهمه بیشترفسفردارد، پوست دانه‌های من‌ملین‌ومغزآن قابض است. ابوالعلای معری گیاهخوار معروف ایرانی، مرا به‌جای گوشت می‌خورد و مرا گوشت گیاهی لقب داده بود. پوست من گرم است و آب جوشاندهٔ‌آن ملین‌وضد عفونی‌کنندهٔ پوست بدن‌است. خوردن‌آش‌من باروغن بادام پس ازبرطرف شدن تب مانع برگشت‌آن‌می‌باشد، پختهٔ مهرای من با سرکه مقوی معده وبدون نفخ است. چنانچه مرا درآب بپزید، آب آن سینه رانرم‌وسرفه راازبین می‌برد ومضمضه باآن جهت ورم مخاط دهان ودیفتری مفیداست. فرو بردن سی‌عدد پوست‌کندهٔ من بطورحب فساد معده را اصلاح می‌نماید. ضماد من باعسل‌جهت زخمهای عمیق وباروغن گل‌جهت ورم چشم مفید می‌باشد، وبا سفیدهٔ تخم مرغ جهت رفع سرخی پوست و ترك پاشنهٔ پا وباسرکه‌جهت‌ترك دست وپاکه دراثرسرماعارض‌شده باشد سودمند می‌باشد. ضماد پختهٔ من بابرگ‌کلم جهت ورم پستان‌که دراثرانعقاد شیربه هم رسیده باشد مفیدمی‌باشد. مالیدن‌پختهٔ من باتخم‌خربزه رنگ رخساره رابازمی‌نماید و زردی را ازبین می‌برد. گرد دندانی‌که باسوختهٔ دانه‌های من ساخته شود دندان راسفید می‌نماید. زیاده روی درخوردن من مخصوصاًنوع نیم وحشی آن مولد سودا وغلیظ‌کنندهٔ خون و باعث دیدن خوابهای پریشان وتشویش است. پزشکان‌سنتی ایران‌زیاده روی درخوردن مرا مولدسرطان ومالیخولیا وجذام می‌دانستند، ولی این اتهامات وارد نبوده و من درتولید این امراض نقشی ندارم. ممکن‌است نوع نیم‌وحشی من تاحدی درتولید سودای سوخته مؤثرباشد. همیشه مرا با سرکه یامواد قندی مثل خرما وکشمش میل‌نمایید، وهیچگاه مرا همراه با ماهی شورنخورید. بستانی من قابض وکم‌کنندهٔ خون حیض است، ولی نیم وحشی وبیابانی‌من برعکس‌مسهل وقاعده‌آور می‌باشد.

من‌خون و ترشحات داخلی وترشح رحم را ترش می‌کنم. مادرانی‌که آرزوی داشتن دختردارند، ازاین خاصیت من می‌توانند استفاده‌کنند.



اسم من «سیر» است!

اسمم سیر است، ترکان به‌من «صارامساق» و«صارمیساق» واعراب به من «ثوم» گویند. همان ثومی‌که قوم یهودآن رابرمائدهٔ‌آسمانی ترجیح داده وازحضرت موسی مطالبه‌کردند.

من دارای انواع واقسام می‌باشم. دونوع من بستانی وپرورش یافته بوده، یك نوع‌آن درگیلان ومازندران و نوع دیگردرمرکز ایران می‌روید ویك نوع سیربیابانی‌هم وجود داردکه «مریم نخودی» وحشی‌است و به آن «ثوم‌الحیه، ثوم‌الکلب» می‌گویند ودرکتابهای داروسازی سنتی ایران تحت نام «اسقوردیون» یاد شده است. خانوادهٔ مادربین گیاهان دارویی مقامی بس والا دارند. گلهای یك نوع بستانی من سفید و گلهای نوع کوچك من گلی رنگ می‌باشد، من دارای ویتامینهای ب و ث بوده و مقدار ویتامین «ث»

درنوع بیابانی من بیشتر است.

علاوه برآنکه مرابه‌صورت خام‌وپخته مخلوط‌باماست ودرخوراکهای مختلف می‌خورند، درطب و داروسازی ازمن‌استفاده‌های زیاد برده‌می‌شود. من ضدعفونی‌کنندهٔ دستگاه تنفس ودستگاه گوارش هستم، دربیماریهای ریوی مخصوصاً غانغاریای ریوی، سیاه سرفه اثرشگفت‌آور دارم. ضدعفونی‌کنندهٔ جلدی بوده و درپانسمان زخمهای سیاه شده به‌کار می‌روم. اشتها آور بوده وفشارخون رابطورثابت پایین می‌آورم. اثرمیکربکشی‌من‌درکشتن‌میکربهای وبایی قابل تحسین است.

من محلل غـذا بوده و رطوبت معده را جمع می‌کنم. خون غلیظ را رقیق می‌کنم، ادرار و عادت ماهانهٔ زنان را باز می‌نمایم و پادزهر سموم و زهرابه‌های میکربی هستم و به همین جهت اثرمن درمعالجهٔ رماتیسم شایان توجه‌است. برای پیشگیری‌ازامراض‌نباید درخوردن من‌غفلت‌کرد.مخصوصاً درموقعی‌که یك‌مرض‌مسری‌همه‌گیرمی‌شود. ترشی‌کهنهٔ من جهت پاك‌کردن گلووبازشدن‌آواز وتنگ نفس ومرض فراموشی، لقوه، رعشه واکثرامراض عصبی، دردمفاصل، عرق النساء (سیاتیك) نقرس و دردآنها مفید است. مرا جهت ازبین بردن اخلاط غلیظ ودفع باد پهلو وقولنج وهمچنین برای‌از بین بردن زالویی‌که درگلومانده باشد و انداختن انواع‌کرم معده وکرم‌کـدو و کرمك به‌کارمی‌برند. برای درمـان تبهای کهنه و زخمهای قدیمی‌که باهیچ دارویی معالجه نمی‌شوند به سراغ من بیایید تا به شما ثابت شود خوراکیها تاچه حد در درمان امراض مؤثر می‌باشند.

من رنگ‌رخساره را بازمی‌کنم وچنانچه زن آبستن در مواقع بارداری به مقدارکم ازمن استفاده‌کند، نوزاد اوخوش‌آب ورنگ خواهد شد ویکی از عجایب من این است‌که چنانچه زن‌آبستن سه روزقبل اززایمان مرا بخورد، دهن نوزاد او به هنگام تولد بوی سیرخواهد داد.

خوردن من با غذاهای سنگین سبب سبك شـدن و سهل‌الهضم شدن آنهاست.اثرمن‌درفروبردن ورمهاوخردکردن سنگ‌کلیه قطعی‌است. مداومت در خوردن من باعث ریختن موی سفید و درآمدن موی سیاه است، مشروط براینکه به‌حدکافی منگنزداشته باشم، وروی همین‌است‌که اگر«بلادر» را در خاك دفن‌کنند وبگذارند بپوسدوبعدروی‌آن سیربکارند، خوردن‌آن سیرموی سفید را سیاه مـی‌کند. و چنانچه مقداری خـاك معدنی مغل کـه تـرکیب منگنز است بعنوان کود به‌گیاه من بدهند وهمین خاصیت را خواهد داشت. حافظ اشخاص پیر وسرد مزاج می‌باشم و خوردن من برای آنها بسیار مفید

است. من حافظه را تقویت می‌کنم و عضلات قلب را تقویت می‌نمایم. برای معالجهٔ گال وکچلی وهمچنین برای ازبین بردن زگیل مرا پخته و روی‌آنها بگذارید و این عمل را چندین بارتکرار کنید تا بهبودی به دست آورید.

اگر مرا در انبار اغذیه بگذارید، از هجوم شپشك به انبار جلوگیری می‌کنم وحبوبات را از این‌آفت حفظ می‌نمایم.

زیاده روی در خوردن من برای خون، چشم، بواسیر و زنان حامله چندان خوب نیست وتولید صفرا می‌نماید.

برای‌انداختن و بیرون کردن زالویی که در بیخ گلو مانده است، می‌توانید مرا در سرکه خیس‌کرده و آن را غرغره‌کنید تا این حیوان خونخوار بیفتد. مالیدن من با عسل جهت زخم وجوشهای جلدی نافع است و همچنین سیاهی زیرچشم را از بین می‌برم و برای جلوگیری از ریزش مو مفید می‌باشم. اگر مرا در روغن سرخ‌کنید و زیادی روغن آن را بگیرید، مالیدن‌آن ترکی‌راکه دراثرسرما در دست وپا ایجاد شده‌است درمان می‌کند ومالیدن‌آن باعسل خالهای سیاه پوست را ازبین‌می‌برد وبرای معالجهٔ برص وطاسی نیز بی‌فایده‌نیست. نشستن‌درآب جوشاندهٔ برگ وساقه‌های بوتهٔ من جهت بازشدن ادرار و بازشدن حیض نافع‌است، اگرمرابانشادر وعسل مخلوط‌کنید، برای برص وسیاهی پوست نافع‌ترخواهم بود. اگر مرا همراه زفت‌کرده و روی‌ناخن ترکیده وزبروکج بگذاریدآن را اصلاح خواهم کرد. آب جوشاندهٔ من‌کشندهٔ شپش و حشرات است، جویدن برگ من بوی تند و زنندهٔ مرا از بین می‌برد، مخصوصاً اگربعدازآن‌بانبیذ ریحانی مضمضه نمایید. خوردن‌من برای اشخاص مفلوج مفید است، مخصوصاً اگر تا چهل روز، روز اول‌یك دانه، روز دوم دودانه... و روز چهلم چهل دانه خورده بعد روزی یك‌دانه‌کم‌کنید تابه یك دانه برسد. پیاز من در معالجهٔ امراض هرچه تازه ترباشد مفید است وبرعکس ترشی من هرچه‌کهنه‌ترشود مرغوبتر خواهد شد اثر من در پیشگیری امراض غیر قابل تردید بوده و بدون شك از پیدایش سرطان جلوگیری می‌نمایم. برای ضد عفونی مجاری ادرار دارویی بهترازمن نیست. سیر بیابانی خود را همراه با مریم نخودی معرفی خواهدکرد.

من «موسیر» هستم!

فشارخون‌را پایین می‌آورم. اگر می‌خواهید سرطان به‌سراغ شما نیاید مرا میل کنید. پادزهرخوبی برای سموم مختلف هستم. اشتهاآور بوده، خواب را زیاد می‌کنم. قوای روحی را تقویت کرده، درمان‌کنندهٔ تصلب شرائین‌می‌باشم. اگر ازدرد معده رنج‌می‌برید، به‌سراغ من بیایید!

فارسی من موسیراست، به من سیرکوهی هم‌می‌گویند. عربی من‌ثوم-الجبال، بصل‌الذئب وبصل‌الزیز است ودربعضی ازکتابهای قدیم اشقردیون یاد شده است. من دارای بیش ازچهل‌گونه می‌باشم‌که یك نوع آن درکتب دارویی سنتی ایران به‌نام بلبوس‌آمده است.

تقویت قوای جسمانی وروحی،کشتن‌کرمها ومیکربهای درمان‌تصلب شرایین، پائین‌آوردن فشارخون، تمیزکردن دستگاه تنفس، خونسازی انساج بدن و بالاخره جلوگیری از پیدایش سرطان ازخو اص‌ذاتی خانوادهٔ سیروپیاز است، ولی چون خوردن‌آنها مخصوصاً سیرایجاد بوی زننده می‌کند و باعث

ناراحتی اطرافیان می‌شود، ازاین روعده‌ای‌ازخوردن‌آن خودداری می‌کنند، ولی من با این‌که‌کم وبیش دارای این‌خواص هستم نه تنهابوی زننده‌ندارم، بلکه دهان راخوشبوکرده وبوی بدآن را ازبین‌می‌برم. بهترین نوع مصرف من مخلوط باماست است‌که شما آن را ماست موسیر می‌نامید و بعد ازاین ترشی، ونمك پروردهٔ‌من می‌باشد. برای استفادهٔ من معمولا مرا چند روز در آب خیس می‌کنند وپس ازآن‌که چندین بارآب آن را عوض‌کردند، درماست یا سرکه می‌اندازند. ولی به شما توصیه می‌کنم‌که‌کاری نکنیدکه مواد مفید من درآب حل شده و دور ریخته شود، مرا فقط درمقدارکمی آب خیس‌کنید که‌آن را به‌خودگرفته ومتورم شوم وبعد به‌کاربرید.

من به هضم غذاکمك می‌کنم، ادرار و حیض را باز می‌کنم و پادزهر سموم می‌باشم، بطوری‌که عـده‌ای اثرضد سم‌مرا بیشتر از سیرمی‌دانند. من انقباضات‌دردناك‌معده‌وروده‌هارا ازبین‌می‌برم ـ اشتهاآوروخواب‌آورمی‌باشم.

بلبوس ـ من نوعی موسیرهستم‌که فارسی‌من‌تلخه پیازاست وترکان به‌من داغ سوغانی می‌گویند واهالی لرستان مرا طرم می‌نامند

شهوت را تحریك می‌کنم و خون را به سوی جلد جذب می‌نمایم، ضماد من به تنهایی یا با عسل جهت درمان پیچ خوردگی عصب وکوفتگی اعضا و سستی عضلات نافع است، خوردن من همراه با فلفل مقـوی معده بوده، به‌هضم غذاکمك می‌کند وضماد من با زردهٔ تخم مرغ برای پاك‌کردن سیاهی زیرچشم ولکه‌های جای زخم مفیداست.

سیرك ـ فارسی‌من‌سیرك، سیرچه ،سیرج‌وعلف‌سیراست. جزوسبزیهای صحرایی‌هستم واعراب‌به‌من حشیشةالثوم‌گویند واین اسامی بیشتر به‌علت‌آن است‌که سبزی‌وریشهٔ من بوی‌سیرمی‌دهند، درحالی‌که‌درخانوادهٔ شب‌بوقرار گرفته‌وباخانوادهٔ سیروپیازنسبتی ندارم. بذرگیاه من‌که درکتب دارویی‌سنتی ایران‌به‌نام‌ثومون‌آمده‌است، دارای‌طعمی‌تندشبیه خردل‌است.من درشمیران، افجه، میگون، لوشان‌واهربه‌عمل می‌آیم. من نیروبخش بوده، عرق رازیاد می‌کنم وعادت ماهانهٔ زنان‌را باز می‌نمایم، وبرای‌حبس‌البول نافع می‌باشم. گیاه مرا باید تازه مصرف‌کنید، زیرا خشك من چندان خاصیت نـدارد. شیرهٔ تازهٔ برگ من بطورضماد برای معالجهٔ زخمهای چرکی وغانغاریا مفیداست. دانه‌های من‌پوست بدن را همانند خردل قرمزمی‌کند وبه‌همین جهت به‌جای خردل به‌کار می‌روم. به بذر من درفارسی تخم زرداب وبه‌ترکی صفرااوتی می‌گویند.

اسم من «سنجد» است!

بوییدن گل من برای اشخاص فلج نافع است. من مسکن قی وصفرا هستم. میوهٔ من، نرمی استخوان را ازبین می‌برد. برگ من دملهای چرکین را التیام می‌دهد. درمیوه‌ام خاصیت تقویت قلب وجود دارد...

درفارسی به من سنجد و در عراق «غبیده بادام» گویند و چون رنگ پشت برگ من سفید ونقره‌ای بوده غبار گرفته به نظرمی‌رسد. اعراب به‌من «غبیرا» گویند. میوهٔ من بااینکه کمی گس است، معذلك عده‌ای به خوردن آن علاقه دارند و باآرد آن حلوای غبیده بادام و قاووت درست می‌کنند. برگ درخت ومیوه خشك من شکم ودهان راجمع می‌کند. گلهای من بسیارمعطر بوده وبه‌شعاع بیش از پنجاه‌متر منتشرمی‌شود و چون شهوت زنان را زیاد می‌کند، بوییدن آن برای دختران وزنان جوان بی‌شوهر جایزنیست وعده‌ای هم نسبت به بوی آن حساسیت داشته ناراحت می‌شوند.

درصنعت داروسازی از گلهای من جهت معطر کردن بعضی ازشربتها استفاده

می‌شود واثرتب‌بر دارد.

بوییدن گل من برای اشخاص فالج ولقوه‌ای مفید است. میوهٔ من مقوی معده بوده، و آن را جمع می‌نماید. مسکن قی وصفرابوده و مخصوصاً برای اطفال خیلی مفیداست. میوهٔ من بادشکن ومقوی دماغ وقلب است ونیزضد یرقان واستسقا می‌باشد. چون برگ درخت مرا برروی دمل بگذارند، باعث رسیدن آن شده وچرك آن راازبین می‌برد و زخم آن را التیام می‌دهد بطوری که احتیاج به دارویی دیگرنیست، واگربرگ تازهٔ من نباشد از برگ خشك من‌هم می‌توان استفاده کرد وچنانچه برگ مرا در روغن زیتون بجوشانید تا له شود، مالیدن این روغن جهت درد و ورم مفاصل و اعضای بی‌حس شده نافع است وچون این روغن را برسربمالند باعث بلندی‌موی آن خواهد شد.

مقدار خوراك گل من یك مثقال و میـوهٔ من تا پنجاه دانـه می‌باشد. میوهٔ من‌سرشارازویتامینهای «آ» و«ب» بوده وکمی‌ویتامین«کا» دارد. به‌این جهت ضداسهال خونی وبواسیر است وهمچنین‌ازنظراملاح غنی بوده، کلیه‌ها را گرم و معده را دباغی‌کرده، وادرار را زیاد می‌کند و نرمی استخوان را مانع‌می‌شود. اگر مبتلابه‌سلسله بول هستید یعنی ادرار زیاد می‌کنید، برای درمان آن دارویی بهتر ازسنجد نیست.

سنجد صحرایی

فارسی من «کام»است وبعضیها «کهام» گویند. دراطراف تهران به‌من سنجد صحرایی گـویند و عربی من «شوك القصار» است و چون باریشهٔ من می‌توان همانند چوبك جامه شست عده‌ای از اعـراب به من غاسول رومی لقب داده‌اند (غاسول بـه معنی چوبك است) ولی درکتب دارویی قدیم از من به نام «ابوقانس» یاد شده‌است. میوهٔ من گرد به‌رنگ زرد نارنجی استو طعم آن ترش می‌باشد. این‌میوه سرشار ازویتامین «ث» بوده، و اکنون آن‌را جهت استخراج این ویتامین، بیشتر می‌کارند. دراروپاازمیوهٔ من مارمالاد می‌سازند. درختچهٔ من درایران دردامنهٔ البرز، مخصوصاً اطراف تهران، ونك، شهرستانك، سپهسالار، میگون، کرج و گچسر بطورخود روبه‌عمل می‌آید. دردامپزشکی از میوه و پوست درخت من برای معالجهٔ امراض جلدی استفاده می‌نمایند.

ریشهٔ درخت مرا چون قطع کنند، شیرهٔ زیادی ازآن خارج می‌شودکه برای شستشوی جامه و بدن به‌کاررفته وآن را خوشبو می‌نماید. این شیره برای معالجهٔ امراض کبدی مخصوصاً تشمع آن به‌کاررفته، ومی گویند همانگونه که جامه را پاك می‌کند، کبد رانیزشستشوداده وپاك می‌نماید. عده‌ای میوهٔ

درخت مرا ضدکرم هم می‌دانند ولی بهترین اثرآن دفع‌کمبود ویتامین «ث» دربدن بوده، وخوردن آن انسان راازابتلا به‌امراض عفونی حفظ می‌نماید.

من «گل‌لادن» هستم!

با عفونت معده مبارزه می‌کنم. برای برنشیت مزمن نافعم و اخلاط سینه‌را پاك می‌کنم. برگ و گل من ضدرقیق شدن خون است‌وآن‌را تصفیه می‌کند. اگر ازگیاه تازهٔ من ضماد بسازند وبرسربنهند، پیاز مو را تقویت می‌کند. به مسلولین توصیه می‌کنم که از من استفاده کنند.

درکتابهای لغت وادبیات فارسی از «لاد» و «لادن» زیاد توصیف شده واشعار نغزی سروده‌اند.

ازعبیرو عنبو از مشك ولاد و داربوی
درسرابستان ما اندر خزان میداربوی

هـرلالـه که از دامن کهسار بر آمـد
از لطف تو بود ارنه زخارا ندمد لاد

نـریـزد از درخت ارس‌کافـور
نـخیـزد از میـان لاد لادن

اینها همه دروصف صمغ خوشبویی است که نامش لادن عنبری بوده، و ازخارج می‌آورده‌اند. به این صمغ درزبان فرنگی «لادانوم» و «لابدانم» می‌گویند وازشکاف درختی که نام لاتینی‌اش «سیستوس» بوده و به عربی به آن «قسطوس» گویند خارج می‌شود. این صمغ خوشبو بوده وقاعده‌آوراست و چون‌آن را زیر دامن زنی که عادت ماهانه‌اش بندآمده است دودکنند، باز خواهد شد. داروسازان‌سنتی ایران طاسی سررا با این صمغ معالجه میکردند که‌شرح‌آن بعداً داده خواهدشد این‌درخت که‌نوعی کاج‌است، درایران نیست ولی درصفحات‌شمال ایران، یعنی جنگلهای‌کنار بحرخزرنوعی عشقه به‌نام «داردوست»می‌روید که‌بیش ازچهارسال‌عمرمی‌کند ودر زمان‌کهولت ازتنهٔ‌آن صمغی بیرون می‌آید که‌به‌آن‌لادن گویندومانندلادن‌عنبری‌عادت ماهانهٔ زنان‌را باز می‌کند. این عشقه سابقاً درطب زیاد به مصرف می‌رسید، ولی به علت مسمومیت شدیدی‌که داشت استفادهٔ دارویی ازآن منسوخ گردید و اماآنچه امروزه در نزد ما به‌گل لادن معروف است، یك‌گل زینتی است‌که زادگاه اولیهٔ‌آن «پرو» درامریکای جنوبی بوده، وپس‌ازکشف امریکاآن را به‌اروپا آورده، وکم‌کم‌کاشتن آن درایران معمول شده‌است وحالا اجازه فرمایید این گل خود را به‌شما معرفی نماید.

اسم من‌گل لادن است. اعراب به من ابوخنجر وطرطور می‌گویند و هیچگونه نسبت و شباهت باصمغ‌لادن‌که شعرا آن را توصیف‌کرده‌اند ندارم. شما مرا درباغچه وگلدان می‌کارید و هیچگونه استفاده از من نمی‌کنید، در صورتی‌که گلبرگها وساقه‌های نازك من‌اگردرسالاد ریخته شوند، آن راخوش طعم‌کرده، وخوردن‌آن عفونت معده و روده‌ها را ازبین می‌برد. برگ وگل من ضدرقت‌خون‌وتصفیه‌کنندهٔ‌آن می‌باشد. شیرهٔ‌گیاه تازهٔ من‌دررفع‌بیماریهای سینه وسل مفید است، مخصوصاًعرق شبانهٔ مسلولین راکم می‌کنم. وبرای نزله، برنشیت مزمن و افلاطونی سینه مفید می‌باشم. ضماد له شدهٔ‌گیاه تازهٔ من برسر، پیاز مورا تقویت‌کرده و از ریزش‌آن جلوگیری می‌کند.

اسم من «سرو» است!

برگ درخت من، قطع‌کنندهٔ خونریزی است. میوهٔ من را به‌آنان‌که زخم معده دارند توصیه‌کنید. برای تقویت موی سروسیاه شدن‌آن از برگ من استفاده برید. اگرازبرگ من مربا درست‌کنید، می‌توانید از آن برای درمان سرفهٔ‌کهنه استفاده‌برید...

میوهٔ سروخنك داد به‌من دوش طبیب
تا که بسیاری قندت نـدهد آزارم

درایران به‌انواع درخت‌عرعر، پیرو، اورس، ابهل وچندین نوع گیاه زینتی سرو گویند و اکنون اجازه دهید چندنوع از آن در اینجا خودشان‌را به‌شما معرفی کنند.

سروسهی

درخت من بلندقامت و موزون است، ارتفاع من ممکن است به۲۰ تا

۲۵ متر وقطر بدنهٔ من تادومتر برسد. من دارای برگهای سوزنی و دایمی بوده و بـه‌شکل مخروط بالا می‌روم. چوب من سفید و در بعضی از انواع زردرنگ یا کمی‌مایل‌به‌قرمزی است. دارای بوی مطبوع بوده وبسیارمحکم وقیمتی است. میوهٔ‌من‌شبیه میوهٔ درخت‌کاج، ولی خیلی‌کوچکتر ازآن، یعنی به‌اندازهٔ یك فندق ودربعضی ازانواع ممکن‌است به‌اندازهٔ یك‌گردوی پوست کنده شود. میوهٔ من صنوبری‌بوده، دارای بوی تند ونامطبوع است وبه‌آن گردوی سروهم می‌گویند. درخت من‌خزان نمی‌کند. من‌درنواحی‌کوهستانی وجنگلهای شمال، مخصوصاً رودباربین راه قزوین و رشت، پل‌زنگوله، درهٔ چالوس، زرین‌گل نزدیك علی‌آبـاد و کوههای رامیان به‌عمل می‌آیم. در گرگان، علی‌آباد، درهٔ چالوس به‌من «سور» گویند. درگیلان و رودباربه‌آن زرین درخت، درکتول وپل‌زغال، ورامیان «سور» و «سر» در آمو «سوزش» و درشیراز به«درخت‌اهل» معروف می‌باشم.

سروناز یکی‌ازانواع کوتاه‌قد من‌است که‌به‌آن سروکاشی وسروشیرازی هم‌می‌گویند. میوهٔ سرو نازخنك بوده، وبرای‌معالجهٔ‌مرض قندبه‌کارمی‌رود.

قسمت مورد استفادهٔ من «سروسهی» چوب، برگ ومیوهٔ من است که دارای دانه‌های زاویه‌دارمی‌باشد. میوهٔ مراموقعی باید بچینیدکه هنوز رنگ زردآن ازبین نرفته ودارای فلسهای گوشتدار باشد. میوهٔ من دارای یك تا دودرصد اسانس، مقداری تانن وترکیبی شبیه‌کافور است.

چوب درخت من به‌علت‌داشتن تانن قابض است، پیشاب‌وعرق‌را زیاد می‌کند. میوهٔ من نیزقابض بوده، برای درمان اسهال‌واسهال‌خونی تجویزمی‌شود. پماد جوشاندهٔ‌آن برای معالجهٔ بواسیر به‌کار می‌رود. برگ درخت من قابض‌و محلل است، خونریزی را قطع می‌کند، عفونت را ازبین می‌برد وسیاهی‌جلد را پاك می‌کند. نوشیدن جوشاندهٔ برگ من برای معالجهٔ سختی ادرار مفید است. مضمضهٔ آن لثه را محکم می‌کند و خونریزی آن را از بین می‌برد، وغرغرهٔ آن برای دردگلو نافع است. مربای برگ من با عسل جهت درمان سرفهٔ‌کهنه مؤثراست، عده‌ای برگ مراکمی‌مخدر می‌دانند. چون دانه‌های میوهٔ مرا ساییده در روی فتق ضماد نمایند، و آن‌را ببندند، باعث تحلیل‌آن می‌شود. خاکسترهٔ چوب من جهت جلوگیری از سیلان خون سودمند می‌باشد. ضماد برگ من‌جهت سوختگی‌آتش وجلوگیری ازجراحات چرکی پوستی وپختهٔ‌آن درسرکه جهت ازبین بردن لکه‌های جلدی و سفیدك ناخن وهمچنین جهت معالجهٔ فتق والتیام جراحات و تقویت اعضای بیحس

شده وجلوگیری از خونریزی و پانسمان زخم و فروکش ورم و زخمهای کهنه تجویز می‌شود، کشیدن محلول صمغ من در بینی جهت جلوگیری از آبریزش آن و خوردن ومکیدن‌آن جهت ازبین بردن سیلان آب دهان مفید می‌باشد وچون میوهٔ مرا با «آمله» درآب و سرکه بپزند تا له شود، و بعد با روغن‌کنجد بجوشانند و بگذارند تفالهٔ آن ته‌نشین شود، و بعد تفاله را برروی موی سرضمادنمایند و روغن‌آن‌را بمالند، جهت سیاه‌شدن ودرازشدن مو مفید می‌باشد وچون برگ درخت مرا بکوبند وبعدباحنا وسرکه مخلوط نمایند و برروی موی‌سرضماد نمایند، آن‌را سیاه وقوی می‌سازد.

چون برگ‌وشاخهٔ مرا دراتاق نگاه‌دارند، پشه به‌آن نزدیك نمی‌شود واگر بشودآن‌را می‌کشد. دود شاخه وبرگ‌من‌هم همین‌اثررا دارد.

انواع پیرو

پیروکه اکنون خود را معرفی می‌کند، نام چندنوع سروکوهی است که درجنگلهای شمال ایران می‌روید.

به‌نوعی ازمن درگرگان پیرو، در شیرکوه و درفك اریس واریز در دیلمان «ابرسك» درنوروکجور «دیس» و در رودسر «ارس» گویند.

درخت عرعر

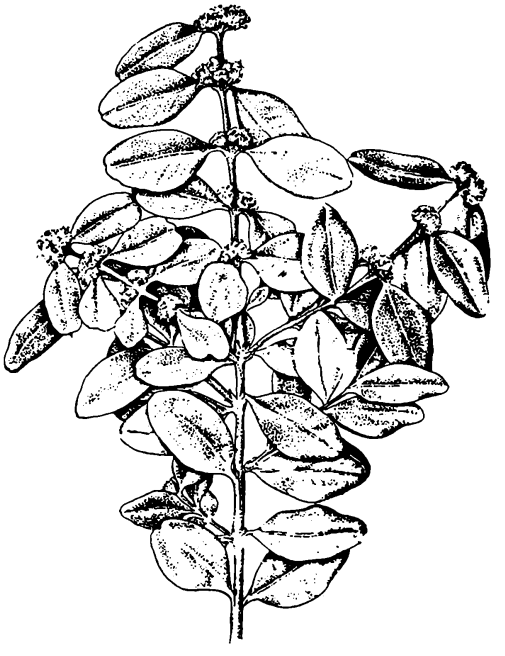
فارسی من سروکوهی است و درشیرازبه‌من «اهل» گویند. من دونوع دارم یکی‌بزرگ که‌ازسرو کوتاهتروکوچکتراست ومیوهٔ‌آن به‌قدرفندق بوده، کمی شیرین است. نوع‌کوچك من ازنوع اول کوتاهتر وکوچکتر است، و به‌میوهٔ‌آن درطب قدیم «ابهل» می‌گفتند. برگ من قابض و پادزهر سموم است. ادرار وحیض را باز می‌کند. خوردن سه‌گرم آن جهت بازشدن سینه، سرفه، دردسینه وطحال وضعف‌معده مفیداست. بادشکن بوده، برای دل‌پیچه و درد رحم و سختی سینه‌نافع است، مقدارخوراك برگ من پنج‌گرم است.

ابهل. من میوهٔ یکی ازگونه‌های سرو کوهی هستم‌که در جنگلهای شمال ایران‌می‌روید. ارتفاع درخت‌من یك‌تا دومتراست، چون دراثرپرورش و انتقال درخت من به‌جاهای دیگر تغییراتی در شکل برگها و حتی دستگاه تولید مثل ظاهر می‌شود، ازاین جهت شکل ظاهری من در کتب مختلف یکسان نوشته نشده‌است. میوهٔ من به‌اندازهٔ یك فندق وآبدار می‌باشم‌که در روی دمگل قرار می‌گیرم و رنگ من آبی تیره است. درپشت برگهای من

غدد ترشحی وجود دارد وآن بوی‌نامطبوع وطعمی تلخ‌می‌دهد. به‌من‌مای- مرز- ریس- براتوا و براتون‌هم می‌گویند. من محلل غذا بوده، وقابض نیز می‌باشم. جهت‌بی‌حسی اعضا، سرسام «منتژیت»، فلج، سنگینی گوش وپیورهٔ دندان- تنگ نفس - استسقا و بواسیر و بازشدن عادت ماهانهٔ زنان واز بین بردن عفونت زخمهای پلید وچرکی وداءالثعلب - سختی اعضا و رفع‌آثار جلدی مراتجویزمی‌کنند. ضماد برگ درخت من‌برسرجهت سرسام وخوردن میوهٔ من جهت فلج وبی‌حسی نافع است. اگر میوهٔ مـرا در روغن کنجد در ظرف‌آهنی بجوشانید تاسیاه شود وآن را درگوش بچکانید، سنگینی‌آن را از بین می‌برد. مضمضهٔ جوشاندهٔ میوهٔ من ومالیدن کـوبیدهٔ‌آن با عسل جهت پیوره وچرك لثه و رفع تعفن آن مفید بـوده، باعث گوشت نـوآوردن آن می‌شود. مخلوط ۱۵ گرم میوهٔ من باهشت‌گرم روغن‌گاو، وهشت گرم‌عسل جهت تنگ‌نفس نافع است. نوشیدن آب‌جوشاندهٔ میوهٔ من جهت ازبین‌بردن نفخ معده واستسقامفید بوده، قاعدهٔ زنان‌را بازمی‌کند، ولی خوردن‌آن‌جهت زنان‌آبستن خوب نیست، چون باعث سقوط جنین می‌شود. حمول‌آن باعسل نیز باعث سقط جنین است. خوردن پنج‌گرم میوهٔ من تمام‌کرمهای معده را می‌کشد، اگر ۱۵ گرم میوهٔ مرا با روغن گاو بپزند تا روغن را جذب کند و بعدآن را بساینندوبا۱۵ گرم قند مخلوط‌کرده وصبح ۱۵ گرم‌آن‌را با آب‌گرم بخورند درد زیرشکم وکرم معده را ازبین می‌برد، پاشیدن گردکوبیدهٔ میوهٔ من جهت زخمهای چرکی وآبدار و خوره‌ای وپانسمان زخمهای متعفن مفید است. ضماد آن باعسل از زیاد شدن زخمهای چرکی جلوگیری‌کرده و مانع سیاه شدن جای آنها می‌شود، وهمچنین ضماد میوه و ضماد برگ درخت من جهت ورمهای گرم و سیاهی پوست و سرخی جـای زخم سودمند می‌باشد. مالیدن آن با سرکه جهت درمان داءالثعلب (گری) به‌تجربه رسیده است. مقدار خوراك میوهٔ من پنج‌گرم است.

شربین

در داروسازی سنتی ایران‌ازگیاهی به‌نام شربین نام برده‌شده وعده‌ای آن را ازخانوادهٔ سرو، عده‌ای از خانوادهٔ کاج دانسته‌اند، که چندان صحیح نیست. این‌گیاه را دراصفهان «فوش» گویند و به‌موقع خودرا درجای‌دیگر خودرا معرفی خواهدکرد.



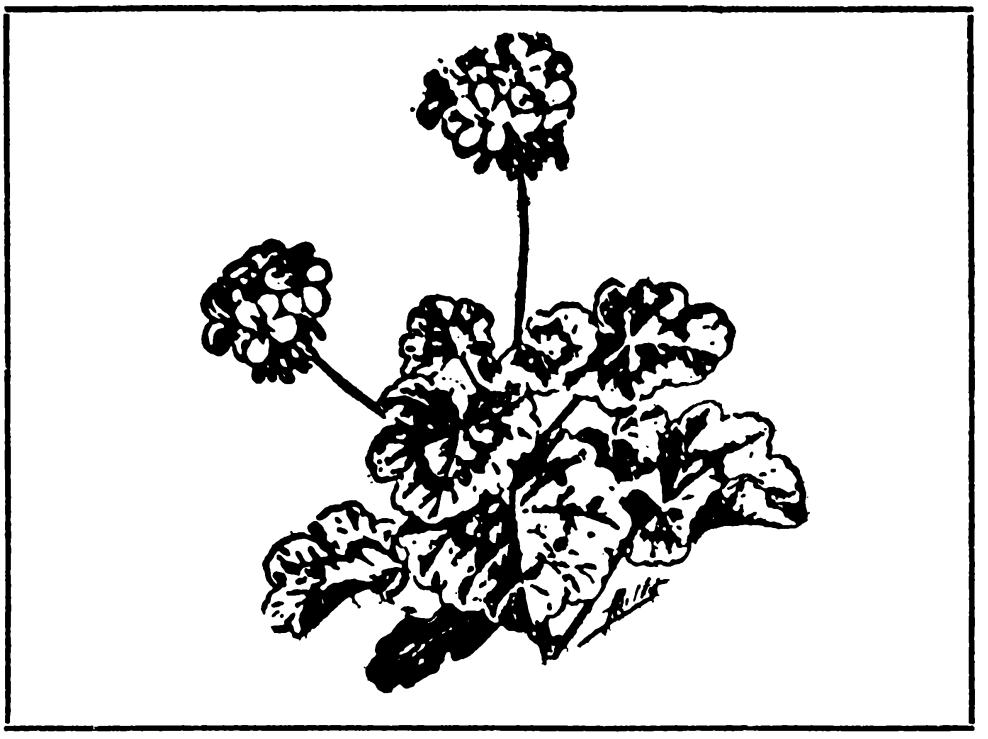
اسم من «شمشاد» است!

پوست و چوب من، خون را تصفیه می‌کنند. تب‌بر هستم وبرگم اثر مسهلی دارد. جوشاندهٔ پوست و ریشه‌ام را برای معالجهٔ تب ونوبه به‌کاربرید. عرق شکوفهٔ من دل‌را تقویت می‌کند. خاکارهٔ چوبم اگر باحنا به‌سرمالیده شود، باعث‌تقویت مو می‌گردد.

فارسی من شمشاد است. درگیلان و طوالش به من‌کیش، در آستارا شومشاد، در رامسر و رودسر و شهسوارشوشاروششار درمازندان ونورشار وآشر، درآمل‌وکجور مرا شهرمی‌نامند. درکتب قدیمی به من بقس، شجرة‌الیس ـ عتق ـ کتم تنتم و نقش می‌گفتند، به‌شاخه‌های نازك من‌که باطراوت بوده و از غایت نازکی به سوی زمین میل می‌کند و شعرا آن را به زلف خوبان تشبیه‌می‌کنند،شمشادانازی‌می‌گویند. گیاه‌من به‌مقدارزیاد درجنگلهای شمال ایران می‌روید، درختچهٔ من به ارتفاع ۱٫۵ تا۷ مترقامت دارد وبیش ازهفتصد سال عمرمی‌کند. چوب درخت من سخت وسفید است و چون خشك شود رنگ‌آن‌کمی‌زرد می‌شود ودرگیلان‌معمولاً باآن ـ شانه ـ تاشق ـ عصا ـ

سینی و ظروف چوبی وچوب سیگار درست می‌کنند برگهای من همیشه سبز است وخزان‌نمی‌نماید. برگ من‌برای‌حیوانات مخصوصاًشترسمی‌است وضماد خاك ارهٔ چوب من با حنا برسرجهت تقویت مو ودفع سردرد و درمان شوره مفید است، وبا سفیدهٔ تخم مرغ وآرد جهت‌استحکام مفاصل تجویزمی‌شود. میوهٔ من، یعنی دانه‌های من قابض معده و روده‌هاست وسیلان آن دهان را برطرف می‌کند، عرق شکوفهٔ من درتقویت دل و دماغ قویتر از عرق‌بهار-نارنج‌است. برگ وپوست ریشهٔ درخت من دارای مواد رزینی‌لعابی‌وعوامل دارویی مختلف است، پوست و چوب درخت من‌معرق تصفیه‌کنندهٔ خون-تب‌بر- ضد مالاریا و صفرابر است. برگهای من دارای اثرمسهلی است و مصرف زیاد اعضای مختلف من سمی است. جوشاندهٔ پوست وریشه وچوب من برای معالجهٔ تب ونوبه تجویز می‌شود وبرای این‌کار معمولا جوشاندهٔ ۳۰ تا ۶۰ گرم درهزارتهیه‌کرده، یك فنجان قبل‌ازغذا می‌خورند. پودرخشك برگهای من به مقدار ۲ تاچهارگرم باعسل به عنوان ملین می‌دهند.

شمشاد نعنایی، شمشاد اناری نوع دیگر آن است، و با اینکه در جنگلهای شمال ازقدیم به عمل‌آمده معذلك بعضیها به‌آن شمشاد ژاپنی هم می‌گویند.



من «شمعدانی عطری» هستم !

فارسی من شمعدانی عطری است وبه‌برگ عطر، برگ‌مشك، گل‌عطر نیزمعروف‌میباشم. عربی‌من ـ غرنوقی، جرانیون، غرانیون‌است. گل‌من‌عطر چندانی‌ندارد، ولی‌برگ من معطرمی‌باشد. مخصوصاً وقتیکه‌آن را دستمالی کرده وبین دوانگشت بفشارید. اسانس‌برگ من برحسب نوع ومحل‌پرورش گیاه فرق می‌کند. چنانکه در محیط مرطوب به عمل آیم، اسانس برگ من زیاد تر است وچون محیط خشك باشد، اسانس من‌کمتر، ولی مطبوعتراست. زادگاه اولیهٔ انواع ما افریقای جنوبی است، ولی امروزه دربسیاری ازنقاط جهان مانند الجزیره، ماداگاسکار، کرس، اسپانیا و فرانسه ما را به مقدار زیاد می‌کارند. درایران نیزیک نوع ما را پرورش می‌دهند، ولی‌هیچگاه در ایران‌به‌طور خودرو و وحشی دیده‌نشده‌ایم. ازانواع ما درصنعت داروسازی

اسانسی باکمك جریان بخار آب و تقطیرآن می‌گیرندکه به اسانس ژرانیوم معروف‌می‌باشد. این اسانس دارای اثرضد عفونی‌کننده بوده و برای درمان سوختگی نافع است و برای این منظور آن را وارد پمادها و ضمادهای ضد سوختگی می‌نمایند. در دندانپزشکی نیزاز اسانس ماجهت تسکین درددندان وضدعفونی‌کردن لثه‌استفاده‌کرده وآن راوارد خمیردندانهای طبی‌می‌نمایند. حشرات‌ازبوی برگ ما فرارمی‌کنند. خوردن جوشاندهٔ برگ ما فشار خون راپایین می‌آورد.

شعمدانی بدبو

فارسی من بدبو است، به من «سوزن نخ نصارا» نیز می‌گویند. عربی من عطرو«ابرةالراهب» است. من بطورخودرو دراماکن سایه‌دار ومرطوب آذربایجان، قره‌داغ، جنگل‌حسن‌بگلو، نواحی‌مختلف البرز، شمال لوشان‌و دراطراف‌رشت‌ومازندران‌به‌عمل می‌آیم، برگهای من‌برخلاف‌شمعدانی‌عطری بوی ناپسند دارد، گلهای من به رنگ‌ارغوانی یاگلی رنگ‌است، من مقوی معده وپیشاب‌آوربوده، به‌عنوان‌رفع‌خونریزی‌ودرمان‌بیماری‌قندبه‌کارمی‌رود. خوردن من باعث‌کاهش مقدارقند درنزد مبتلایان است، وبه‌علت داشتن تانن درمعالجهٔ اسهال اثرقاطع دارم، غرغرهٔ جوشاندهٔ من در واقع‌گلو درد، ورم مخاط دهان، گلو و لوزتین مؤثراست، ضمادگرم برگ من برای تسکین باد سرخ ودرمان خنازیر، کوفتگی‌وبازشدن پستان تجویزمی‌شود. مقدارخوراك من سه فنجان در روز از دمکردهٔ ۵۰ تا صدگرم درلیتراست وشیرهٔ برگهای تازه وله شدهٔ من درالتیام بریدگیهای‌سطحی‌بدن و زخمهای ساده مؤثراست. دراستعمال خارجی ازجوشاندهٔ غلیظ من به نسبت بیست درصدجهت شستشو استفاده می‌کنند.

سوزن نخ پیرزن

من هم‌ازخانوادهٔ شمعدانی هستم وچون میوهٔ من دارای منقاری شبیه سوزن نخ است، پس از رسیدن میوه به خود پیچیده و شکل فنرپیدا می‌کند. به فارسی به آن سوزن نخ پیرزن، و به عربی غزیل و ابرةالعجوزه گویند. گلهای من به‌رنگ‌گلی روشن یا ارغوانی است. من بطور خودرو در دامنهٔ کوه البرز، اطراف تهران وکرج، بین‌رودبار و رشت، درناحیه‌کوشك شمال، لوشان، بی‌ورزن، عمارلو، کبوترچاك، سواحل دریای مازندران از رامسرتا

بندرگز، سنقر، همدان، کرمانشاه، اطـراف اصفهان، خـراسان، آذربایجان، بوشهر، جزیرهٔ خارك، جزیرهٔ ابوموسی، بلوچستان مسجد سلیمان و آبادان به عمل می‌آیم. برگ من قابض‌بوده وبرای بندآوردن خون تجویزمی‌شود.

نوع بزرگ من که درجنوب‌ایران، بوشهر وجنوب غربی بین‌شوشتر و دزفول و اطراف دیلمان به عمل می‌آید، فارسی و عربی به آن مسیکه گویند. ضدتشنج، پیشاب‌آور والتیام دهندهٔ زخمها می‌باشم.

شعمدانی معمولی و دهن‌اژدر

گلهای من به رنگ صورتی، قرمز، سفید و ارغوانی‌است، وبه‌عنوان یك‌گیاه زینتی در اکثر باغچه‌ها وگلدانهاکاشته می‌شوم. برای ازدیاد من از قلمه استفاده می‌کنند. عربی من الغرنوقی والعثر می‌باشد. من جزو گیاهان بومی ایران نبوده، و داروسازان سنتی و داروسازان جدید از نظـر دارویی روی من مطالعه نکـرده‌اند. به نوع پیچ من دهن‌اژدر هم می‌گویند، و در هیچیك ازکتب قدیمی نامی ازگل شمعدانی و دهن‌اژدر نیست.

اسم من «شنگ» است!

برگهای‌من ازخونریزی‌معده جلوگیری می‌کند. اگر مسموم شدید از ریشه‌ام استفاده‌کنید. برای رماتیسم مفیدم وآب ریشهٔ خام من زگیل را از بین می‌برد. برای مسلولین نفع بسیار دارم. گل من را برروی محل سوختگی قرار دهید تاازقدرت آن در التیام سوختگی پی‌ببرید!

فارسی من شنگ است، در شیراز و اصفهان به من آلاله شنگ و در خراسان‌ریش‌بزخالدارخطاب‌می‌کنند. به‌من‌گیاه قندرون، سنسفیل،تسلسفیل، اسپلنج واسفلنج هم‌می‌گویند. عربی نوع چمنی‌من‌که برگهای‌آن باریك‌تراز من‌می‌باشد، لحیةالتیس وزنب‌الخیل‌است، ولی‌درعراق‌وشامات‌به‌آن اذناب‌الخیل می‌گویند. من درچمنزارهای نمناك شمال ایران، عمارلو، بین‌کبوتر چای وزردچین، ایسپیلی ییلاق دامنهٔ‌البرز، مخصوصاً‌افجه و نارون می‌رویم ونوع‌چمنی‌من‌درمغرب ایران، تفرش، اراك،کوه‌شاهووکردستان زیاد است، و دراروپا به‌علت زیبایی‌گل من‌گیاه مراپرورش می‌دهند. گیاه شناسان قدیم

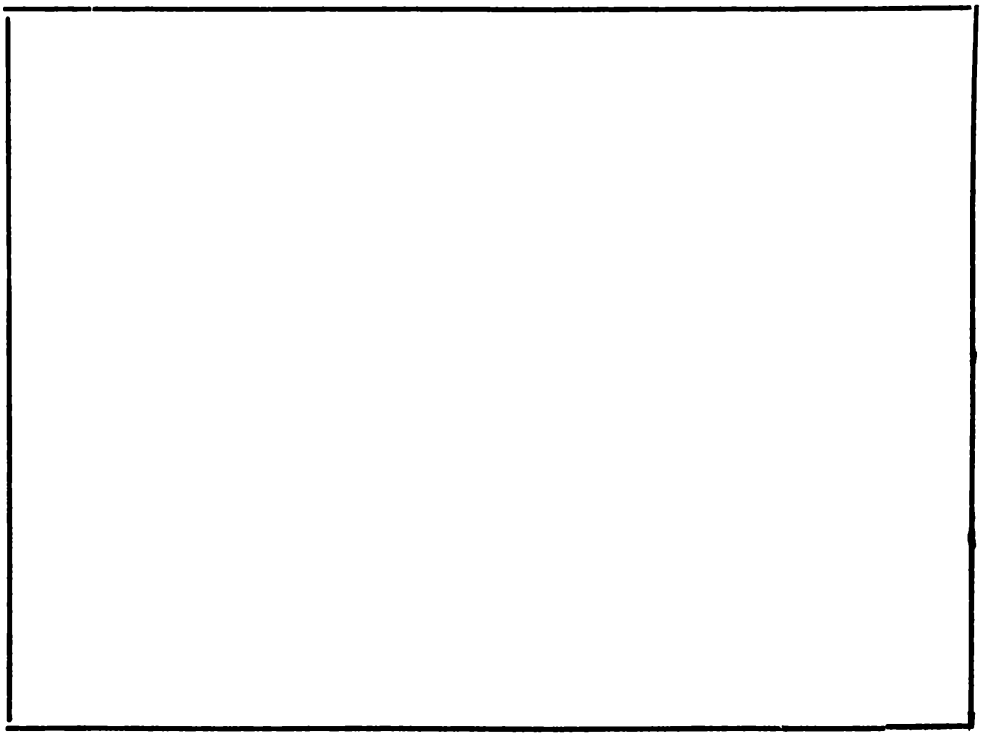
نوع حقیقی مرا نر و نوع چمنی را ماده می‌دانستند، و در زبان فرانسه به من‌یارب‌دوشوو، یعنی‌ریش‌بزمی گویند. گل من‌که دارای زبانه‌هایی زردرنگ وقشنگ‌است، درفاصلهٔ اردیبهشت تاتیرماه‌ظاهرمی‌شود. ریشهٔ گیاه من دارای لعاب بوده وکمی تلخ است و خوردن آن اشتها را فوق‌العاده زیاد می‌کند. ریشهٔ من خلط‌آور ونرم‌کنندهٔ سینه و التیام دهندهٔ زخمهاست. ازبرگهای من در سالاد استفاده می‌کنند و ایرانیان آن را مانند کاهو و کاسنی با سرکه وبدون‌آن می‌خورند، چون‌بسیارخنك می‌باشم. خوردن برگهای من اسهال وخونریزی معدی را بند می‌آورد و از خونریزی سینه جلوگیری می‌کند و برای مسلولین نافع است.

ریشهٔ من برای جلوگیری‌ازاسهال‌وخونریزی، ازبرگ من قویتراست و خوردن خیساندهٔ آن درشراب برای جلوگیری از خونریزی رحم تجویز می‌شود. پاشیدن برگ وگل‌خشك شدهٔمن در روی زخمهای چرکی ومتعفن سودمند می‌باشد و ضماد آنرا برای التیام عصب قطع شده مفید دانسته‌اند، ضمادگل من باموم جهت سوختگی آتش مفید است. حکیم محمدبن زکریای رازی خوردن ریشهٔ گیاه مرا پادزهر سموم می‌دانست. عصارهٔ گیاه من‌که‌در طب سنتی ایران طرثوث خوانده شده است، پادزهر قوی است و در ساختن تریاق فارون‌به‌کارمی‌رود. برای‌معالجهٔ‌نزلهٔ ریوی،نقرس،رماتیسم وامراض جلدی‌جوشاندهٔ شصت‌گرم ریشهٔ مراتجویزکرده‌اند. اگرمرا پختید هرگزآب آن را دورنریزید بلکه آن را بنوشید، زیرا منافع من در آب جوشانده جمع می‌شود. عصارهٔمن جهت درمان‌کچلی وزخمهای جلدی مفیداست. آب ریشهٔ خام من زگیل را ازبین می‌برد.

قندرون

چنانچه‌گیاه شنگ چمنی را قطع‌کنید، ازآن یك مادهٔ‌کائوچوکی ترشح می‌شود، که به آن‌قندرون و قندران می‌گویند. این ماده دربرابر هوا سفت می‌شودوایرانیان‌آن رامانند سقز می‌جوندوچنانچه‌کمی حرارت به‌آن بدهید، به‌صورت‌کش درمی‌آید وبا آن بهترین لاستیك رامی‌توان ساخت، ولی چون مقدار آن‌کم است ساختن لاستیك با آن به صرفه نیست. قندرون از دوستان کبد بوده و سریع الهضم است و از احتقان خون جلـوگیری‌کرده، جویدن آن هضم غذا راآسان مـی‌کند،اشتها را زیاد می‌نماید. برای پاك شدن سینه ازاخلاط نافع است. برای شش وقلب نیز مفید می‌باشد. خوردن مقدارکمی ازآن، شب موقع خواب برای تسکین سرفه تجویز شده است، ضماد آن با

سندروس یا زردهٔ تخم‌مرغ نیم برشته برروی زخم جهت التیام و رویاندن گوشت سودمند می‌باشد. ضماد گداختهٔ آن با پیه بزجهت رفع کجی ناخن و درد عضلات و ترك پوست و شقاق مزمن مخصوصاً با کمی شنجرف نافع می‌باشد، و با روغن زیتون جهت تحلیل ورمها و شکاف کشالهٔ ران وتقویت اعصاب وخارش نافع می‌باشد. مقدارخوراك آن یک مثقال است.



من «عشبه» هستم!

با اینکه پیشینیان بهترین نـوع عشبه را عشبهٔ چینی و عشبهٔ مغربی می‌دانستند، طبق آزمایشهایی که به‌عمل آمده‌است، انواع ایرانی عشبه‌مزایای زیادی دارند.

ما عشبه‌ها عموماً درخانوادهٔ مارچوبه قرار داریم. و درایران نوعی ازما درسواحل بحرخزرمی‌روید. به‌آن درلاهیجان وشهسوازملك وازملکی، درآستارا شنگیله، درگرگان کفله‌بور، در بندرپهلوی والی گیلی، در اطراف رشت‌تیمس کامپوره، درآمل سکلیم، دربهشهرلم، درساری ملاش، درچالوس تلی، در میان دره ورك‌لام، در دیلم شات دانـه و در بعضی از نقاط گیـلان گلگادانه می‌گویند، ویك نوع‌دیگرماکه بالارونده بوده، وبرگهای نوك‌تیز شفاف شبیه قلب دارد، به آن درگیلان تیمس، درکردستان بمبلی بـوز و در

لاهیجان رزك ودرمازندران تال گویند. به‌انواع خارجی ماچنانکه اشاره‌شد، عشبهٔ مغربی گویند. کلیهٔ قسمتهای گیاه مامانند جوانه، میوه و ریشه دارای طعم تند وسوزاننده است، و عموماً پیشاب آور، قی‌آور و مسهل می‌باشند. مصرف قسمتهای مختلف گیاه ماموقعی که تازه است، خطرناك بوده وبایستی خشك‌آنها را به‌کاربرد. ریشهٔ ما را پس ازشستشو خشك کنید، و به عنوان مسهل وقی‌آور مصرف نمایید.

ضماد غده‌های ریشهٔ ماکه‌آن‌رادرآب‌جوش‌له‌کرده باشند، برای‌درمان ضرب خوردگی وخون مردگی مفید می‌باشد. ضماد رنده شدهٔ غده‌های ماکه تازه باشد، دردهای رماتیسم ونقرس را تسکین می‌دهـد. در مصارف داخلی قسمتهای متورم ریشهٔ مارا پس ازخشك کردن وبه‌صورت پودر درآوردن، به مقدار سه‌تا چهارگرم می‌خورند.

بوییدن گلهای خوشبوی مـا سردرد و درد شقیقه را برطرف می‌کند، مضمضهٔ جوشاندهٔ قسمتهای مختلف مادرسرکه‌جهت درددندان مفیدمی‌باشد، جوشاندهٔ ریشهٔ ما در روغن جهت فـالج، لقوه و بیحسی اعضا، تنگ نفس، سرفهٔ مزمن وتقویت معده وکبد ودرمان استسقا وبواسیر مفید تشخیص داده شده است. خوردن جوشانـدهٔ من‌هرروز به مقـدار یک مثقال بانبات تا یك هفته جهت درد مفاصل مزمن، وضماد آن باگلاب جهت فالج و تسکین درد مفاصل وسیاتیك تجویزشده است. حمول غده‌های آن، ادرار را بازمی‌کند و برای‌زنان‌آبستن خوب نیست، زیرا ممکن‌است باعث سقط جنین شود. ضماد من جهت جذام نیـزتوصیه شده است. برای معالجهٔ برص، سیاتیك وگـری ریشهٔ مرا درسرکه‌له‌کرده، روی پوست آنقدر بمالید تاخون‌آلودگردد وبعد پانسمان نمایید. می‌گویند عشبهٔ مغربی محصول‌اروپا وعشبهٔ چینی محصول خاور دور می‌باشند. به عشبهٔ چینی اشتباهاً چوب چینی هم می‌گویند.

فرنگی‌ها به‌من سالسیاره می‌گویند.

۲

اسم من «زیتون» است!

اشتهاآور هستم. اگرمی‌خواهیدلاغر شوید، ازشورمن استفاده‌کنید. برگ من فشارخون را پایین می‌آورد. اگرجوشاندهٔبرگ مرا دردهان بگردانید درد دندان را تسکین می‌دهم. جوشاندهٔریشه وبرگ‌من سردرد را ازبین می‌برد. درتقویت ذهن اثری‌نیکودارم...

چون طوفان نوح آرام شد، کبوتری سفید شاخه‌ای ازدرخت مـرا به عنوان هدیه برای حضرت نوح برد وآن حضرت دانست‌که درجهان‌آرامش برقرارشده است، و ازآن تاریخ‌کبوتر سفید وشاخـهٔ من علامت صلح و صفا شناخته شد، و درخت مرا درخت عقل ودانش شناختند و در یـونان معتقد بودندکه مرا رب‌النوع عقل‌کاشته است. درقرآن مجید خدای بزرگ به‌من سوگند یادکرده... میوهٔ من دارای فسفر، پتاس، گوگرد، منیزی، کلسیم، آهن، مس ومنگنز است.

من دربلوچستان، رودبارمنجیل، حاجی‌لربه‌عمل می‌آیم و درشاه‌پسند گرگان به‌درخت من چـوب سیدگویند. چوب درخت من قابـل جلاوتعلیم

است و باآن می‌توان بهترین عصارا ساخت. پیشینیان در دست گرفتن عصای مرا علامت تشخص مـی‌دانستند. درخت من بعدازچهل‌سال میوه می‌دهد و نزدیك به‌دوهزارسال عمر می‌کند. میوهٔ رسیده‌ویاقوتی رنگ‌من، مقوی‌معده و زهکش دستگاه‌گوارش است، اشتها را زیاد می‌کند وشکم را بند می‌آورد. شهوت را زیاد می‌کند وزیاده‌روی درخوردن میوهٔ پروردهٔ من درآب نمك، باعث لاغری و بی‌خوابی است. ضماد گوشت میوهٔ رسیدهٔ من از پوسته‌پوسته شدن و شورهٔسر جلوگیری می‌کند. ضماد میوهٔ نارس من‌جهت سوختگی آتش و مالیدن‌آن باپیه وآرد گندم جهت رفع‌سفیدی ناخن و بخور میوهٔمن باهسته جهت تنگ‌نفس وامراض ریوی سودمند می‌باشد.

برگ من به‌صورت جوشانده وعصاره ومحلول درالکل به‌عنوان‌تب بر وپـایین‌آورندهٔ فشارخـون به‌کار می‌رود. ضمادبرگ‌من جهت‌جوش چشم و ورمهای گرم‌نافع‌است، جویدن‌برگ من‌جهت معالجهٔ جوش دهان وضمادپختهٔ برگ من‌باآبغوره بحدی‌که به‌قوام‌آمده و عسلی‌شود، جهت دندان کرم خورده مفیداست. حمول عصارهٔآن جهت جلوگیری‌ازترشحات رحم وخونریزی‌آن، و ضمادخام‌آن جهت برآمدگی‌حدقه مؤثراست، وچون‌مغزهستهٔ مرا باپیه وآرد مخلوط‌کرده،وبرروی‌سفیدك‌ناخن‌بگذارید،آن‌راازبین‌می‌برد و چنانچه ریشهٔ درخت مرا باقدری برگ من بجوشانیدو باآن‌مضمضه‌کنید، سردردرا تسکین می‌دهد وکشیدن‌آب‌آن دربینی جهت معالجهٔ زکام و آبریزش دماغ سودمند می‌باشد وچون شاخه‌های باریك برگ مرا درظرف سوفالی ریخته ودرکوره بگذارید تا ذغال شود، بهترین سرمه بوده ودرگذشته به‌عنوان توتیا به‌کار برده می‌شد. آبیکه ازساقه‌های‌من هنگام سوختن بیرون می‌آید جهت‌معالجهٔ جرب و شورهٔسر وزخمهای سرنافع است. کشیدن‌جوشاندهٔ تمام اعضای من جهت درد شقیقه وسرگیجه و پاشیدن‌آن درجهت گریزاندن حشرات توصیه شده است. آب‌میوهٔ من‌جهت (داءالثعلب)وداءالحیه (فلس‌فلس شدن‌پوست) نتیجهٔ نیکو دارد. مضمضه باآب نمکی‌که میوهٔ مـرا درآن خیسانده باشند جهت استحکام دندان ولثه مفیداست.

ازتنهٔ درخت مسن من یك‌مادهٔ قندی به‌خارج ترشح می‌شود که به‌آن صمغ درخت زیتون یا انگبین زیتون گویند، این ترشح‌که بطورنادر به‌دست می‌آید، یك مادهٔ غذایی بسیار عالی است، درتقویت‌ذهن قویتراز کندراست، جهت درمان سرفهٔکهنهٔخشك واخراج بلغم مفیداست، مرهم صمغ درخت‌من جهت رویاندن‌گوشت مفید می‌باشد. صمغ درخت‌نوع وحشی من، قوی‌تراز بستانی‌است، بازکنندهٔ ادراروحیض‌بوده، وحمول‌آن‌جهت‌زخم‌رحم مفیداست.

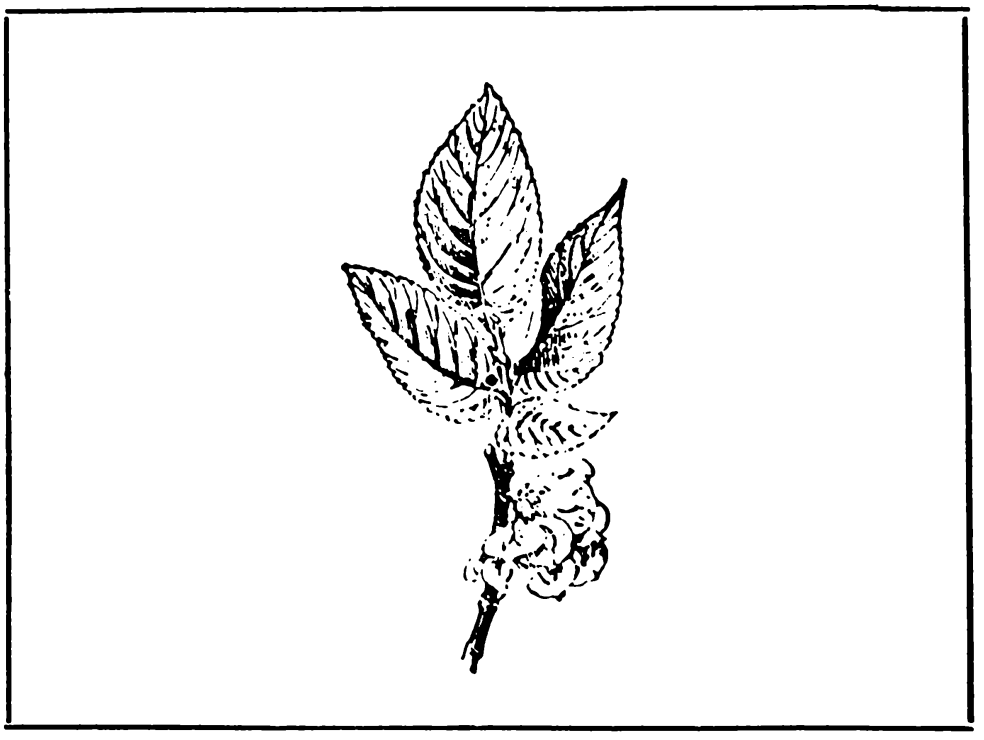
روغن زیتون

روغن‌میوهٔ من به‌عنوان نرم‌کنندهٔ شکم و درموارد سنگهای صفراوی وقولنجهای کبدی وکلیوی و رفع یبوست‌وهمچنین برای کارگرانی‌که باسرب کار می‌کنند اثرمفید دارد.

مقدار خوراك آن‌به‌عنوان ملین ۳۰تا۶۰ گرم، برای معالجهٔ قولنجهای کبدی وسنگ کیسهٔ صفرا ۱۰۰ تا ۴۰۰ گرم است. در قولنجهای کبدی و سنگهای صفراوی بهتراست دویست تاچهارصدگرم آن‌را تنقیه‌کنند و برای این‌کار بهتراست‌آن را بایك لیترآب ویك زردهٔ تخم مرغ بزنند تا به‌صورت نیم محلول درآمده و به‌صورت تنقیه به‌کار برند.

خوردن چهارده مثقال روغن من‌باآب گرم وبا جوشاندن جومسهلی عالی است و جهت درد عضلات وسیاتیك و با آب گرم جهت رفع قولنج و دل‌پیچه واخراج‌کرم معده و ریختن سنگریزه‌های‌کلیه ومثانه ودرد مفاصل به‌کار می‌رود. روغن‌مالی با روغن من جهت تسکین درد عضلات و یا مرهمهای من جهت‌التیام زخمهای چرکی مفید است.

پیشینیان جهت روغن زیتون‌کهنه‌که هفت سال ازعمرآن‌گذشته باشد خواص زیادی قائل بودند و رویهمرفته، جهت استعمال خارجی روغن‌کهنه بهترازتازه است.



من «نارون» هستم!

فارسی من نارون است، به‌من سایه‌خوش، دردار، سده، پشه‌دار، پشه‌غال، نازین، پشه‌خانه، نارون هم می‌گویند. عربی من شجرالبق است (بق، به عربی پشه‌های بزرگ می‌باشد).

من دارای انواع واقسام وبیش ازپانزده‌گونه هستم که به‌دو دستهٔ «اوجا» و «ملج» تقسیم می‌شوند.

نوع پیوندی من چتری وزیبا است، اگر پیوندی مرا با غیر پیوندی مقایسه‌کنید، متوجه خواهید شد که ما درختان هم مانند انسانهای باذوق دارای احساسات و عواطف می‌باشیم و روی همین‌اصل است‌که پس‌ازپیوند، به‌آرایش خود پرداخته، شاداب و قشنگ می‌شویم.

اوجا

به من درشیراز ورك، در اصفهان وشك و درگیلان و شهسوار اوجا گویند. درکتب قدیم از ما به‌نام غـرب بروزن عرب یاد شده است. من در قسمتهای کم ارتفاع جنگلهای شمال ایران می‌رویم‌ودرآنجا به‌من اوجه‌وجه‌لی ولوهم می گویند.

ملج

اسم من‌ملج است، به‌من‌ملیج، شلدار، لورث، نارون‌کوهی، قره‌آغاج وپشه‌خوار می گویند، در دهات خراسان به‌من گرز، گرزم و گریزمی گویند.

مانارونها به‌هراسم و رسم که باشیم دارای خـواص مشترك هستیم. قسمت مورد استفادهٔ ما گل، برگ وعصارهٔ گل وبرگ ماست.

چنانچه برگ وریشهٔ مارا کوبیده وباروغن بجوشانید وآن‌را درگوش بچکانید، دردآن‌را ساکت می کنیم و چنانچـه برگ و ریشهٔ مرا همراه بـا پوست‌اناربجوشانید، اثرآن‌درتسکین دردگوش‌وبندآمدن چرك‌آن‌بیشتراست.

شستشوی سرباجوشاندهٔ پوست‌تازهٔ درخت‌من‌سبب تقویت‌مومی‌شود.

سرمهٔ عصارهٔ گل وبرگ و صمغ درخت من جهت جلای چشم و رفع سفیدی‌آن تجویز شده است. غرغره با جـوشاندهٔ پوست من جهت اخـراج زالویی که درگلو چسبیده باشد سودمند می‌باشد.

خوردن میوه و پوست مـن از خونریزی معدی و سینه جـلوگیری می کند. خوردن برگ کوبیدهٔ مـن بـا فلفل جهت درمان دل‌پیچه و قولنج امعاء و بازشدن گرفتگی‌کبد توصیه شده است. خوردن برگ من به‌تنهایی باآب مانع‌آبستنی‌است، ومالیدن پختهٔ برگ من‌دردمفاصل راتسکین‌می‌دهد، وبرای نقرس‌نیزمفید می‌باشد.

ضماد پوست و برگ تازهٔ من، برروی‌اعضای قطع شده و زخمی‌منافع زیاد داشته، ازچرك کردن آنها جلوگیری می‌نماید، گل مرا چنانچه داخل مرهمهانمایید ضدعفونی کننده بوده وعفونت زخمها را ازبین می‌برم،پاشیدن برگ کـوبیدهٔ مـن برروی زخمها نیز جهت رفع عفونت آنها مفید است. پاشیدن خاکستر چوب من‌هم همین خاصیت را دارد. مالیدن خاکستر برگ‌و یا چوب درخت من باسرکه، جهت افتادن انواع‌زگیل، مخصوصاً زگیلهایی که شبیه سرمیخ‌بوده، ودر طب قدیم به‌آن مسماریه می گفتند نافع می‌باشد. برای‌سیاهی‌وتقویت مومی‌توانیدپوست ریشهٔ‌درخت‌مرا داخل خضاب‌نمایید.

اسم من «گلپر» است!

ازنفخ معده جلـوگیری می‌کنم. بهترین دارو برای معالجهٔ هیستری هستم. تحریك کنندهٔ اشتها بـوده و دستگاه هاضمه‌را تقویت می‌کنم. درریشهٔ من‌خواص بیشماری نهفته، اگرازتشنج و ناراحتیهای عصبی رنج می‌برید ازمن استفاده کنید...

فارسی من «انگدان» است ولی عده‌ای آن را معرب‌کـرده «انجدان» نامیده‌اند. من دونوع دارم، یکی خوشبوکه به‌آن‌گلپر، کوله‌پر و کولاپر و به‌ترکی «بالدرغان»می‌گویند واعراب به‌ریشهٔ‌آن «محروث» نام‌گذاشته‌اند.

درکتب مختلف ازآن‌به‌نامهای انجدان ابیض، انگدان سفید، انجدان طیب، انگدان خوشبو، گیاه حلتیت طیب، گیاه حلتیت سفید و اسفندلیون یاد شده است (حلتیت صمغ انجدان است که درآخرخـود را معرفی خواهد کرد). نوع دوم من انجدان بد بـواست‌که به‌آن گیاه انغوزه، گیاه انگژد،

گیاه انگشت گنده، گیاه حلتیت منتن(منتن درلغت عربی به‌معنی بدبواست) گیاه حلتیت سیاه می‌گویند. نوع خوشبوی من در همهٔ کوهستانهای ایران خصوصاً دامنهٔ البرز و قسمتهای شمالی شمیران، کچسر، رودبار قصران، جادهٔ شمشك ومغرب ایران به‌عمل می‌آید ونوع بدبوی من درجنوب شرقی ایران، استان فارس وکوه‌های خراساس بطور خودرو به‌عمل‌آمده ازصمغ آن‌که انغوزه وانگژد خوانده می‌شود، جهت صادرات استفاده می‌کنند، ولی به‌صمغ نوع خوشبوی من‌که مفیدتراست، درحال حاضر توجهی نمی‌شود. بهترین‌نوع من درنقاط‌کوهستانی ایران به‌عمل می‌آید و انواع دیگر ازمن در بعضی ازکشورهای آسیایی وافریقایی دیده می‌شود ویك نوع سوم‌به‌نام انجدان رومی است که خواص زیادی داشته و در ایران دیده نشده است. میوهٔ نوع معطرمن پس از رسیدن به‌شکل پولك نازکی درمی‌آید که آن‌را کوبیده، با انار، یاسیب‌زمینی پخته و یا باقلای پخته می‌خورند تا از ایجاد نفخ آنها جلوگیری نماید.

با ساقه و برگ آن ترشی گلپر درست می‌کنند.من بادشکن بوده، نفخ و ناراحتیهای دستگاه هاضمه را از بین‌می‌برم. من‌ضد عفونی‌کننده بوده وپادزهر سموم هستم. ضد تشنج، ضدکرم‌و ضد حشرات می‌باشم.

مرا به‌جهت معالجهٔ هیستری (صرع) عفونتهای عصبی و عفونتهای دستگاه تنفس تجویز می‌کنند. ضماد نوع بدبوی من باخطمی وآرد برسر، گرفتگیهای دماغ را بازمی‌کند.خوردن من ذهن رابازوحافظه رازیادونسیان را کم می‌کند وابلهی وحماقت‌را ازبین می‌برد. برای فلج، لقوه و بی‌حسی اعضا مفیداست. من‌بهترین‌چاشنی برای غذای این‌دسته از بیماران‌می‌باشم. من غذارا نرم می‌کنم و بوی دهان را برمی‌گردانم، مقوی معده بوده بلغم را ازبین می‌برم. اشتها را برمی‌انگیزم ومقوی هاضمه می‌باشم، من ازضرر غذاهای سنگین وداروهای سمی می‌کاهم وبرای بیمارانی‌که مبتلا به‌یرقان، استسقا، سکسکه وسختی‌ادرار هستند، مفید می‌باشم. پیشاب‌آور وقاعده‌آور بوده، شیررا هم زیاد می‌کنم. دراستان فارس گوسفند را باگیاه بدبوی من می‌چرانند تافربه شده وشیرآن زیاد شود، ولی‌متأسفانه‌گوشت‌این‌گوسفندان کمی بدبو می‌شود. من مقوی‌کلیه، محرك شهوت وازبین برندهٔ بلغم‌هستم. برای درد سینه، سرفه، عرق‌النساء، مفاصل، حتی بوییدن من‌هم مفیداست.

ضماد من باموم وروغن جهت خنازیر، سیاتیك و امثال آنها با روغن زیتون جهت ازبین بردن سیاهی زیرچشم و مالیدن مطبوخ من با سرکه و پوست انار جهت بواسیر نافع است. پاشیدن‌گرد من روی زخمهای‌خوره‌ای

و جذام سودمند می‌باشد. مقدار خوراك من ده کرم می‌باشد. ترشی‌ای‌که با برگ وساقهٔ نوع خوشبوی من درست می‌شود، ضدعفونی کنندهٔ معده بوده برای معالجهٔ کم‌اشتهایی‌وازبین بردن‌اخلاط غلیظ معده به‌کارمی‌رود.

ریشهٔ من قوی‌تر ازسایراعضای من بوده، مالیدن‌آن روی ورمهامفید است واز بزرگ‌شدن خنازیرجلوگیری می‌کند. مقدار خوراك من نیم‌مثقال است. شیخ داودصاحب‌کتاب جامع انطاکی می‌نویسدکه چون بانویی‌پس‌از پاك‌شدن ازعادت ماهانه یك هفته روزی ۱/۵ گـرم انجدان بخورد، آبستن نمی‌شود. ولی معین نکرده است‌که مقصود او انجدان خوشبو یا انجدان‌بد بو است (طبق مطالعات نویسندهٔ زبان خوراکیها درانجدان خواه سیاه‌خواه سفید، هورمونهای ضد تخمك وجود داردکه حتی قادرند رگل را باز ونطفهٔ تازه منعقد شده را ازبین ببرند). ریشهٔ من‌قوی‌تر ازسایراعضای من‌می‌باشد.

صمغ انجدان

به‌من صمغ انجدان وانگژد گویند (ژد به‌معنی صمغ است) عربی من «حلتیت» است (درکلیهٔ‌مآخذ فارسی عربی صمغ انجدان را حلتیت و درمآخذ اروپایی فارسی آن‌را حلتیت نوشته‌اند. پس ازبررسی معلوم شده مآخذفارسی صحیح است. من‌هم مانند انجدان خوشبو وبدبو هستم. رنگ خوشبوی من سفید و رنگ بدبوی من سیاه می‌باشد، به‌نوع بدبـوی من انغوزه، انگشت گنده، حلتیت منتن‌هم می‌گویند. برای به‌دست‌آوردن من ساقهٔ انجدان را از گردنه که برروی ریشه قرارگرفته است قطع کرده، پایین آن‌را کمی گـود می‌نمایند تاصمغ‌که به‌صورت مایع است درآن‌گودی جمع شده وبسته‌شودو آخر روز محصول‌آن‌راکه‌به‌صورت یك‌گردوی‌کوچك است‌جمع‌آوری‌می‌کنند وبه‌همین جهت‌به‌آن‌گردوی انجدان‌هم می‌گویند. رنگ انغوزه زردقهوه‌ای وخاکستری بوده، طعم آن گس زننده وتلخ است وبوی آن شبیه بوی سیر خیلی تند می‌باشد. من‌هم مانند انجدان، ضد تشنج، ضدکرم، ضد حشرات و بادشکن‌بوده وتمام خواص‌انجدان درمن‌بحد اعلی‌وجود دارد. درداميزشکی از انغوزه زیاد استفاده می‌شود. درداروسازی جدید به‌صورت چسب وتنقیه بیشتر مصرف‌دارد. چون مرا درآب‌حل‌کنند به‌صورت‌مایعی شیری‌درمی‌آیم که خوردن‌آن برای امراض سرد دماغی مانند فلج، رعشه، صرع، بی‌حسی اعضا واستسقا تجویز می‌شود. با فلفل وسداب جهت درمان‌کزاز و با سکبینه جهت فلج وبی‌حسی‌نافع است.(سکبینه‌یك‌نوع صمغ ایرانی است‌که در قریهٔ «ماه» از توابع اصفهان به‌دست می‌آید).

سرمهٔ من باعسل جهت تقویت‌بینایی وجلوگیری ازآبریزش چشم و لکه‌های‌سفید سودمند می‌باشد. چکاندن جوشاندهٔ‌من‌درگوش جهت‌دردگوش وسنگینی‌آن توصیه شده‌است، ومخصوصاً برای رفع صداکردن گوش تجویز می‌شود. جوشاندهٔ من بازاج جهت پلیپ‌بینی نافع است.

گذاشتن کمی ازمن درحفرهٔ دندان‌کرم‌خورده مسکن‌دردآن بوده و از پیشرفت‌آن جلوگیری می‌کند و برای این‌کار«صمغ خوشبو»مؤثرتر از«صمغ بدبو» است. مضمضهٔ جوشاندهٔ من با انجیر و زوفاجهت تسکین درد دندان کرم‌خورده‌زیاد توصیه شده است. غرغرهٔ من باعسل‌جهت ورم‌گلو وباسرکه جهت اخراج زالو که درگلو چسبیده باشد و بازردهٔ تخم مرغ جهت سرفهٔ خشك و درد پهلو سودمند می‌باشد. نوشیدن محلول من درآب جهت باز شدن‌آواز ونرمی‌گلو مفید می‌باشد. اگر شیر پستان زنی‌کم شده یاخشك‌شده باشد، مقداری‌ازمرا درسکنجبین حل‌کرده وبه‌او بدهید تابنوشد. خوردن‌من با داروهای قابض جهت اسهال رطوبی و با ادویهٔ مناسب جهت دل‌پیچه و قولنج و ازبین بردن نفخ شکم واخراج انواع کرم معده و باز شدن خون بواسیر وسردی معده، جگرواسپرز واستسقا، سستی بدن مفیداست. اگرچند روزپی‌درپی نیم‌گرم مرا درجوف خمیر گذاشته ومبتلایان به‌استسقاآن‌را بلع نمایند، جهت تحلیل استسقا مخصوصاً استسقای طبلی مفید است. ضماد من با بارهنگ جهت ازبین بردن دمل نافع‌است وخوردن‌آن جهت بازشدن‌قاعدهٔ زنان و محلول آن جهت اخراج جنین مرده سودمند می‌باشد. گذاشتن من روی دملها بعدازشکافتن آنها جهت بیرون‌آوردن چرك وخون و التیام‌زخم آنها مفید است.

ضماد من با انجیر خشك وسرکه جهت جوشهای عصبی و باموم و روغن جهت زگیل وداءالثعلب وباآب خاکستر وآب دریا جهت شکاف بیخ ران مؤثراست. اگرمرا درآب‌حل‌کرده، به‌بدن بمالید حشرات به‌شما نزدیك نخواهند شد. درقدیم‌برای‌رفع زیان‌پیکان زهردارازضمادمن استفاده‌می‌کردند وهمچنین مرا در روغن زیتون حل کرده، روی نیش عقرب می‌گذاشتند، خوردن من با غذا باعث بازشدن ونیکویی رنگ رخسار است، چنانچه مرا درپارچه‌گذاشته، درعمق‌آب بگذارید ازکرم‌گذاشتن‌آب جلوگیری می‌کنم. گذاشتن من در مزارع‌باعث ازبین‌رفتن آفات نباتی است. من بهترین وسیله برای‌کشتن‌کرم خاردارپنبه می‌باشم وبرای این‌کارکافی‌است‌که‌کمی ازمرادر موقع آبیاری به‌آن اضافه نمایند. چنانچه مقداری ازمرا در ریشهٔ درختی‌که کندن‌آن مقدور نباشد، بگذارید، باعث پوسیده شدن‌آن می‌شوم وچنانچه‌یك

دفعه کافی نباشد، می‌توان آن را تکرار کرد. مطبوخ ریشهٔ انجدان که عربی آن «محروث» است می‌تواند درهمه حال جانشین و بدل من باشد. عده‌ای ریشهٔ اشترغار را ریشهٔ انجدان می‌دانند واین اشتباه است، باهم شبیه بوده وچندین خواص مشترك داریم ولی اشترغار معرب اشترخار که خارشتر است می‌باشد.

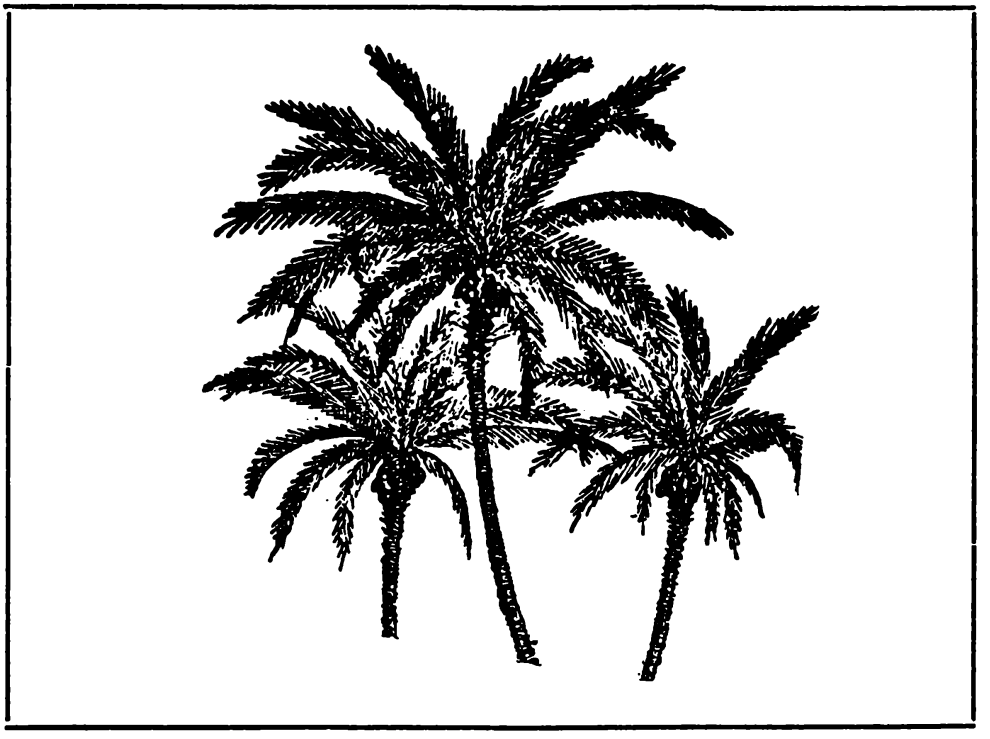
من «چنار» هستم!

فارسی من چنار است، به‌من چنال‌وارس‌هم می‌گویند. معرب من‌صنار است ولی درکتب قدیم به‌نام «دلپ» ازمن یاد شده است.

این که‌می‌گویندمن میوه نمی‌دهم‌صحیح نیست، میوهٔ من‌گرد، خاردار وچوبی‌است ولی قابل خوردن‌نمی‌باشد. میوهٔ من‌بسیار سرد وخشك است و خاصیت ضد عفونی‌کننده دارد. ضماد بـرگ تازهٔ من برای درمان ورم زانو مفیـد است و مضمضهٔ جوشاندهٔ‌آن درسرکـه جهت درد دنـدان سـودمنـد است. پـاشیـدن‌کوبیدهٔ‌برگ خشك مـن جهت بهبـود زخـم سـوختـگی‌آتش نافع است.

عرق چنارکه ازپوست وبرگ و میوهٔ من گرفته شود، جهت معالجهٔ تنگ‌نفس اثری اعجازانگیز داردوبرای تهیهٔ‌آن بهتراست دوشبانه‌روزپوست،

برگ ومیوهٔ مرا درآب خیسانده و سپس تقطیر نمایند و همچنین عرق ریشهٔ درخت من‌که ازچهارکیلوی‌آن یك کیلو عرق گـرفته باشند، جهت تقویت معده وچاق شدن‌اشخاص لاغر ومبتلایان به‌امراض عصبی ودل‌درد واستسقا و همچنین رعشه سودمند می‌باشد. برای تهیهٔ عرق ریشه نیز بایستی آن‌را دوشبانه‌روز درآب خیس نمایند وبعد تقطیرکنند و عـرق آن‌را یك ماه نگاه دارند و بعد روزی یك فنجان قهوه‌خـوری، چند روز متوالـی بنوشند و از خوردن ترشی همراه آن پرهیز نمایند.



اسم من «نارگیل»است!

اسم من نارگیل است، به‌من نارجیل، جوز هندی، بادنج و رادنج هم می‌گویند. قامت درخت من به‌چهل متر می‌رسد و در تمام ایام سال دارای میوه هستم، زادگاه من‌بنادر وسواحل دریای هند می‌باشد وهرچه درخت‌من به‌دریا نزدیکتر باشد وازآب شور آبیاری شود، میوهٔ من شیرین‌تر، شادابتر وچرب‌ترمی‌شود. درخت من‌پس ازهفت سال بارمی‌دهد وبیش‌ازصدسال عمر می‌کند.

میوهٔمن سبزرنگ وپرازآب است. آب آن شیرین و گواراست، ولی اگر۲۴ ساعت بماندمانند شراب تخمیرمی‌شود وپس ازچندروز بدل به‌سرکه می‌گردد. میوهٔ من‌پس از رسیدن سه‌پوست دارد. پـوست اول قهوه‌ای‌رنگ بوده ودارای‌ریشه است. معمولا این‌پوست‌رادرآب خیس‌کرده وبعدمی‌کوبند

تاریشه‌های آن جدا شود. بااین ریشه‌ها معمولا طناب درست می‌کنند که باآن لنگر کشتیها را می‌بندند. این طناب در آب شور دریا مقاومت زیاد داشته و پوسیده نمی‌شود وسالها می‌ماند. پوست دوم آن سخت وچوبی است و با آن کوزهٔ قلیان درست می‌کنند و به‌آن نارگیله یا نارجیله می‌گویند و به‌همین مناسبت یکی ازنامهای کوزهٔ قلیان نارجیله‌است. پوست‌سوم آن چسبیده به‌مغز است. میوهٔ من پس‌از رسیدن ابتدا دارای شیراست، ولی‌پس ازچندی این‌شیر غلیظ شده وروی مغز به‌صورت یك‌جدار چرب رسوب می‌کند. مغز میوهٔ من سفیدرنگ، شیرین، لذیذ وچرب است. خوردن مغز میوهٔ من حرارت‌غریزی وجنسی را زیاد می‌کند، ونیروی جنسی‌را تقویت می‌نماید، بدن را چاق و فربه می‌نماید، مواد سودایی وبلغمی را ازبین می‌برد وبه‌همین‌جهت برای بی‌حسی اعضا، فلج،جنون، مالیخولیا و امثال اینها نافع است. میوهٔ من‌کبد را تقویت می‌کند. برای زخم معده، بواسیر وتقویت‌کلیه و زیادشدن ادرار و رفع سردی مثانه ودردآن مفید می‌باشد. مغزمیوهٔ من باشکر مولد خون‌تمیز است ومغز کهنهٔ من ایجاد مسمومیت‌کرده، تولید قی‌وغش می‌نماید وضدسم آن‌پس‌از شستشوی معده،خوردن میوه‌های ترش است. ازمغز میوهٔ‌من‌روغنی به‌دست می‌آیدکه درصورت‌تصفیه‌شدن، همانندروغن‌گاو می‌باشد ودرایران غالباً آن‌را باروغن حیوانی بطورتقلبی مخلوط‌کرده، می‌فروشند. سوهان‌قم رابیشتر باروغن نارگیل‌درست می‌کنند. درصنعت صابون‌سازی وشامپوسازی، روغن مغز من بهترین روغن می‌باشد. سرکهٔ من جهت اخراج کرم معده و کرم‌کدومفیداست وچون مقداری‌مغزنارگیل را در دیگ آبگوشت بیندازیم، سبب زودپزشدن آن‌شده وآن‌را به‌خوبی‌مهرا می‌کند. مالیدن خاکسترپوست میوهٔ من به‌دندان، آن راسفید می‌کند و مالیدن‌آن به‌صورت، کك‌مك را از بین می‌برد و برای جرب و خارش مفید است. رنگ رخسار را باز می‌کند، مخلوط خاکستر میوهٔ من باحنا مورا تقویت کرده و از ریزش آن جلوگیری می‌کند، خوردن میوهٔ من جهت تقویت حافظه و فهم مفید بوده درد کلیه و مثانه را تسکین می‌دهد و بادشکن می‌باشد. چنانچه بعد ازخوردن داروهای ضد کرم مقداری روغن نارگیل خورده شود، در افتادن کرم مؤثر است. مالیدن روغن کهنهٔ من دردکمر و زانو و بواسیر را تسکین می‌دهد برای معالجهٔ بواسیر بهتراست روغن‌کهنهٔ مرا باروغن هستهٔ زردآلوی تلخ‌مخلوط کرده وبکار برید.

نارگیل دریایی

اسم من نارگیل دریایی‌است، به‌من نارجیل‌بحری هم می‌گویند، زادگاه من جزایر استوایی می‌باشد و قبل ازساختن کشتیهای اقیانوس‌پیما، کسی از درخت ومحل رشد من آگاه نبود ومیوهٔ من به‌دریا ریخته می‌شد و مردم آن راازآب می‌گرفتند وهرکس‌به نوعی‌آن‌را تعبیر می‌کرد. درهرحال، من‌نوعی نارگیل‌هستم‌که میوهٔ من ممکن‌است به دوازده‌کیلوهم برسد. میوهٔ من دارای دوقسمت متقارن است‌که شبیه به دودانه خربزه می‌باشدکه‌ازطرف نافمانند دولپهٔ لوبیا به‌هم چسبیده‌اند. میوهٔ من پس ازخشك شدن بسیارسخت شده و چون هر قسمت آن بیضی‌شکل است، پس از قطع دو قسمت و خالی‌کردن درون‌آن به‌صورت دو کشکول درمی‌آید و شمابارهاآن را دردست درویشان دیده‌اید، ولی گمان‌نمی‌کنم پی‌به‌ماهیت‌آن برده وبدانیدآنها راباچه می‌سازند. مغز میوهٔ من مانندمغزنارگیل سفیداست، ولی‌دراثرماندن، کم‌کم زرد، سرخ وتیره‌می‌شود وطعم شیرین‌آن تلخ می‌گردد. مغز میوهٔ تازهٔ من پادزهرسموم مخصوصاً تریاك است و مواد سمی را از اعماق بدن‌کشیده وجذب می‌نماید وچون‌آن را به‌تریاك خورده بدهند، سم رابه‌خود گرفته وتولید قی‌می‌کند و چون مادهٔ سمی‌تمام شود، قی بند می‌آید و به‌همین جهت آن را کم‌کم به مسموم می‌خورانند، تا استفراق تمام شود. عده‌ای ازاین خاصیت من‌استفاده کرده، برای تشخیص مسمومیت به‌کارمی‌برند. گذاشتن مغز میوهٔ من برمحل نیش حشرات از قبیل مار، عقرب و زنبور نیز مفید بوده، سم را به خود کشیده و درد آن را تسکین می‌دهد.

دراویش خوردن آبرا در کشکولی که از نارگیل دریایی درست شده باشد، سودمنددانسته وآن‌را دافع سموم بدن می‌دانند.

من «گل گندم» هستم!

فارسی من گل گندم است، ولی هیچگونه نسبت وشباهت با گندم ندارم. علت این نامگذاری این است که همزمان با رسیدن گندم در مزارع غلات، روییده و گل می‌دهم، به‌من گل‌نان روغنی، گل‌عنبر، حسن‌یك اوتی، حسن‌یك اودی، اجیله و«گال منگ» هم می گویند.

عده‌ای از لغت‌نویسان عربی مرا قنطوریون وترنشان‌نوشته‌اند، ولی چون خواص من با قنطوریون صغیر وکبیر مغایرت دارد، نویسندهٔ زبان خوراکیها با آنها هم‌عقیده نیست. فارسی قنطوریون‌کبیر چنانچه کتاب مخزن‌الادویه‌نوشته‌است،«اوبرزولوفا»وفارسی‌قنطوریون صغیر«کریون»است وکتاب برهان قاطع‌عربی‌قنطوریون‌کبیر را عریزالکبیرو صغیرراعریزالصغیر ضبط کرده است.

گلهای زیبای من برنگ زیبای آبی آسمانی است و فرنگیها به‌من «پلوئه» یعنی آبی گویند. درصورتی که‌رنگ گل‌قنطوریون‌لاجوردی سیر است. گلهای گیاه من بین‌اردیبهشت تامرداد بازمی‌شود و دارای مواد صمغی‌مومی ومازویی است، وبعضی‌ازانواع من گلهای گلی‌رنگ دارد. گلهای من دارای املاح‌پتاسیم، فسفور، منیزی و مقدار منگنزاست و یك مادهٔ تب‌برنیزدارد. گلهای من پیشاب‌آور بوده، و برای معالجهٔ نسوج‌آب آورده واستسقا به‌کارمی‌رود. درمان‌سرماخوردگی، سینه‌درد وسرفه‌می‌باشد. شستشوی چشم، با دمکردهٔ آن التهاب پلك راازبین می‌برد. دانه‌های من به‌رنگ سفید بوده، واثر مسهلی دارد. برگ ساقه و ریشه نیزاثر تب برداشته، و برای معالجهٔ بیماریهای‌کبدی ـ یرقان و بیماریهای پوست تجویز می‌شود. مقدار خوراك من یك فنجان دمکردهٔ چهل‌درهزار است. مالیدن من برسر، از ریزش مو و سفید شدن آن جلوگیری می‌کند.

قنطوریون

همانطورکه گل‌گندم‌درمعرفی‌خود اظهارداشت،خواص‌آن باقنطوریون کبیر وقنطوریون صغیریکسان نیست. دراینجانیز بایدتذکردهیم که‌قنطوریون کبیر که آن را قنطوریون غلیظ هم می‌گویند، با قنطوریون صغیر که آن‌را قنطوریون رقیق می‌گویند، متفاوت بوده ودوگیاه مختلف‌از دوخانوادهٔ‌جدا می‌باشند و بطورکلی می‌توانیم بگوییم‌که به سه‌گیاه مختلف‌که رنگ‌گلشان آبی‌ولاجوردی‌است، قنطوریون‌گفته‌اندکه یکی‌ازآنهاقنطوریون معمولی‌گل گندم‌است که‌هیچگونه‌ارتباطی‌با انواع کبیروصغیرندارد. ازجمله‌قنطوریون‌کبیر قاعده‌آوربوده، جنین‌مرده را ساقط‌کرده وجنین زنده را فاسد می‌کند، وروی این‌اصل‌مامعرفی‌قنطوریون را بجای دیگرموکول می‌کنیم.

اسم‌من «گل‌گاوزبان» است!

یکی‌ازعجایب سلسله‌کوه‌های البرزکه قلهٔ عظیمی چون دماوند دارد، پرورش چندین نوع گیاه دارویی است‌که اثر درمانی زیاد داشته و منحصراً در دامنه‌های‌این‌کوه به‌عمل‌آمده ودرکوه‌های دیگراثری‌ازآنهانیست. چندی پیش جراید ایران ازیکی از این گیاهان سخن‌گفته و اثرات سحرآمیز آن را بیان داشتند ونوشتندکه‌کارشناسان خارجی بذراین‌گیاه را به‌کشورهای دیگر برده و باکوشش فراوان نتوانسته‌اندآن‌را به‌عمل‌آورند، زیرا این‌گیاه جزدر زادگاه اولیهٔ خود، درجاهای دیگر سبزنمی‌شود. درهمان موقع ما به‌اطلاع خوانندگان رساندیم‌که ایران عزیزما از این مواهب وگیاهان‌ارزنده و مفید انحصاری زیاد دارد وبه تدریج،خودرادرزبان خوراکیهامعرفی خواهندکرد.

اسم من گل‌گاوزبان است ولی لسان‌الثورنیستم. هرچند درکتب قدیم

به‌این نام آمده‌ام. اسم فرانسوی، انگلیسی، آلمانی، ترکی‌وغیره هم ندارم، چون درهیچ نقطه‌ای اززمین جزدامنهٔ کوه‌های البرزبه عمل نمی‌آیم وباگیاه دیگری‌که در آذربایجان وشهرهای دیگر ایران و کشورهای دیگر می‌روید وبه‌غلط به‌گاوزبان مشهور شده است، نسبتی ندارم و ازشما می‌خواهم که مرا گل‌گاوزبان واوراگیاه‌گاوزبان صدا کنید، تااین اشتباهی‌که‌پیش‌آمده ودر حدود چندقرن است که پزشکان و دارو سازان را گمراه کرده‌است از بین برود. ما دو گیاه متفاوت هستیم که تنها گلهایمان کمی به‌هم شبیه است، وهیچگونه خواص مشترک‌نداریم‌وازنظرمنافع طبی باهم متضاد می‌باشیم و گلهای من درشت‌تر ازگلهای اوست.

من‌درایران، ورقیب من دراروپا وامریکا شهرت زیاد داریم‌وپزشکان سنتی ایران درمعالجهٔ بسیاری از امراض ازمن استفاده می‌کردنـد و نتیجه می‌گرفتند. پزشکان جدیدهم خواص رقیب مرا می‌دانستند و برای دسته‌ای دیگر ازامراض تجویز می‌نمودند وچون عطاران فرقی بین من و رقیب من قایل نبودند، ما را به‌جـای‌هم می‌دادند، و به‌همین‌جهت معالجهٔ آنها نتیجه نمی‌داد ومحققین ازاینکه خواص ومنافع ماازبین‌رفته است درتعجب بودند.

یکی از مترجمین، تمام فواید رقیب مرا ترجمه کرده و به‌من نسبت داده، سپس بر سبیل سئوال می‌نویسد: چـرا ایـرانیان فقط از گل‌گاوزبان استفاده می‌کنند؟... به‌بـرگ و سرشاخه‌های آن توجهی ندارند، در جواب ایشان باید بگوییم‌که‌گل‌گاوزبان، فقط‌گلش فواید طبی دارد، زیراگیاهی‌که فرنگیها به‌او «بوراش» می‌گویند گل‌گاوزبان نیست.

باری، اکنون دربرابرشمادوگیاه مختلف به‌یک‌اسم قرار دارند. این‌دو می‌خواهند در صحنهٔ زبان خوراکیها خودرا معرفی‌کنند وفواید و مضارخود را شرح داده وازشما بخواهندکه به‌موقع ازهردوی آنها بهره‌مند شوید.

صاحب‌کتاب «تحفه» درشرح گاوزبان چنین می‌نویسد: گل‌گاوزبان لاجوردی وشبیه گل اناربوده وتخم‌آن مستدیر و لعابی است و در کوه‌های دارالمرز (البرز) کثیر الوجود است وگیاه دیگری‌که در اصفهان و بعضی از بلاد، گاوزبان‌می‌دانند «مرماخوز» است‌که‌گل‌آن لاجوردی وکوچك ومدور است. توضیح ـ «مر» نام قبیله‌ای ازساکنان شمال افریقاست‌که بذر چندگیاه دارویی راکه یکی ازآنها گیاه‌گاوزبان است به‌اسپانیا برده و درآنجا پرورش داده واستعمال آنها را درطب معمول داشته‌اند. این‌گیاهان به‌اسامی‌مختلف مرماتوس، مرماهوس، مرمـازا ومرماخوز در کتب طبی قـدیم وارد شده و خـواص‌آنها تحقیق گردیده است. بعدازجنگهای صلیبی گیاه گاوزبان را از

اسپانیا به‌اروپا آوردند و درآنجا کاشتند و چون درکتاب قانون ابو علی‌سینا از گل‌گاوزبان زیاد تعریف شده بود و ایـن کتاب نیز مورد قبول واستناد استادان پـزشکی اروپا بود، به‌همین جهت مورد توجه واقع گردید، ولی متأسفانه گیاه‌گاوزبان هیچیك از خواص گل‌گاوزبان اصلی را نداشته و در عوض منافع دیگری داشت‌که‌کم‌کم محققین اروپایی‌به‌آن پی‌بردند. ازجمله معلوم شدکه سرشاخه، گل‌وبرگ این‌گیاه دارای مقداری شوره بوده، عرق وادرار را زیادمی‌کند. درصورتی‌که‌درکتب‌طبی ایرانیان‌که در دانشگاههای اروپا تدریس‌می‌شد، چنین خواصی را به‌اونسبت نداده بودند.

حال اجازه فرمایید این‌دوگیاه، هریك جداگانه خود را معرفی‌کرده و منافع خودرا شرح دهند:

گل‌گاوزبان اصلی

من بطورخودرو، منحصراً در دامنه‌ی کوه‌های البرز به‌عمل‌می‌آیم و تاکنون اهلی نشده وقابل کشت نیستم. من مقوی روح واعضای رئیسهٔ‌بدن بوده، حواس پنجگانـه یـا بهتر بگـویم، حواس هجده‌گانهٔ آدمی را تقویت می‌کنم ـ شکم‌را نرم وکیسهٔ صفرا را باز می‌کنم واخلاط سوختهٔ سوداوی‌را ازمعده خارج می‌نمایم و عوارض آن‌را ازبین می‌برم. جوشاندهٔ من همراه‌با داروهای دیگر جهت سرسام (منژیت) برسام (ورم‌حجاب حاجز) مالیخولیا، جنون و رفع حواس‌پرتی مفید می‌باشد. جوشاندهٔ من نشاط‌آور بوده، رنگ رخسار را باز می‌کند. سینه وقصبةالریه را نرم می‌کند، تنگ‌نفس و دردگلو را شفا می‌دهد، دلهره ووحشت را ازبین می‌برد و غم‌وغصه راکم می‌کند و برای‌کسانی‌که باخود حرف می‌زنند سودمند می‌باشد.

جوشاندهٔ من باعسل جهت تنگ‌نفس تجویز شده است، جویدن برگ تازهٔ من جهت درمان‌جوشهای چرکی دهان اطفال و برفك وسستی بیخ‌دندان و رفع حرارت دهان نافع است. مقدار خوراك‌گل من دومثقال تاپنج مثقال می‌باشد.

عـرق‌گل گاوزبـان جهت امراض سوداوی، وسواس و خفقان مفید است. من‌دارای‌شوره نیستم،عرق وادرار را زیادنمی‌کنم، ولی دارای‌منیزیم بوده و ترمز سرطان می‌باشم.

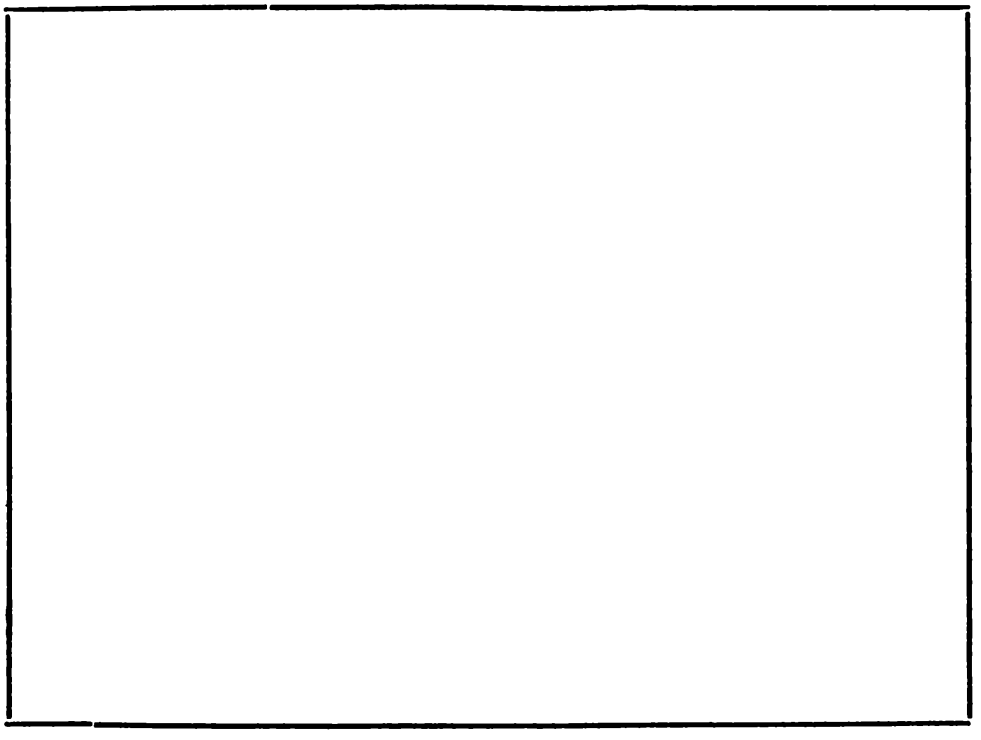
گیاه گاوزبان

من اسم فارسی ندارم ومعلوم نیست ازکی به‌ایران آمده و دراطراف

تبریز مرا کاشته‌اند. در زبان فرانسوی به من بوراش می‌گویند و ابن‌بیطار گیاه‌شناس معروف قدیم که دراصل اندلسی بوده و بعدبه‌آسیای صغیرآمده و دوکتاب بزرگ به‌نـامهای الجامع والمغنی به‌زبان عربی دارد مرا نوعی «مرماخوز» دانسته و به‌اسامی: لسان‌الثور، ابوالعرق، کحیلا ـ کحلا، حمحم و بوغلص یادکرده است.

گل، سرشاخه و برگ من دارای شوره، مواد لعابی و یك مادهٔ تلخ استو به‌همین جهت عرق وادرار را زیاد می‌کنم، وسنگهای کلیه ومثانه را خردکرده واز بین می‌برم. تجویزمن برای مبتلایان به سرسام و برسام جایز نیست. ضمادبرگهای‌تازه‌وله‌شدهٔمن‌دمل رابازمی‌کندوبرای معالجهٔسوختگی، آتش وآفتاب‌زدگی مفید است.

درطب‌سنتی ایران «مرماخوز» راجهت معالجهٔاستسقا مفید دانسته‌اند و برای این کار، مبتلایان به‌استسقا بایستی مدت زیـادی برگ و بـذر مرا روزانه ۱۵ تا ۲۰ گرم ناشتا میل نمایند.



من «شنبلیله» هستم!

فارسی‌من‌شنبلیله است، درشیرازبه‌من شنبلیز گویند. گیلانیها مرا خلبه می‌خوانند واعراب خلبه را معرب کرده حلبه می‌گویند. در بعضی ازکتب به‌من فریقه لقب داده‌اند. برگ من یك‌سبزی خورشی و دانه‌های روغنی‌من یك بذردارویی‌می‌باشد. ازبرگ تازه وخشك من‌درتهیهٔ خورش وخوراکهای دیگر استفاده می‌کنند وبابرگ خشك شدهٔ من‌سوپی تهیه‌می‌کنندکه به‌اشکنه معروف است. زادگاه اولیهٔ مـن ایران وآسیای صغیر است، ولی اکنون در اکثر نقاط جهان به‌منظور استفاده از دانه‌های من، مراکـاشته‌اند. برگ من کمی‌ملین بوده اشتها را زیاد می‌کند ودرضمن‌پیشاب‌آور است و عادت‌ماهانهٔ زنان را باز می‌کند. ضمادبرگ من‌برای تقویت موبسیار نافع است وچنانچه زن آبستن هنگام بارداری از برگ من زیاد بخورد بچه‌اش دارای موی‌زیاد

خواهد شد. جوشاندهٔ برگ و دانه‌های مـن زایمان را آسان می‌کند. اخیراً عده‌ای از دانشمندان در روی‌دانه‌های من‌مطالعه‌کرده وآنهارا موردآزمایش قرار داده، ودر آن مواد صمغی، مواد مازویی، یك روغن، مواد سفیده‌ای، املاح معدنی و چند عامل دارویی پیداکرده‌اند. ولی خواص این عوامل‌را داروسازان سنتی ایران قبلا در دانه‌های من پیدا کـرده و درکتابهای قدیم نوشته‌اند. دانه‌های من ملین بوده وبه‌هضم غذا کمك می‌کند. محرك‌شهوت و بازکنندهٔ عادت ماهانهٔ بانوان‌است. مقوی ریه بوده وهمراه با عسل، سینه را باز وخالی می‌کند. روغن دانه‌هـای من به‌علت داشتن ویتامینهای «آ» و «د» همانند روغن‌ماهی است. ضد شبکوری ودرمان نرمی استخوان‌می‌باشد، خوردن برگ وبذر من‌برای‌کسانی‌که درجاهای مرطوب وکم‌آفتاب‌زندگانی می‌کنند، غذای بسیار مفیدی است. اگر دانه‌های مرا با تمرهندی وهم‌وزن آن مویز وانجیر جوشانده وپس ازصاف کردن‌آب‌آن‌را به‌قوام آورند، جهت تنگ‌نفس وتصفیهٔ‌آواز و بازشدن سینه‌های‌خسته ودرمان زخم سینه و دردآن مفید است؛ حتی اگرمزمن‌شده باشد. مطبوخ دانه‌های من با پرسیاوشان‌نیز جهت‌موارد بالا نافع‌است. پختهٔ برگ ودانه‌های من زایمان را آسان‌می‌کند وخوردن‌آن بطور مرتب برای‌چاق شدن‌اشخاص لاغر وضعیف‌البنیه‌سودمند است. برای رفع بدبویی مدفوع، خوردن برگ و دانه‌های من توصیه شده است. ضماد برگ‌وبذرمن جهت ورمهای جلدی و درمان سوختگی‌آتش‌به‌کار می‌رود. برای رفع تـرکیدن و کجی ناخن به‌علت داشتن ویتامین (د) مفید می‌باشد و نیز برای تقویت وجلوگیری از ریزش مو می‌توان از ایـن ضماد بهره‌مند شد. ضماد بذر من با انجیر جهت بـازشدن دمل تجویز شده است. شستشوی چشم باآب برگ و دانه‌های من جهت درمان تـراخم، آبریزش، رفع قرمزی چشم و ورم پلك مفیداست.

نشستن در آب مطبوخ برگ و دانه‌های من جهت تسهیل زایمان و اخراج مشیمه، اثرقطعی دارد. شستشوی سربا آب مطبوخ برگ ودانه‌های من جهت اصلاح موهای‌وزکرده، برطرف‌کردن شوره سر ومعالجهٔ زخمهای آبدار سرمفید می‌باشد. پختن برگ من بابرگ اسفناج، برگ خرفه وزردك در قدیم معمول بوده ویـکی از غـذاهای مفید شناخته شده بود. از روغن دانه‌های من‌که همانند روغن ماهی است می‌توانید برای درمان سخت شدن پوست‌بدن ورفع‌زبری‌وپوسته‌پوسته‌شدن‌آن استفاده‌کرده.آن‌راجهت‌نرم‌کردن مو وجوشهای صورت به‌کار برید. روغن دانه‌های من مخلوط با موم جهت درمان ترکیدن پوست و بـا ادویهٔ مناسب جهت پاك کردن کك‌مك‌ونیکو

شدن رنگ رخسارتوصیه می‌شود. خوردن یك قاشق مرباخوری ازدانه‌های من محرك اشتها بوده، نیروهای جسمی و روحی را زیاد می‌کند. کوبیدهٔ آن جهت معالجهٔ نقرس، مرض قند، نرمی استخوان، کم‌خونی و همچنین برای جلوگیری از لاغرشدن مبتلایان به‌سل و مرض قند تجویـز می‌شود. پودر کوبیدهٔ من اگر مدتی بماند بدبو می‌شود، وحتی ادراروعرق‌بدن‌را هم‌بدبو می‌کند، ولی تازهٔ آن این عیب‌را ندارد. در اروپـا برای‌جلوگیری از بوی نامطبوع، پودر دانه‌های من،آن‌را باشربت‌انگور فرنگی مخلوط‌کرده ومیل می‌نمایند ویاآن‌را قبل ازغذا همراه باکمپوت ومربا می‌خورند. خلاصه من به‌علت داشتن موادآهنی مقدار زیادی فسفر و هورمونهای گیاهی در ردیف یکی ازمفیدترین سبزیها می‌باشم.

اسم من «کاج» است!

از ساقه‌های گلدار من بـرای مبارزه بـا اختلالات عصبی استفاده برید. همین ساقه‌ها برای از بین‌بردن برنشیت، تنگ‌نفس، گلودرد وناراحتیهای کلیه ومثانه مفید است. دودبرگ من‌برای ضعف‌بینایی‌نافع‌است. میوهٔ من‌را برای زخم ریه و دردکلیه‌بکاربرید...

درزبان فارسی به‌انواع گیاهان‌تیرهٔ‌مخروطیان‌به‌استثنای‌انواع‌سرو کاج ودر زبان عربی صنوبر گویند. ولی امروزه در ایران به‌آن دسته‌که دارای برگهای سوزنی‌بلند است‌کاج وبه‌آن دسته‌که دارای سوزنهای‌کوتاه وضخیم می‌باشند صنوبر می‌گویند. دربعضی ازشهرهای ایران‌مثل‌کاشان، به‌تبریزی وسپیدارهم صنوبر می‌گویند و این اشتباه است. به‌من در زبان فارسی‌ناژو، ناجو و سروسیاه‌هم می‌گویند. من دارای هشتادگونه هستم، چوبهای ما از چوبهای مرغوب صنعتی‌است‌که باآن دروپنجره و مبل می‌سازند و از چوب انواع صنوبر درمنبت‌کاری استفاده می‌کنند. موریـانه وسایرحشراتی‌که به خوردن چوب علاقه دارند، به‌سراغ ما نمی‌آیند. درخت ما ممکن است تا

پنجاه مترقد بکشد. برگهای ما سوزنی‌شکل‌بوده‌وخزان نمی‌کنند. به‌عقیدهٔ نویسندهٔ زبان خوراکیها، درختانی‌که خزان نمی‌کنند، دارای ماده‌ای هستند که مقاومت انسان را زیاد می‌کند. گلهای‌ما مخروطی بوده ونروماده دردو پایهٔ جداگانه قرار دارند، گلهای نر درفصل بهارتولیدگرده‌کرده، مانندخاك زرد رنگ نرمی روی زمین می‌نشینند، که عده‌ای به‌آن باران گوگرد لقب داده‌اند. گلهای ماده درشتتر بوده، دارای‌فلسهای محکمی‌است‌که پس‌ازعمل لقاح تبدیل بـه‌میوه می‌شود، وایـن میوه درسال دوم می‌رسد. از بعضی از انواع ما صمغی خارج می‌شودکه درفارسی به‌آن زنگباری واعراب قلقونیاو «راتیانج رومی» گویند، ولی امروزه در داروخانه‌ها بنام فرنگی آن تربانتین مشهور می‌باشدوازآن اسانس تربانتین گرفته، به‌باقیماندهٔ‌آن‌کلوفان می‌گویند واین همان صمغی‌است‌که روی آرشهٔ‌ویلون می‌کشند تاصدای آن‌صاف شود. میوهٔ‌کاج، مخروطی‌وشبیه‌قلب گوسفنداست وپس‌ازرسیدن، فلسهای آن خشك شده و ازهم باز می‌گردد و به‌تدریج روی زمین می‌افتد و در وسط‌آن بادام کوچکی قرار داردکه معمولاً بچه‌ها‌آن‌را پس‌ازشکستن جداکرده ومی‌خورند وبه‌این بادام‌وفلسهای‌آن، طوطی‌علاقهٔ زیاد دارد. میوهٔ‌آن‌دسته، که درایران به‌صنوبر معروف است باریکترو درازتر از انواع کاج است، این میوه‌ها از درخت بطورکامل جدا نمی‌شوندو درباغات وجنگلهای صنوبر، هیچوقت شما میوهٔ‌آن‌را روی زمین نمی‌بینید. بلکه فلسهای‌آن به‌تدریج جدا شده و به‌کمك بادپراکنده‌می‌گردد. درکتب‌قدیم‌به‌این دسته، تنوب‌شجرالراتنج‌وبنطس‌گویند.

کاج‌شرقی‌صمغ‌زیاددارد‌وبه‌آن‌کاج‌کوچك ودرخت نوئل‌هم‌می‌گویند.

کاج کانادایی صمغی معطر دارد. صنوبـر کوهی در سردسیر به‌عمل می‌آید، ومیوهٔ‌آن خوراکی نیست. چوب‌آن چرب بوده و در گذشته آن را مانند مشعل به‌جـای شمع روشن می‌کردند و از آن قطران رقیقی خـارج می‌شد. نوع دیگری ازکاج وجود داردکه به‌آن بیشتر تنوب‌گویند و میوهٔ آن به «قضم‌قریش» معروف است، ولی در شیراز بـه‌آن بندق و مسدق‌هـم می‌گویند واین حب صنوبراست.

چلغوزه

اخیراً آجیل‌فروشها، سوژا راکه لوبیای روغنی بوده وبرای روغن‌کشی آن را درایران می‌کارند، بو داده وبه‌نام چلغوزه می‌فروشند، ولی در فارسی این اسم مخصوص نوعی صنوبر است‌که در شیروان زیاد است و در شیراز واراك آن را بوداده می‌خورند. این میوه بقدردانهٔ خرماست‌که‌چون

آن را بودهند، آواز داده دهانهٔآن باز می‌شود، و دانهٔ چلغوزه ازآن بیرون می‌آید. درخت آن‌را صنوبر بزرگ می‌گویند و در گیلان به درخت آن‌هم درخت چلغوزه گویند.

صنوبر کوچك

صمغ من بیشتر ازسایر انواع کاج است و به‌میوهٔ مـن «قضم قریش» گویندکه مصرف طبی داردو دراینجا به‌نام‌حب صنوبر به‌شمامعرفی‌می‌شود. قسمت مورد استفادهٔ‌کاج وصنوبر، شاخه‌های شکوفه‌دار، برگ میوه وصمغ آنهاست.

جوشاندهٔ ساقه‌های گلدارمن خاصیت ضد عفونی‌کننده دارد و نوشیدن آن‌برای مبتلایان به‌تنگ‌نفس، برنشیت، گلودرد، ناراحتیهای‌کلیه ومثانه و اختلالات عصبی مفید است. کمپرس‌آن برای تسکین درد اعصاب،رماتیسم و امراض‌پوستی‌نافع است. نوشیدن‌جوشاندهٔ برگ‌وپوست من برای‌گلودرد، جراحات‌ریه، خونریزی سینه وخون‌دماغ تجویزشده است.خوردن یك‌مثقال از برگ من باعسل جهت امراض کبد و ورم آن سودمند می‌باشد. خوردن برگ خشك من‌باآب سرد،شکم را بند می‌آورد.

ضماد برگ من در مواضع آسیب‌دیده و مالیدن برگ من مخلوط با «مردابسنك» جهت کچلی وچرك بدن وعفونت عرق نافع است. نشستن در آب جوشاندهٔ من جهت امراض نشستنگاه سودمند می‌باشد. مضمضهٔ پختهٔ برگ من در سرکه جهت تسکین درد دندان مفید است. بخوربرگ من‌جهت اخراج مشیمه و بازشدن ادرار و حیض مؤثر می‌باشد. دود برگ من جهت جلوگیری از ریزش مژه وابرو و آبـریزش چشم و ضعف بینایی وتراخم و جرب نافع است، ضماد برگ تازهٔ کوبیدهٔ من جهت جلوگیری ازخونریزی جراحات تازه مفید است، وچون چوب مرا ریزریز کرده با سرکه بجوشانند ومضمضه‌نمایند، درد دندان را تسکین می‌دهد و برای این‌کار جویدن برگ تازهٔ من‌هم بی‌اثر نیست. پوست ریشهٔ من قابض بوده، و دومثقال آن‌اسهال را بند می‌آورد و چنانچه روزی سه‌مثقال آن را به اشخاص فلج و رعشه‌ای بخورانند، ممکن است اثربسیار داشته‌باشد، پاشیدن‌گردکوبیدهٔ پوست ریشهٔ من روی محل سوختگی مفید است.

میوهٔ صنوبر- قضم قریش

میوهٔ من‌که به‌حب‌الصنوبر معروف است. اشتها به‌طعام و شهوت را

زیاد می‌کند. مقوی اعصاب و بادشکن بوده، بـرای فلج ـ لقوه و بی‌حسی اعضا مفید است، برای زخم ریه، درد مفاصل وامراض جگر، یرقان‌استسقا و دردکلیه ومثانه نافع است، مخلوط آن باعسل همه‌روزه به‌مقدار ۱۵ گرم جهت‌فلج ورعشه، امتحان خوبی داده است، و نیز برای سرفه و ازبین‌بردن خلط سینه نافع است. زخم‌کلیه و مثانه را درمان می‌کند و با عصارهٔ خرفه جهت تسکین دردمعده و تقویت بدنهای ضعیف سودمند می‌باشد. اگر آن‌را کوبیده و باآب انگور مخلوط‌کرده باشید داروی خوبی جهت سرفه و نزله است وبرای اسهال‌خونی‌واستسقا تجویزمی‌شود. حب‌الصنوبر بطی‌عالهضم بوده و زیاد خوردن آن خوب نیست وعمل آن برای تقویت غرایز جنسی باکنجد وعسل بهتر است.

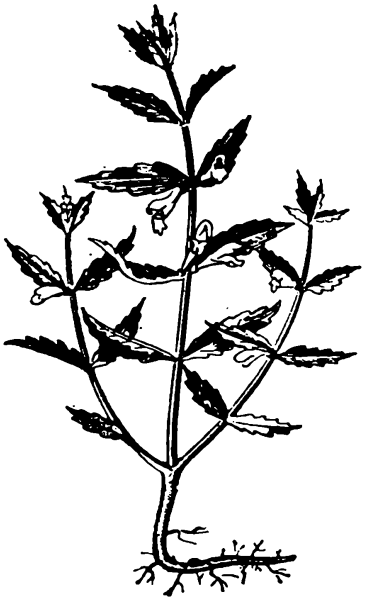
راتیانج

فارسی من‌زنگباری است واعراب‌به‌من قلمونیا گویند. درکتب‌مختلف قدیم به‌من راتیانج، راتیج و راطیانا گفته‌اند و این اسامی یونانی بوده وبا کلمهٔ رزین هم‌ریشه است. من صمغ درخت کاج‌کوچك هستم‌کـه در اطراف سمنان و کرمانشاه زیاد است. فرنگیها به‌من تربانتین می‌گویند وازتقطیرمن اسانس‌تربانتین به‌دست می‌آید. درطب جدید برای ایجاد دمل مصنوعـی، کمی‌از اسانس مرا زیرپوست تزریق می‌کنند و به‌این ترتیب جریان خون را متوجه‌آن موضع می‌نمایند. پس ازتقطیرباقیماندهٔ خشك من، کلوفان به‌دست می‌آید. خوردن ۲/۵ گرم من بازردهٔ تخم‌مرغ وهمچنین باسوپ‌سبوس‌گندم، جهت سرفهٔ مزمن وتنگ‌نفس ومعالجهٔ سل وجراحات ریه مفید است.مکیدن من جهت ازبین بردن خلط سینه و جذب فضولات‌بینی سودمند است. اگـر مقداری ازمن را درسرقلیان یاچپق‌گذاشته، ودودآن‌را بکشید. جهت‌تنگـ نفس وجراحات سینه نتایج عالی دارد و برای این‌کار بهتراست که روز اول، یك‌مرتبه، روز دوم دومرتبه، روزسوم سه‌مرتبه آن‌را بکشید. چون خرفه را بامن مخلوط کرده و در آفتاب خشك کنید، برای زکام، ومعالجهٔ‌تب راجعه سودمند می‌باشم. ضماد من جهت التیام جراحات وازبین‌بردن خارش، جرب، سختی پوست، فتق وبواسیر وگل‌مژه مفید است.

وچون مـرا با روغن‌کتان مخلوط کـرده روی زگیل گوشتی و پینه بگذاریدوآن‌را ازبین می‌برم ومالیدن این روغن در روی شقاق وبواسیرمفید می‌باشد وبرای معالجهٔ‌کجی ناخن تجویز می‌شود.

چون یك‌قسمت مرا‌روی‌آتش ذوب‌کرده وهم‌وزن‌آن تخم‌کتان ونصف

آن سفیداب قلع درآن انداخته ومخلوط‌کـرده واز روی‌آتش بردارید جهت التیام‌جراحات بهترین مرهم است وچون مرا ذوب‌کرده بافلفل ذوب‌نمایید، مرهم خوبی برای بواسیر می‌باشد. تربانتین واسانس‌آن و همچنین‌کلوفان‌در دامپزشکی مصرف زیاد دارند. اسانس تربانتین را درامـریکا و بلژیك رقیق کرده و برای پانسمان زخمهای غانغاریا «کانگرن» و زخمهای سیاه شده و خوره‌ای به‌کار می‌برند. اسانس من به‌مقدار کم، مراکز عصبی‌را تحریك و به‌مقدار زیاد،آن را فلج‌می‌کند. کپسول آن که دارای ۲۵٪گرم است،برای درمان عفونت سینه، نزله وبرنشیت حاد وغانغاریای سینه وغیره مفیداست، برای ازبین بردن سنگهای صفراوی و معالجهٔ سوزاك و ورم مثانه و ضعف اعصاب تجویز می‌شود. ضدکرم معده مخصوصاً کرم‌کـدو می‌باشد، و برای درمان رماتیسم و سیاتیك به‌کار می‌رود، بـرای نقرس و یبوست معتادان به تریاك مفیداست. به‌عنوان‌حلال‌کائوچو به‌کار می‌رود. درصنعت چرم‌سازی، گونی‌سازی، واکس‌سازی ورنگ‌سازی زیاد مصرف می‌شود. برای جلوگیری ازخطر انفجارکمی ازآن‌را به‌هیدروژن مایع مخلوط می‌نمایند.



من «اسطوخودوس» هستم!

پزشگان و داروسازان سنتی ایران به‌من اسطو خودوس و استوقدوس گفته‌اند و این اسامی معرب نام یونانی من‌است که به‌معنی حافظ‌الارواح و آنس‌الارواح است. اعراب مکه به‌من ضرم (باضم‌ضاد) خطاب می‌کنند. فارسی من شاه اسپرم رومی است و در شهسوار به‌من تروم گویند. در زبان فرانسه به‌انواع ماکه متجاوزازسی گونه هستیم لاواند گفته می‌شودوسه‌نوع آن معروف است.

لاواند اصل یالاواند حقیقی

فارسی من «خیری دشتی» است. درشیراز به‌من اروانه گویند، عربی من خزامی وخزاما است و در تحفهٔ حکیم مؤمن «خراما» نوشته شده است.

من خوشبوترین گلهای صحرایی بوده و عطرم شهرت جهانـی دارد و علاوه بر بوی خوش، میکربکشی قوی است‌وعمل‌آن شباهت‌زیاد به‌پنی‌سیلین‌دارد. بوییدن گل من دماغ را باز می‌کند وترشحات زکامی را ازبین می‌برد ودافع سردرد است. اگر ۳ تا۵ گرم‌گل مرا دم‌کرده وسه‌تاچهار فنجان بین دوغذا بخورید، تخمیر معده را ازبین برده ونفخ‌را معالجه می‌کند. دمکردهٔ ۱۵ در هزارمن را اگر باسرنگ داخل مجرای زنانه‌کنید، ترشحات آن‌را ازبین‌برده و رحم را تقویت وپاك می‌نماید. بخور وکمپرس باجوشاندهٔ سرشاخه‌های‌من بهترین‌درمان سرماخوردگی‌است، من‌مقوی معده‌بوده، اشتهارا زیادمی‌کنم. صفرا برهستم. دراختلالات‌کبدی و طحال مفید می‌باشم وازهجوم خون‌به‌سر جلوگیری‌می‌نمایم. برای ضعف عمومی، اغما،صرع، میگرن، ضعف‌اعصاب، تپش قلب، حساسیت، تنگ‌نفس، لنفاتیسم ولارنژیت مرا تجویز می‌کنند.

ضماد من، رماتیسم، نقرس، کوفتگی و دررفتگی را درمان می‌نماید. در صنعت‌عطرسازی و صابونسازی ازمن زیاد استفاده می‌شود، و بعلاوه‌گیاه من به‌عنوان یك‌گل زینتی کاشته می‌شود. در ایران نیز دربعضی از باغات دیده می‌شود. بوی‌گل من برحسب نوع زمین وآب‌وهواکم وزیادمی‌شود.

لاواندسفید یا لاواند بزرگ

من نوع بدلی لاواند حقیقی هستم، و بوی من کمی کافوری است و درهمه احوال جانشین نوع اصلی بوده و به‌جای‌آن مرا می‌فروشند.

اسطوخودوس

من نـوع طبی لاواند می‌باشم و از مکه وشبه قارهٔ هند مرا به‌ایران می‌آورند. از انواع من‌که درایران می‌رویند تـا کنون استفاده نشده است. به‌خوانندگان محقق خودپیشنهاد می‌نمایم‌که روی «اروانه شیراز» و«تروم شهسوار» مطالعه وتحقیق نمایند. اسانس من بااینکه عطرش کمتر از لاواند حقیقی است، خاصیت میکربکشی‌آن بیشتر از سایر انواع لاواند می‌باشد و بـه‌همین جهت، از رقیق شدهٔ آن در پانسمان جـراحـات استفاده می‌کنند. شیخ‌الرئیس ابوعلی‌سینا، عطر مرا سالمترین مواد مخدر وخواب‌آورتشخیص داده است.

من مقوی دماغ وقلب وجمیع قوای ظاهری و باطنی هستم. اخلاط را از بـدن، مخصوصاً از دماغ، سینه و دستگاه تنفسی بیرون می‌نمایم و برای امراض کبدی وطحال داروی بسیارمفیدی هستم. خوردن ۱/۵ گرم‌من

به‌تنهایی جهت رعشه‌وسرگیجه مفیداست. خوردن من باعسل ذهن‌راتقویت می‌کند و مداومت در خوردن من صرع، مالیخولیا، جنون، فراموشی، وسواس، تشنج، بی‌حسی وآبریزش بینی را ازبین می‌برد. غم واندوه رانیز زایل می‌نمایم. برای مداوای امراض مذکور می‌توانید مربایی ازگل من با عسل یاشکر ترتیب دهید وهرشب به‌قدری ازآن بخورید که یك گرم گل در آن باشد. عده‌ای از پزشکان قدیم به‌من «جاروب‌دماغ» لقب داده‌اند، چون به‌خوبی آن‌را زهکشی می‌کنم. من دارای یك مادهٔ ضد میکرب قوی هستم. برای‌معالجهٔ‌تنگ‌نفس ازدمکردهٔمن استفاده کنید. برای‌معالجهٔآنژین وگلودرد از مربای‌گل من میل نمایید. برای معالجهٔ سرفه‌های شدید و سیاه‌سرفه از دمکردهٔ‌گل من نوش‌جان نمایید. دمکردهٔ بیست تاچهل‌گرم گل من، برای معالجهٔ سرماخوردگی‌کافی است. برای ازبین‌بردن ترشحات زنانه وپاك‌شدن رحم ازمیکربهای عفونی می‌توانید جوشانده‌یازده‌گرم‌گل مرا درلیتر، پس‌از صاف‌کردن، وارد رحم‌کنید و یاروزی دوبار خودرا باآن شستشو دهید. در مواقع شیوع زکام ازبخورگل یا عطرمن درخانه غافل نشوید. اگرمبتلابه سردرد هستید، شب موقع خواب مقداری از گل یا عطر مرا درشب‌کلاه یا روسری خود بریزید. و باآن بخوابید و روزبعد نتیجه‌آن‌را ببینید.

من مظهر سبزی و خرمی، «مورد» هستم!

فارسی من مورداست، به‌من مورت‌هم می‌گویند. درکتب قدیم از من به‌نامهای آس، اسمار، زند، عمر، قنتوس، مرسین، میرسین، حمیلاس، قوقام یادشده است.

بیش ازهفتادنوع دارم‌که مهمترین‌آنها مورد بیابانی است‌که درفارسی به‌آن «مورداسفرم» وبه‌عربی «ریحان‌القبور»ودرگیلان به‌آن‌جیرمی‌گویند. درخت‌من سبزی قشنگی دارد که هرگز خزان نمی‌نماید و به‌همین جهت از قدیم مرا مظهر سبزی دانسته‌اند.

درخت من در جنگلهای شمال ایران و جنگلهای نواحی «بحرالروم» زیاد است وبیشتردرنقاطی به‌عمل‌می‌آیم‌که‌برای‌کاشتن درخت زیتون‌مناسب است. درایران مرا دراطراف منجیل، رودبار، شیراز، خرم‌آباد، شهبازان و

بین اصفهان ویزدمی‌بینید. درخت‌من سنبل جوانی، زیبایی و بکارت‌می‌باشد، سابقاً برای نوعروسان تاجی از شاخه‌های من درست کرده و برسر آنها می‌گذاشتند. قسمت مورد استفادهٔ‌من، برگ، میوه وبرجستگیهای روی‌ساقهٔ من است. ازچوب درخت‌من درمنبت‌کاری نیز استفاده می‌شود. برگهای من علاوه برآنکه همیشه سبز ومعطر است، مصرف درمانی داشته و به‌عنوان یکی ازداروهای ضدعفونی‌کننده ازقدیم به‌کاررفته است. چوب درخت‌من‌هم معطر می‌باشد.

برگ ومیوهٔ‌من که «آس‌دانه» نام دارد وهمچنین برجستگیهای روی ساقهٔ‌من که به «بنك‌آلاس» معروف است دارای جوهر مازو، یك مادهٔ تلخ و اسانس فراوان است. در برجستگیهای روی ساقهٔ‌من جوهرمازو زیادتراست‌و خواص درمانی‌آن بیشتر ازسایرقسمتهای من می‌باشد.

اثرضدعفونی‌کنندهٔ من‌بیشترمربوط به‌اسانسی‌است‌که دراعضای‌مختلف من، مخصوصاً دربرگ من وجوددارد. اسانس من دارای اثرضد عفونی‌کننده و ضدکرم است.

میوه‌وبرجستگیهای‌روی‌ساقهٔ‌من‌مقوی‌معده‌بوده‌وبه‌علت‌داشتن جوهر مازوقابض‌وضدخونریزی‌است. چکاندن‌آب برگ من درچشم‌جهت تسکین‌درد و برآمدن‌حدقه‌ودرمان تراخم‌وآبریزش‌چشم‌مفید است. چکاندن‌آب‌برگ من‌در گوش جهت تسکین درد وازبین بردن چرك آن مفید می‌باشد. مضمضهٔ آب جوشاندهٔ من مسکن درد دندان بوده و برای بی‌حسی لثه و زبان و زخم دهان و پیوره نافع است. بوییدن برگ من مقوی قلب ودافع خفقان است. خوردن میوهٔ من ورب‌آن جهت جلوگیری ازسرفه وخونریزی ریوی و درد ریه مفیداست. خوردن دانه‌های من‌مقوی معده‌است مخصوصاً اگربه‌صورت قاووت مصرف شود. این قاووت اسهال‌را بندمی‌آورد و چون دویست‌گرم آب برگ مرا باروغن زیتون بنوشند، مسهل‌خوبی جهت بلغم خواهدبود. بخور دانه‌های میوهٔ من‌دانه‌های بواسیر راساقط می‌کند. خوردن دانه‌های من حرارت ادرار و زخم مثانه وزیادی خون ماهانهٔ زنان را از بین می‌برد. عصارهٔ دانه‌های من بازکنندهٔ بول وحیض است. جوشاندهٔ میوهٔ من ترشحات بی‌رنگ زنانه را ازبین می‌برد وضماد برگ‌آن بواسیر و ورم بیضه‌رامعالجه می‌کند. شستن باآب جوشاندهٔ برگ‌من ورمهای‌گرم و امراض جلدی و زخمهایی‌که درکف دست وپا باشد از بین می‌برد. جوشاندهٔ ریشه، برگ و دانهٔ من در روغن برای تقویت مو وجلوگیری از ریزش‌آن سودمندمی‌باشد واز سفیدشدن موجلوگیری می‌کند. مالیدن جوشاندهٔ دانه‌های من‌درروغن،

به‌زیربغل و کشالهٔ ران مانع عرق‌کردن و دافع‌بوی بدآن است، مخصوصاً اگرسوزانده و در روغن بجوشانند. خاکستر دانه‌های من لکه‌های جلدی را ازبین می‌برد وچون میوهٔ مراباآب و برگ چغندر بپزند وبرسربمالند شوره را ازبین می‌برد وموخوره را نابود می‌کند وچون دانه‌های مراکـوبیده وبا آب باقلا خمیرکنند، و برلکه‌های صورت بمالندآنهارا زایل می‌کند. خوردن ومالیدن دانه‌های من جهت‌درمان گزیدگی عقرب نافع است. مقدارخوراك دانه‌های من یك‌مثقال و زیاده‌روی در بوییدن من سبب بی‌خوابی است. از میوه و برجستگیهای روی ساقهٔ من جهت معالجهٔ زخم معده استفاده کنید. برای ضدعفونی‌کـردن دستگاه تنفس، دارویی بهتراز بخور برگ مـن پیدا نخواهیدکرد ولی دربرنشیت حاد ونزله‌های خشك نباید ازآن استفاده‌کنید، بلکه باید تأمل نمایید تب‌قطع شود وخلط درسینه پیدا شود وبعدبرای ضدـ عفونی‌کردن ازاین بخور استفاده نمایید. اگرمبتلا به‌سرفهٔ خلطی هستید،این بخورابتدا سرفه راکم می‌کند وبعد بکلی ازبین می‌برد. غرغرهٔ جوشاندهٔمن برای ضدعفونی‌کردن گلو ودهان سودمندمی‌باشد. برای تقویت معده وضدـ عفونی‌کردن دستگاه‌گوارش بهتراست ازدمکردهٔ ۲۵درهزار برگ‌من‌استفاده کرده و روزی دوفنجان‌نوش‌جان نمایید. آب مقطربرگ وگل من قابض‌بوده وبرای معده مفیداست.

اسم من «نرگس» است!

بـوییدن گل من سردرد را تسکین می‌دهـد. اگـر می‌خواهید درزمستان از زکام درامان باشید، مرتب گل‌مرا ببویید. گرد پیاز مرا برروی زخم بپاشید تا آن‌را خشك‌کرده، ضد عفونی‌نماید. برای پاك‌کردن کك‌مك ازمن طبق دستور استفاده نمایید.

از فـریب نـرگس مخمور ولعل می‌پرست
حافظ خلوت‌نشین را در شراب انداختی

اسم من‌نرگس است. اعراب به‌من نرجس، فرنگیها نارسیس ویونانیان نرگیس گویند. تمام این‌اسامی ازفارسی ریشه‌گـرفته است. چون از گلهای خوشبو وقشنگ هستم، همه‌گل وپیاز مرا می‌شناسند وشعرای خـوش‌ذوق ایرانی، چشمان‌قشنگ‌وشهلا را به‌من‌تشبیه می‌کنند. من‌انواع واقسام پرپر وکم‌پر زرد وسفید دارم. به‌نوع کم‌پرمن «قدحی» گویند، چون مانند پیاله است وبه‌نوع پرپرمن مضاعف‌گویند واهالی شیراز به‌من «نرگس‌هفت‌زرده»

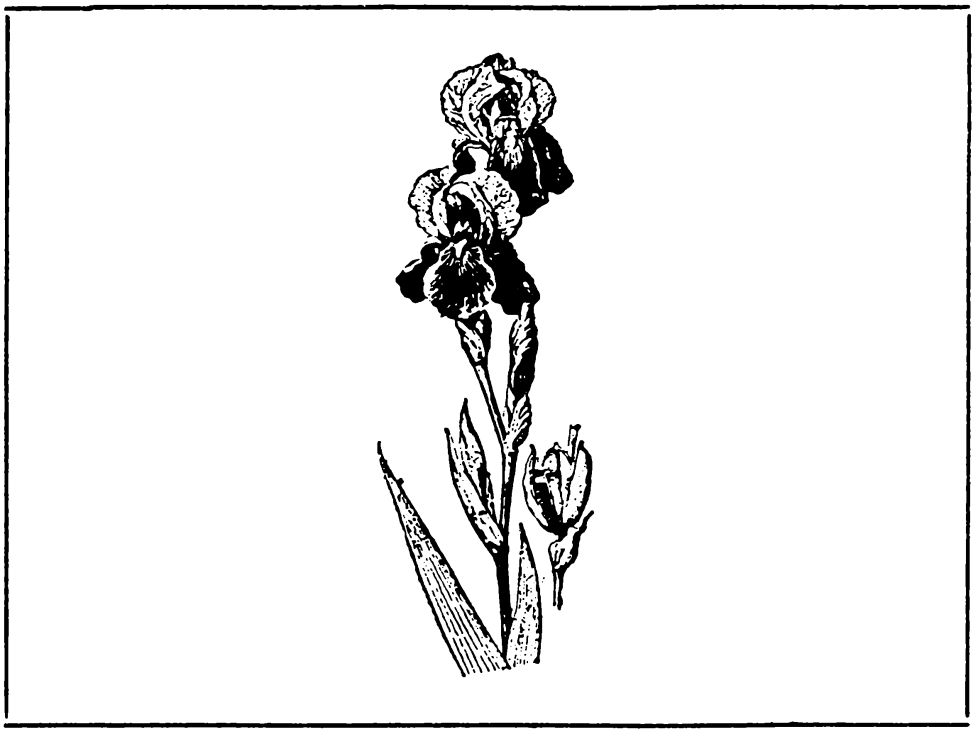
لقب داده‌اند. دروسط نوع سفیدرنگ من‌یك حلقهٔ زردرنگ قراردارد که بر زیبایی من افزوده است. «نرگس ژزوفین» و «نرگس یعقوبی» ازانواع دیگر من است. اگر در وسط پیاز نرگس نوع کم‌پرمن چهارقاش به‌شکل صلیب داده وآن‌را بکارید تبدیل به‌نوع پرپر می‌شوم. پیاز من قاعده‌آور بوده و خوردن‌آن ایجاد قی می‌کند. گل‌من ضدعفونی کننده‌ای قوی است. بوییدن آن سردرد را ساکت وگرفتگی دماغ را باز می‌کند و درمان زکام است. «جبرئیل بختیشوع» که از پزشکان واستادان دانشگاه قدیم جندی‌شاهپور بود، عقیده داشت که هرکس بخواهد در زمستان مبتلا به‌زکام نشود، بایستی بطور مداوم گل مرا بونماید.

ضماد پیاز من باعسل برای ناخنه و ورم پلك چشم تجویز می‌شود و برای رفع تشنج پلك‌چشم اثر بسیارخوبی دارد. اگر پیاز پختهٔ مرا با عسل بخورند، هرچه درمعده جمع شده باشد به‌صورت قی بیرون می‌آید. خوردن پیاز من زهکش رحم بوده وباعث افتادن جنین مرده است. خوردن شش‌گرم آن باعسل انواع کرم معده را از بین می‌برد ودرد رحم ومثانه را تسکین می‌دهد. برای تقویت شهوت ومعالجهٔ عنین بهتر است پیاز مرا سه‌روز در شیرگاومیش خیس کرده و بعد خشك نموده وسپس‌آن‌را ساییده وزیر شکم‌و اسافل ضماد نمایند. پاشیدن‌گرد ساییدهٔ پیازمن در روی زخمهای چرکی و آبکی آن‌را خشك و ضد عفونی کرده و دهانهٔ زخم‌را التیام می‌دهد و خون جراحات را بند می‌آورد. ضماد پیازمن باسرکه و عسل برای دمل و کورك بهترین مرهم می‌باشد. ضماد پیاز من باعسل جهت دردمزمن اعصاب و مفاصل ونقرس بهترین مسکن است وبرای رفع‌شکستگی پی‌ها و بندهابه‌کار می‌رود. ضمادپیازمن‌برای معالجهٔسوختگی تجویز می‌شود. برای‌معالجهٔ‌گری (داءالثعلب) و پاك‌کردن کك‌مك وآثار جلدی نیز می‌توان ازضماد من با سرکه استفاده کرد. گل من دارای تمام خواص پیازمن بوده ومقدارخوراك آن ۷/۵ گرم است. خوردن یك‌گرم بذرمن باشیرمحرك شهوت و ضماد آن باسرکه پاك‌کنندهٔ کك‌مك است.

سوسن‌آزاد

نام فارسی‌من سوسن‌آزاد است و بااینکه دارای پیازبوده و باگل‌زنبق که دارای‌ریشهٔ زیرزمینی نشاسته‌دار است نسبتی ندارم، معذالك عده‌ای به من زنبق رشتی‌هم گفته‌اند. عده‌ای هم به‌من فیلگوش لقب داده‌اند و این نام در زبان فارسی به‌چندگیاه‌مختلف اطلاق می‌شود. درکتب مختلف‌انواع

سوسنها را بازنبقها مخلوط‌کرده و اخیراً هم چندین نوع سوسن را از ژاپن به‌ایران آورده و پرورش داده‌اند. به‌هرحال من‌غیرازسوسن سفید و غیراز یاسمین هستم. پیازمن شبیه پیازنرگس بوده ودارای تمام خواص آن‌می‌باشد و عده‌ای از پزشکان و داروسازان قدیم پیازمرا در خواص، قوی‌تر ازپیاز نرگس می‌دانند.



من «زنبق» هستم!

فارسی من زنبك است ومعرب‌آن زنبق می‌باشد. در شهرهای مختلف ایران انواع مرا باسوسن، یاسمن ویاسمین اشتباه می‌کنند.

انواع من دارای یك‌ساقهٔ زیرزمینی نشاسته‌دار و برگهای شمشیری‌و گلهای رنگی معطر است. ساقهٔ من‌ساده بوده و کم‌منشعب می‌شود. گلهای من به‌رنگ آبی، بنفش و دربعضی از انواع زرد است. میوهٔ من کپسولی و سه‌خانه است. من دارای انواع واقسام می‌باشم‌که تاکنون سه‌نوع آن‌وارد کتب طبی ودارو شده‌است و هرسه دارای‌خواص یکسان می‌باشند. قسمت مورد استفادهٔ من برگ ، ساقهٔ زیرزمینی است که به‌فارسی به‌آن بیخ زنبق گویند. مقدار ویتامین «ث» در برگ من به‌قدری زیاد است که بعضی از کارخانه‌های داروسازی‌آن‌را از برگ من استخراج می‌کنند.

ساقهٔ زیرزمینی مرا بایستی درماه‌مرداد از زمین بیرون آورده، ریشهٔ آن‌را برید وپوست‌آن‌را تراشید و بعد درآفتاب خشک‌کرد. این‌ساقه چون بوی بنفشه می‌دهد، عده‌ای به‌غلط‌آن رابه‌عنوان بیخ‌بنفشه می‌شناسند. این ساقه دارای تانن، صمغ، نشاسته وچندعامل دارویی است. هنگامی‌که تازه است بوی‌آن‌مطبوع‌نیست، ولی‌بعداً بوی بنفشهٔ مطبوع پیدا می‌کند.مقدار کم‌آن ملین ومقدار زیادآن مسهل است. گردکوبیدهٔ‌آن درساختن‌گرددندان به‌کار می‌رود. دمکردهٔ‌آن درسیاه‌سرفه وتنگ‌نفس بطور دمکرده یا جوشانده تجویز می‌شود. اگرقطعه‌ای ازبیخ مرابه‌بچه بدهیدکه‌آن‌را بمکد، دندان‌او زودتر وراحت‌تر بیرون می‌آید.

گلهای مرا به‌علت قشنگی وعطر خوشبویی‌که دارد بطور زینتی می‌کارند و در نواحی شمال ایران مخصوصاً گرگان و موستانهای قزوین بطور خودرو فراوان است. نوع عطری من‌که دارای گلهای بزرگ خوشبو است، درمغرب ایران واطراف قصرشیرین زیاد می‌روید. یك نوع من دارای گلهای زرد رنگ بوده ودراطراف رشت فراوان است‌که قدآن به پنجاه‌سانت تایك‌متر می‌رسد.

مقدار خوراك‌گردکوبیدهٔ من‌پنجاه‌سانتی تایك گرم است.

گل اسبك

من‌نوعی زنبق‌هستم‌که در دامنهٔ‌البرز، شمیران، بین‌اصفهان وشیراز، نزدیك بوشهر، اطراف اهواز و آذربایجان ـ بین، اشتران کوه لرستان، قلعهٔ رستم و درهٔ سیلوانی ودربند ونیزاطراف مشهد و تربت جام می‌رویم و درگروس‌وتهران به‌من«گل اسبك» می‌گویند. من‌دارای گلهای‌گلی‌رنگ و دانهٔ‌کروی هستم وبیخ‌من مقوی و قاعده‌آور است.

اسم من «نیشکر» است!

من دارای انواع و اقسام هستم. اثـر ضد سم دارم. برای مبارزه باضعف، ازمن استفاده ببرید. خـوردن مغز نـوع خیزران مـن، پیشرفت سرطان را متوقف می‌کند. ضماد سوختهٔ نوعی دیگراز مـن بـرای باد سرخ مفیداست. و اگر برگ نورستهٔ آن را در آب خیسانـده بنوشید، از خـونریـزی سینه جـلوگیری می‌کند...

فارسی من نیشکر و عربی‌آن «قصب‌السکر» است ودر دنیای گیاهان، نباتات قنددار مثل انگور وخرمازیاد است، ولی هیچکدام مقام من وچغندر را درتهیهٔ قند ندارند. من‌تاقرن نوزدهم‌که استخراج قند ازچغندر کشف‌شد، یگانه منبع تهیهٔ قند وشکر بودم. من انواع واقسام سفید وسرخ دارم. برای استخراج‌قند ازمن، معمولاً ساقه‌ی مرا ازنقطهٔ مجاور زمین قطع‌کرده وآن‌را تکه‌تکه نموده تحت فشار، شیرهٔآن‌را گرفته وپس ازتصفیه‌آن‌را غلیظ کرده می‌گذارندتاشکرآن متبلور شود. ازپساب‌آن‌که درحقیقت ملاس من‌می‌باشد،

پس ازتخمیر مشروباتی به‌نام «رم»و «تافیا» درست می‌کنند. عده‌ای گیاه‌مرا بخیل و خودخواه دانسته و معتقدند من درهرکجاکاشته شوم، تمام اراضی مجاور را تصرف‌کرده وبه‌هیچ گیاهی اجازهٔ رشد ونمودرجوار خودنمی‌دهم، در نتیجه کشاورزان و ساکنان محل دچارکمبود مـوادغذایی شده از بین می‌روند. این‌اتهام روزی به‌من زده می‌شدکه سودجویان به‌کشت‌ه‌ن‌مبادرت کرده و بـرای بدست آوردن محصول بیشتر، از کشت غـلات و سبزیجات، جلوگیری‌کرده وتمام اراضی را به‌کشت من اختصاص داده بودند.

نی من برخلاف نیهای دیگر توپر بوده وبعضی از انواع من نرم و شیرین و لطیف بوده وجرم‌کمتر داشته وقابل خوردن است.

باشکر وشیرهٔ من علاوه برساختن انواع شیرینی وشیرین‌کردن غذاها و نوشابه‌ها، داروهارا نیز شیرین‌کرده و درمداوای بیماران از شکر و قند استفاده می‌شود ومخصوصاً شربتها و پاستیلهایی‌که‌برای درمان انواع‌سینه‌ـ درد و ضد سرفه ساخته می‌شوند، به‌آنها شکر فراوانی می‌زنند.

شکر ضدسم‌نیز بوده و پادزهر املاح سرب ومس می‌باشد وچنانچه‌با ترکیبات سیانور مخلوط شود، اثر این سم مهلك را خنثی می‌کند و به‌همین دلیل بودکه وقتی سیانور را به‌شیرینی زده وبه‌راسپوتین خوراندند، سم در بدن اواثر نکرد وعده‌ای آن‌را به‌معجزه و کـرامت اونسبت دادند. شکر، معده‌را نرم می‌کند و رطوبات‌آنها را ازبین می‌برد. زود جذب بدن شده و باعث تقویت سریع می‌گردد. بادشکن‌بوده ومقوی شهوت است. درمواقع ضعف مفرط هیچ‌دارویی چون شکراثرآنی ندارد. مکیدن نبات و آب‌نبات، جهت تسکین سرفه وازبین بردن سختی سینه سودمند بوده وباآب‌گرم‌جهت گرفتگی صداکه دراثر سرماخوردگی باشد مفید است.

نوشیدن‌آب تازهٔ‌نیشکر، سینه، گلوومعده را نرم می‌کند وبعدازهضم غذا باعث نرمی شکم شده، ثقل را ازبین می‌برد. ولی بلافاصله بعداز غذا نوشیدن آن خوب نبوده، تولید بلغم ونفخ وقراقر می‌کند.

علاوه برشکر در روی نی‌من، یـك مادهٔ مومی وجود دارد کـه در کارخانه‌هاآن‌را استخراج‌کرده وبه‌جای موم‌مصرف‌می‌کنند. سرمه‌کردن‌این موم جهت‌جلای چشم مفیداست.

انواع نی

فارسی ما (نی) است. به‌ما نای‌هم می‌گویند. عربی ماقصب و غاب بوده وترکی ماقمیش است. ما انواع واقسام‌توپر، توخالی، ضخیم، باریك،

کوتاه‌وبلند داریم‌و باانواع ما فرش حصیری، حصیر پرده‌ای، سبد و نی‌لبك می‌سازند. نوع مرغوب ما خیزران‌است‌که باآن صندلی ومبل‌هم‌می‌سازند. بعضی‌ازانواع ما دارای موادقندی نشاسته‌ای می‌باشند، ولی‌تاکنون فقط از انواع نیشکرقنداستخراج شده و ازانواع دیگرقند گرفته‌نمی‌شود. معروفترین انواع ماکه درایران می‌رویند عبارتند از:

۱ـ نی‌باتلاقی

که ساقهٔ بلند آن به‌مصرف علوفهٔ حیوانات می‌رسد ودر غالب اماکن مرطوب و سواحل رودخانه‌ها به‌عمل می‌آید.

۲ـ نی‌بوریا

بیش از صد نوع دارد و در اراضی مرطوب شنی به‌عمل می‌آید. از ساقهٔ آن فرشهای مخصوصی به‌نام حصیر یا بوریا می‌بافند و به‌آن سازوخونك، سمارالحصر کربه و کرته هم می‌گویند. فرش حصیر گرما را به‌خود نمی‌گیرد و همیشه خنك و سرد به نظرمی‌رسد، خواباندن بیماران تبدار روی حصیر درپایین‌آوردن تب‌آنها مؤثراست.

۳ـ نی‌خیزران

قامت من به ۲۰ تا۲۵متر می‌رسد. در ساقهٔ من مقدار زیادی سیلیس وجود دارد و همین امرباعث شده است‌که استقامت زیادی پیداکرده وبا آن صندلی و مبل‌هم می‌سازند. در مغز خیزران املاح منیزی نیز به‌حد وفور وجود دارد و به همین جهت به‌آن طباشیر هندی و«طباشیرقلم» می‌گویند. خوردن مغزخیزران سرطان را ترمزمی‌کند.

۴ـ نی رومی

در اطراف تهران، دوشان تپه و نواحی البرز، در کوههای اطراف کرج، دربعضی از نقاط شمال، شهبازان و همچنین در اطراف مسجد سلیمان و بلوچستان زیاد می‌روید. به‌آن غاب رومی و غاب‌بلدی و نی‌دوناکس هم می‌گویند. قسمت مورد استفادهٔ آن ساقه‌های زیرزمینی است‌که نوشیدن جوشاندهٔ‌بیست درهزارآن شیر رادرپستان خشك می‌کند، وبا آن داروهایی به‌همین منظور می‌سازند.

۵- نی‌نهاوندی

من از خانوادهٔ نی نمی‌باشم، بلکه از خانوادهٔ جنتیانا هستم. ریشهٔ من مقوی بوده و خاصیت تب‌بردارد. به‌من جراته هم می‌گویند. عربی من «قصب‌الذریره» است. گیاه من باریك و بلندبوده، و گل من شبیه گل بنفشه است. در جوف من چیزی شبیه پنبه و تارعنکبوت بوده و لعابدار است و طعم آن گس می‌باشد. رنگ ظاهر ساقه‌های من سرخ مایل به زردی است، و دونوع کوچك و بزرگ دارم و درفارس وکهکیلویه زیاد می‌رویم. عرق من بازکنندهٔ گرفتگیها و مقوی دل و جگر می‌باشد. درمان خفقان واستسقا و دردسینه وکبد ورحم‌است. سختی وقطره‌قطره آمدن‌ادرار رامعالجه می‌کند، ورمها را ازبین می‌برد و شکاف بیخ‌ران را التیام می‌دهد. جوشاندهٔ آن با تخم‌کرفس جهت درمان جنون‌وامراض‌کلیه ورفع سرفهٔ کهنه و دردکبد تجویز می‌شود. نشستن‌درجوشاندهٔ آن جهت درد رحم مؤثراست، استنشاق دود آن جهت سرفهٔ خلطدار سودمند است. پاشیدن گردکوبیدهٔ آن جهت خوشبوکردن زیربغل و خشك‌کردن عرق آن نافع است، سرمهٔ آن جهت جلای چشم و تقویت بینایی مفیداست.

۶- نی‌قلم

به‌من نی‌کلك هم می‌گویند. بهترین نوع من در قریهٔ واسطه از روستاهای شوشتربه‌عمل می‌آید. رنگ آن سرخ و تیره است. از من بهترین نوع قلم، برای خوش‌نویسی می‌سازند.

خواص دیگرنی‌ها مالیدن‌سوختهٔ نی‌به‌دندان باعث سفیدشدن‌آن‌و مانع خونریزی لثه می‌شود. سرمهٔ‌آب برگ آن‌جهت از بین بردن لکه‌های سفیدی چشم تجویز شده است، خوردن ساییدهٔ برگ من باعسل جهت سرفه سودمند است و چون برگ نورستهٔ مرا در آب خیس‌کرده و پس ازکوبیدن صاف نمایند، نوشیدن‌آن ازخونریزی سینه جلوگیری می‌کند. ضمادسوختهٔ نی جهت خارش ـ جرب وزخمهای چرکدار مفید است. ضماد برگ تازهٔ نی جهت بادسرخ و ورمهای گرم سود فراوان دارد. ضماد بیخ‌کوبیدهٔ من‌باسرکه مسکن دردکمر و اعصاب است، پاشیدن کوبیدهٔ نی‌نیم‌رس از خونریزی جلوگیری می‌نماید. خضاب بیخ سوختهٔ من باحنا جهت رویاندن موو بلندی آن مفید می‌باشد.

چنانچه گل‌نی درگوش رود، به‌علت چسبندگی‌که دارد باعث سنگینی آن خواهد شد.

تباشیر

همانطورکه خیزران درمعرفی خودگفت، به‌مغزنوعی ازآن‌که‌جسمی فوق‌العاده سفید است، تباشیرهندی یا تباشیرقلمی می‌گویند.

اعراب تباشیر راطباشیرمی‌نویسند وبه‌کنایه هرشیء سفید رادراد‌بیات تباشیرگویند. چنانکه سفیدی صبح‌را تباشیرگفته‌اند. تباشیر قلمی‌که ازجوف نوعی خیزران به دست می‌آید، ترکیبی از سیلیکات منیزی است. پیشینیان را عقیده برآن بودکه اگرمقدارکمی از آن را درکوزهٔ آب بریزند، آب آن بهتر رفع عطش می‌کند. مقوی قلب و مسرت آفرین بوده و خـوردن آن با سکنجبین جهت ازبین بردن وحشت و غم و اندوه تجویز شده است، مسکن معده وجگربوده و مسکن التهاب عطش‌است، صفرابر ودرمان اسهال خونی است. ضماد آن با عسل ورمهای چشم را ازبین می‌برد و مکیدن آن جوش دهان اطفال را درمان می‌کند.

در داروسازی جدیدبه‌گربنات منیزی‌که شباهت به‌تباشیردارد، تباشیر فرنگی لقب داده‌اند. فلزمنیزی‌درسبزینهٔ‌گیاهان به‌جای آهن درخون انسان است. املاح‌منیزی مسهل بوده ومقدارکم‌آنهاملین‌است،کبدرا پاك ومجاری دفع سموم را لاروبی می‌کنند وبهترین نقش‌آنهاجلوگیری ازپیشرفت سرطان بوده وترمزسرطان لقب‌گرفته‌اند.

اسم‌من «تخم‌مرغ» است!

درمن ۳۵ عنصر مختلف جمع‌آمـده است. از زردهٔ من برای حفظ حافظهٔ خـود استفاده برید. در رشد اطفال‌نقش مؤثری دارم.اگرازمرض قندرنج‌می‌برید به‌سراغ من بیایید. برای زخم معده مفیدم وقوای‌از دست‌رفته راجبران می‌کنم...

فارسی من تخم مرغ است. به‌من مرغانه‌هم می‌گویند. اعراب به‌من «بیض» و ترکان «یومورتا» گویند. من یکی ازمواد غذایی انسان هستم‌که از ابتدای خلقت مـورد استفاده قرار گرفته وروز بروزمصرف من‌در ایران وسایر کشورهای جهان زیادتر می‌شود. دسته‌ای ازگیاهخواران با اینکه از خوردن‌گوشت پرهیز می‌نمایند خوردن مـرا جایز دانسته و در حقیقت مرا نایب‌مناب گوشت‌کرده‌اند. من‌یکی ازغذاهای مفید وکامل بوده و خوردن من برای حفظ تندرستی ودرمان‌پیشگیری،اثری ارزنده دارد، زیرامن‌دارای مواد سفیده‌ای، مواد معدنی، ویتامینهای‌گوناگون، موادآلی، موادچربی و کمی قند بوده و در ساختمان من ۳۵ عنصرمختلف دیده شده است.

مـواد سفیده‌ای در سفیدهٔ من به‌صـورت محلول و در زرده به حالت ترکیب با مواد چربی‌است وتاکنون شانزده نوع مواد سفیده‌ای درمن کشف کرده‌اندکه‌این شانزده نوع مواد سفیده‌ای، می‌توانند قسمت‌اعظم احتیاجات بدن انسان رابرای رشد ونموونوسازی عضلات تأمین نمایند. چربی‌موجود درزردهٔ من، ازعالیترین وسودمندترین انواع چربیها بوده وپرارزشترین‌آنها لیسیتین نام دارد که غذای اصلی شبکهٔ عصبی بدن انسان بوده و وجودش برای حفظ حافظه، قوای تفکرودستگاه توالد و تناسل‌لازم‌وضروری است.

یکی از اسراروجود من این است‌که با اینکه دارای کلسترل بوده و قاعدهٔ بایستی چربی خون را زیادکنم، خوردن‌من سبب افزایش فشار خون نمی‌شود، زیرا نوعی‌چربی درمن وجود داردکه خاصیت‌آن پایین‌آوردن‌فشار خون است و بدهمین جهت است که خوردن من فشار خون را بالا نمی‌برد. زردهٔ من دارای فسفرزیاداست. من دارای‌کلسیم زیاد ومقداری منیزی، کلر، پتاسیم، سدیم، گوگرد وآهن می‌باشم.

من دارای ویتامینهای محلول در چربی مانند ویتامینهای «آـ دـ ای وکا» بوده و چنانچه در آفتاب قرارگیرم، مقدار ویتامین (د) در من‌دوبرابر می‌شود ونیزدارای ویتامین «ب۱، ب۲، پ، وب۱۴» هستم.

اسیدپانتونیك نیز در مـن زیاد بـوده و خوردن من مانع ریـزش مو می‌باشد. زردهٔ من دارای‌هورمونهای جنسی وهورمونی‌شبیه انسولین بوده وخوردن من برای‌مبتلایان به‌مرض قند سود فراوان دارد. من به‌رشداطفال کمك‌کرده و بلوغ را جلو می‌اندازم و شیر مادران را زیاد می‌کنم. خام من برای رشد، اثر بیشتری دارد. سفیدهٔ من به‌صورت خام قابل مصرف نیست، ولی پختهٔ‌آن مناسب ومفیداست. زردهٔ من چه‌به‌صورت خام و چه به‌صورت پخته درمعده توقف کوتاهی داشته وترشحات معدی را زیادمی‌کند وبه‌همین جهت است‌که خوردن آن قبل‌ازغذا اشتها را زیاد می‌کند.

من‌درحرارت ورطوبت زیاد فاسد می‌شوم وشستن من باعث می‌شود، که زودترفاسد شوم، ولی‌درهوایی‌که‌کمی‌مرطوب باشد دیرترفاسد می‌گردم. اگر مرا در مجاورت سبزیها مخصوصاً پیاز و سیب‌زمینی و میوه‌هایی مانند سیب ومرکبات قراردهید، پس‌ازچند روزآنها را فاسد و متعفن می‌کنم واین به‌علت گازگوگردی است‌که به‌تدریج از من صادر می‌شود، بنابراین توصیه شده است‌که مرا ازآنها دور نگه‌داشته و دریخچال نیز جای من ازمیوه‌ها و سبزیها مجزا شده است. پوست من دارای املاح‌کلسیم وفلزات دیگری‌است که‌قبلا به‌آن اشاره‌گردیده. در زردهٔ من بیشترودرسفیده، مقداری انزیمهای

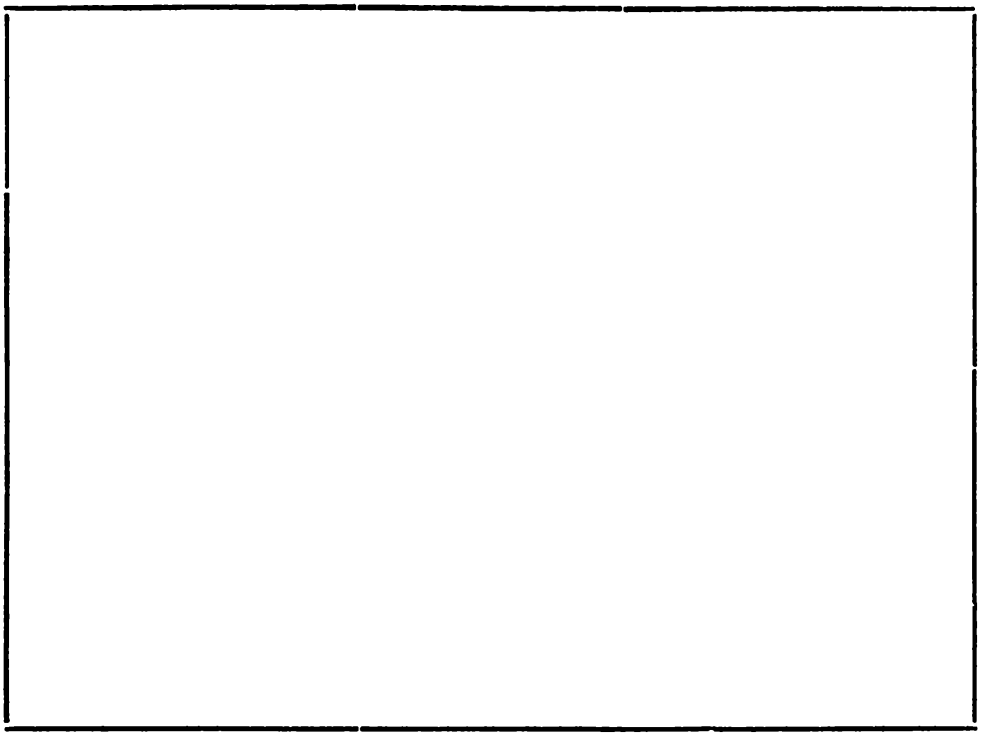
مختلف ودیاستازهای مفید وجود دارد. زردهٔعسلی من غذاییت بسیار داشته وفضولات آن‌کم است. مقوی دماغ و بدن بوده، شهـوت را زیاد می‌کند. خلط را ازبین‌می‌برد وسینه را نرم‌کرده وازسرفه‌های خشك جلوگیری‌می‌کند ومانع خونریزی‌ازسینه ومعده می‌شود و برای زخم معده وکلیه ومثانه‌مفید است. برای‌کسانی‌که خون زیادی ازآنها رفته و دچارضعف شده‌اند، غذایی بهتراز زردهٔ تخم مرغ برای آنهانیست وچون به‌زردهٔ من‌کمی‌فلفل‌زده و آن را نیم برشته نمایند، برای زیاد شدن شهوت مؤثراست. خوردن زردهٔ خام، پادزهرخوبی است، وبلعیدن آن آواز را بازمی‌کند.

زیاده روی درخوردن من مضر معده بوده وباعث پیدا شدن سنگ در کلیه‌ومثانه وایجاد زخمها وضایعات جلدی ویکی‌ازعلل پیدایش‌گل‌مژه است. عسلی من برای اطفال می‌تواند جانشین شیرمادر شود، پختهٔ سفت شدهٔ من دیرهضم، مخصوصاً دراشخاص رطوبتی‌است. خوردن من باکندر جهت رفع سرفه وباتخم‌کتان جهت تنگ‌نفس وباکمی نمك همراه باکندروانزروت برای چاق شدن‌اشخاص‌لاغروباخون سیاوشان جهت اسهال وپیچش دل وباتباشیر- قلمی جهت بند آمدن خون، تجویز شده است. همچنین خوردن من همراه باسماق و مازوجهت اسهال نافع‌است. پختهٔ من باسرکه شکم راجمع‌می‌کند، وبرای معده مفید است. ضماد زرده و سفیدهٔ من همراه با برگ گل بابونه، جهت ورم‌چشم و ورم‌بیضه‌ونشستنگاه و باموم جهت نرم شدن جمیع ورمها ونرمی اعصاب مفید است. مالیدن پختهٔ من‌مخلوط باز عفران جهت تسکین درد و ورم بواسیر و باعسل جهت برطرف شدن کك‌مك وآثار سیاهی‌جلد وبه تنهایی‌جهت شقاق (ترك نشستنگاه) نافع است و چون چهار تا پنج عدد زرده را بازیرهٔ کرمانی وگل بابونه پس‌ازکوبیدن مخلوط‌کرده، برپارچهٔ‌آب ندیده بمالند و آنرا روی‌آتش‌ملایم‌گرم‌کرده، برکمر ببندند دردآن راتسکین می‌دهد و چون زرده را گرم‌کرده روی دمل بگذارند و روی آن پارچه‌ای بچسبانند، باعث سربازکردن‌آن شده و زخم آن را التیام می‌دهد.

مالیدن زرده وسفیده برصورت جهت درآمدن‌ریش وبرسرجهت‌تقویت مو مخصوصاً موهای خشك‌سودمند می‌باشد، سفیدهٔ من غذائیت زیاد داشته وکمی دیر هضم است وخوردن آن با آردجو برای جلوگیری از خونریزی معده وسینه مفیداست. ضمادآن جهت درد چشم‌وزخمهای بدخیم وسوختگی آتش وآب جوش مفید بوده،ازتاول زدن جلوگیری می‌کند. مالیدن‌آن مانع آفتابزدگی‌می‌شود. پوست سخت‌بیرون‌مرا اگرکوبیده برروی زخم بپاشید، آن‌را ضد عفونی می‌کند و اگر در سوراخ بینی بریزند، خون دماغ را بند

می‌آورد وپاشیدن آن جرب و خارش را درمان می‌نماید.

برای‌شناسایی تازگی وکهنگی من‌کافی است یك محلول دوازده در- صدآب‌نمك را در یك لیوان ریخته و مرا در آن بیندازید، اگر در ته‌لیوان عمودی ایستادم، تخم مرغ روزبوده وتازه می‌باشم، اگروسط محلول معلق ماندم، دو تا سه روز از عمر من می‌گذرد و اگربالا آمده، در سطح محلول غوطه‌ورشدم، بیش‌ازچهار روزازعمرمن می‌گذارد، واگر روی محلول افقی افتادم، بسیارکهنه‌وفاسدمی‌باشم. این‌روزها تخم مرغ خشك‌کرده وتخم‌مرغ منجمد شده هم وارد بازار شده و بدنیست بدانید که خشك‌کردن تخم مرغ درقدیم هم بین چینیها معمول بوده است.



من «آب معدنی حسنك» هستم!

من آب‌معدنی‌حسنك بوده، به‌من آب‌معدنی‌کچسرهم می گویند. زادگاه من بین کرج و کچسر، شش کیلومتر به کچسر مانده‌است‌ودرسمت راست‌رودخانهٔ کرج می‌باشد و به رودخانهٔ کرج می‌ریزم ومانندصدها آب معدنی دیگرایران به‌هدر می‌روم. چشمهٔ من درته دره‌ای در شرق‌کوه اسفندك و هزاربند قرار گرفته است.

من جزوآبهای معدنی سرد و گازدار بوده و دارای املاح سدیم و کلسیم هستم‌وبه‌علت‌نداشتن املاح زیاد، گوارامی‌باشم.

نوشیدن من جهت‌کلیه ومثانه مفید بوده، ادرار را زیاد و سموم بدن را دفع می‌کند، به‌مقدار کم صفرابربوده و املاح صفراوی و سنگ کیسهٔ صفرا را به‌حرکت درمی‌آورم، نوشیدن من برای از بین بردن

سنگهای کلیه ومثانه وهمچنین برای مبتلایان به نقرس، درد مفاصل، حالات تشنجی، تورم کبد ورفع تشنج بسیار سودمند می‌باشد، خوردن من بعدازغذا به‌هضم‌آن کمك می‌کند. آشامیدن من برای مبتلایان به‌پروستات ومبتلایان به فشارخون منع شده است. مبتلایان به‌سنگ صفرا چنانچه دارای سنگهای بزرگ بوده و سنگ به‌حرکت درآمده باشد اگر مقداری ازمن بنوشند، ممکن‌است مبتلابه‌دردهای ناراحت‌کننده شوند. من‌همانندآب معدنی«اویان» درفرانسه بوده، ولی مردم ایران برخلاف فرنگیها قدرمرا ندانسته و ازمن استفاده نمی‌کنند.

اسم من «کاهو» است!

از رقت خون‌جلوگیری می‌کنم. از سفید شدن مو و ریختن‌آن ممانعت می‌نمایم. محرک‌اشتهاهستم. رنگ چهره را باز می‌کنم وبهترین دارو برای امـراضی هستم‌که ریشهٔعصبی دارند. زیاده‌روی درمصرف من ایجاد مسمومیت می‌کند. برای‌بی‌خوابی‌مفیدم...

گرتورا خون رقیق است وکشی رنج وعذاب
هیـچ دارو اثرش بیشتر از کاهــو نیست

دعاکنید که هیچگاه سفرهٔ شما خالی از کاهـو نباشد. فارسی‌من‌کاهو است، به من«کوك» هم می‌گویند. عربی من «خس» است و ترکان «خاس» گویند. من انـواع و اقسام بیابانـی و بستانـی دارم و در اثر تربیت و پرورش، نژادهای مختلفی از من بوجود آمده است. چندین نوع کاسنی و کلم را نیزبه‌شکل من درآورده به‌صورت سالاد مصرف می‌نمایند. من دارای انواع‌پیچ،بهاره، تابستانه، پاییزه‌و زمستانی هستم، بطوری‌که درتمام‌فصول سال، بازار اروپا از انواع من خالی نیست و درایران نیزنژادهای متعددی

ازمن به بازار می‌آید.

انواع من دارای ویتامینهای «آ» و «ب» بوده و سرشار از ویتامین «ث» می‌باشد و به‌همین جهت ضد رقت خون بوده و سازندهٔ خـون صالح می‌باشم و این گفتهٔ امـام هشتم (ع) دارای اهمیت است که به‌شیعیان خود توصیه فرمودندکه تامی‌توانیدکاهو بخورید... چه‌کاهو رقت خون را ازبین برده و بهتر از سایر سبزیها خون را تصفیه می‌نماید. این کلام امام ازآن جهت‌حائزاهمیت‌است که‌بیش‌ازهزارسال‌قبل‌از کشف‌ویتامین«ث»بیان شده‌است.

انواع من‌سرشارازاملاح‌آهن، کلسیم، منیزیم،منگنز، ید، روی، سدیم و مس می‌باشد. و بعلت داشتن مس است که خوردن آن خارش دهانه‌های رحم را ازبین‌برده و ازترشحات بیرنگ زنانه‌جلوگیری می‌نماید.

به‌علت داشتن املاح فراوان مخصوصاً منگنز و روی، خوردن آن‌از سفید شدن موجلوگیری می‌نماید ومانع ریزش مومی گردد.

من اشتها ر اتحریك می‌کنم و چنانکه قبل از غذا مرا باکمی سرکه و ادویهٔ مناسب میل‌نمایید، غدد دستگاه‌گوارش راتحریك‌کرده و باعث ترشح عصیرمعدی شده و درنتیجه به‌هضم غذایی‌که بعدآخورده شودکمك فراوان می‌نمایم. مخصوصاًاگرمرا خوب جویده و باآب بذاق دهان مخلوط‌کرده و فروبرنـد. روی همین اصل است‌که غـذا شناسان توصیه می‌کنندکه همیشه سالادکاهو را قبل ازغذا باید خـورد و یا همراه غذا و در اینجا من به‌شما سفارش می‌کنم‌که هیچگاه بعد ازغذا سالادکاهومیل ننمایید، چه این یکی از بدترین روش مصرف غذایی است و ایجاد ناراحتیهای معدی می‌نماید.

من‌خنك بوده وتشنگی‌را تسکین‌می‌دهم. رنگ وقیافه را بازمی‌نمایم، یرقان را معالجه می‌کنم ومجرای طحال را باز می‌نمایم. من مسکن اعصاب بوده،اضطراب وتشویش ودلهره راازبین‌می‌برم، وبهترین دارو برای‌امراضی هستم‌که ریشهٔ عصبی دارند.

درتمام اعضای‌بدن من‌ازقبیل‌برگ، ساقه، و ریشه یك شیرابه جریان داردکه چون‌گیاه من به‌تخم بنشیند، این شیرابه زیادتـر می‌شود و مقدار آن درانواع بیابانی من بیشترازانواع بستانی است. اگرساقهٔ مرا تیغ‌زده و یا آن‌را قطع نمایند و این شیرابه را گرفته در حرارت آفتاب خشك نمایند ماده‌ای به‌دست می‌آیدکه به‌افیون‌کاهو معروف است.

درداروسازی‌جدید به‌این‌افیون «لاکتوکاریم» می‌گویند. دارای‌چندین عامل دارویی،کمی‌کائوچو و قندی شبیه قند شیرخشت است و درآن مقدار قابل ملاحظه‌ای ویتامین «ای» ملاحظه می‌شود وبه‌همین جهت‌است‌که‌برای

مغزمفید بوده وشهوت رامتعادل‌می‌سازد وازاحتلام وشهوت زیاد جلوگیری می‌کند واین خاصیت‌کم وبیش درکاهو هم وجود دارد.

زیاده روی درخوردن‌آن‌ایجاد مسمومیت‌کرده و دردستگا، تنفس‌تولید ضعف می‌نماید و سرانجام باعث خفقان، سرگیجه، فلج قلب و احساس صدا درگوش می‌شود، برای جلوگیری از تحریکات عصبی و تسکین دردقاعدگی بهترین مسکن است.در بیماریهای اطفال مخصوصاً سرفه و برنشیت اطفال، سودمند می‌باشد.

این خواص درمن اززمان جالینوس‌شناخته‌شده وآن‌حکیم که‌خودمبتلا به بی‌خوابی بوده است باخوردن‌کاهو معالجه شده است.

من مسکن فشار خون و درمان یبوست صفراوی و سودایی و برطرف کنندهٔ التهابات و تشنگی و دافع خماری بوده و مانع مستی می‌شوم، کمی خواب‌آور وملین‌بوده وپیشاب‌آور می‌باشم. این خاصیت درنشستهٔ من بیش ازشستهٔ من‌است، ولی چون‌کاهو را بیشتر بـاکود حیوانی تقویت می‌کنند، خوردن‌نشستهٔ‌آن به‌هیچوجه‌صلاح‌نیست. خوردن برگ‌من‌جهت رفع‌خارش، جذام، جنون، یرقان، درد پستان و تبهای گرم وزخم مثانه و مجاری بول و برانگیختن اشتها سودمند می‌باشد. من درد معده را تسکین می‌دهم، من مواد قندی وچربی زیاد ندارم وخوردن من‌کسی را چاق نمی‌کند وپختهٔ من غذاییت بیشتری دارد. مرابرای معالجهٔ درد سینه وزیادشدن شیرتجویز کرده‌اند. زیاده روی درخوردن من شهوت راکم می‌کند وبرای مبتلایان به تنگ‌نفس خوب نیست. سوختهٔ من‌جهت‌التیام جراحات به‌کارمی‌رود، عصارهٔ برگ و ساقهٔ من‌که در داروسازی به‌نام «تریـداس» معروف است، یکی از مواد خواب‌آور ومسکن بوده، وضررسایرمواد مخدر را ندارد و چنانکه از کاهوی بیابانی‌گرفته شود، خواص دارویی‌آن بیشتر بوده وتمام منافع‌کاهو را به‌حد زیاد دارد. مالیدن‌آن برسرمانع ریزش موبوده وگذاشتن‌آن‌برمحل نیش حشرات، پادزهرسموم‌آنها می‌باشد.

ضماد پختهٔ من با کمی روغن زیتون، برای معالجهٔ بادسرخ، دمل، کورك و ورم چشم نافع‌است. بذرمن به مقداریك قاشق‌قهوه خوری، برای معالجهٔ تنگ نفس وسینه پهلو ونزله مفید بوده، خواب‌آور ومسکن است و خوردن آن برای قطع‌احتلام وضعیف نمودن و متعادل ساختن شهوت به‌کار می‌رود. آب برگ من دارای همان خواص بذرمن می‌باشد.

کاهوی بیابانی

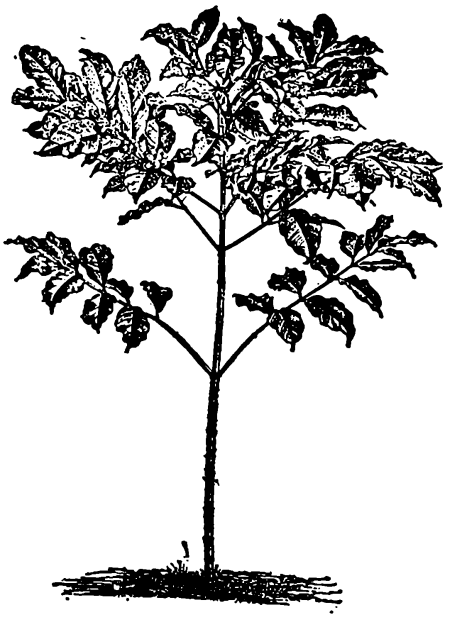
اسم من کاهوی بیابانی است. به من خس بری، کاهوی خرگوش، کاهوی خودرو هم می گویند.

زیاده روی درخوردن من اثرسمی دارد. من آرام کننده، ضدتشنج، ملین وخواب آور هستم، پیشاب را زیاد می کنم و بیشتر مراجهت رفع یرقان تجویز می نمایند.

کاهوی دریایی

من با اینکه جزو آلکهای دریایی هستم، به علت شباهت زیادی که به کاهو درشکل وطعم دارم، به من کاهوی دریایی می گویند و مانند کاهو خام وپخته خورده شده، ودرسالاد ازمن استفاده می شود. دارای انواع مختلف هستم که بعضی از انواع من در آب شیرین و بعضی در آب شور به عمل می آیند، به علت سرشار بودن از املاح معدنی، مخصوصاً «ید» دررفع گرسنگیهای پنهانی املاح معدنی نقش مهمی داشته، ضد گواتر وضدسرطان می باشم، اینك چندسفارش دیگر برای شستن کاهو: بهتر است آنرا برگ برگ کرده در آبی که چند قطره سرکه به آن افزوده اند خیس کرده، و با آب تمیز آن را شسته وبگذارید درهوای آزاد کمی بماند.

اگر لاغر هستید ومی خواهید چاق شوید، به جای سرکه، روی سالاد کاهو سکنجبین بریزید و کاهو را همیشه با آن میل نمایید واگر چاق بوده، می خواهید لاغر شوید، کاهو وسالاد آن را باسرکه وکمی گلپر میل نمایید. برای رفع بوی بددهان، کافی است برگهای سبز کاهو را خوب بجوید. درکوکو وآشها و غذاهای مختلف سبزی دار می توانید ازبرگهای سبزمن استفاده کنید.



من «قهوه» هستم!

من مقوی قلب، کلیه ومثانـه هستم. نیروی قلب را افزایش می‌دهم. جـوشاندهٔ من ضعف قوا را از بین می‌برد. اثـر ضدعفونی دارم وسبزمـن سیاه‌سرفه و اسهال را رفع می‌کند...

ایرانیان به‌من قهوه و اعراب «بن» گویند، و این‌لغت به‌معنی شراب جامداست، زادگاه‌اولیهٔ من یمن‌وشمال‌افریقاست، بعد مرا به‌عربستان‌سعودی وازآنجابه هندوستان وسپس‌به‌امریکا برده‌اند واکنون‌بهترین نوع‌من‌محصول برزیل می‌باشد. درتاریخچهٔ‌کشف من نوشته‌اندکه شیخ‌ابوالحسن دریکی از کوهستانهای یمن صومعه‌ای داشت، مریدان او به‌سبب شب زنده‌داری‌زیاد وریاضت، خسته وکسل‌شده‌بودند وچون عده‌ای‌ازآنهاازمیوهٔ من خوردند، رفع‌کسالت وخستگی آنها شد واین‌راز رابه‌دیگران گفتند تابه‌گوش پیرآنها رسید. شیخ دستور دادکه میوهٔ مرا درآب‌جوش‌داده بیاشامند، تارفع ملال آنها شود و از آن تاریخ من در دنیا شناخته شده و از آنجا به بلاد دیگر

رفتم. من دارای انواع و اقسام می‌باشم وتاکنون ۳۳ نوع من‌شناخته‌شده است. قهوهٔ سبزکه دانهٔ بونادهٔ من است، بویی ندارد وکمترازآن استفاده می‌شود، ولی‌همین‌که دانهٔ‌مراحرارت‌دهند، عطرمطبوع زیادی‌پیدامی‌نماید. درموقع بو دادن دانه‌های من، باید دقت زیاد شود تا مغزدانه‌برشته شده، روی‌آن نسوزد. بهترین حرارت برای بودادن دانه‌های من، حرارت ۱۸۵ درجه است و چنانچه درجهٔ حرارت از ۲۴۰ درجه تجاوزکند، طعم و بوی آن ناپسند خواهد شد. جوشاندهٔ من مقوی دستگاه مرکزی اعصاب بوده و نوشیدن آن سبب نشاط و سرعت انتقال دردرك مسائل مختلفه است و این خاصیت منحصراً مربوط به‌کافئین بوده وسایر ترکیبات دانه‌های من اثری در روی سلسلهٔ‌اعصاب ندارند. من مقوی قلب،کلیه و مثانه هستم. من درروی جریان خون اثرکرده، ضربان نبض و نیروی انقباضات ماهیچه‌های‌قلب‌را افزایش می‌دهم. زیاده‌روی درخوردن من‌باعث بی‌خوابی است، ولی‌کسانی‌که به‌خوردن من‌عادت دارند، نه تنها بی‌خواب نمی‌شوند، بلکه برای آنها خواب آور هستم. جوشاندهٔ من ضعف قوا را از بین می‌برد و به همین جهت است که پزشکان توصیه می‌کنندکه بیماران امراض عفونی در دوران‌نقاهت ازجوشاندهٔ من‌استفاده نمایند. من پادزهرسموم، مخصوصاً تریاك ومواد مخدر هستم. قهوهٔ سبزضد سیاه سرفه واسهال است. نوشیدن من پیشاب را زیاد می‌کند و اثر ضدعفونی دارد. محمد-بن‌زکریای رازی‌طبیب‌مشهورایران مراگرم و سوزاننده دانسته و خوردن مرا باعث عطش می‌داند ومعتقداست‌که اگر مرا با آویشن‌کوهی وروغن زیتون بخورند، این خاصیت من شدید می‌شود ومن معده را ازبلغم پاك می‌کنم واشتها را باز می‌نمایم. برای رفع عطش بایستی بعد از من‌کمی سرکه بنوشند. زیاده‌روی درنوشیدن قهوه خوب نیست وزیان بسیاردارد.

اسم‌من «خاکشیر» است!

دانه‌هایم ضدعفونی‌کننده است. پادزهرخوبی هستم‌و نقرس‌را نیزدرمان‌می‌کنم. دردرمان سرطان‌به‌نوعی می‌توان ازمن استفاده‌کرد. برای‌کسانی‌که‌مزاجشان سودایی است، اثری معجزه‌آسا دارم. تب‌بر هستم و برای‌تقویت‌معده بی‌رقیبم. اشتها را تحریك می‌کنم. اگر رنگ رخساره‌تان تیره است، برای بازشدن آن ازمن استفاده برید. .

فارسی‌من‌خاکشیراست به‌من‌خاکشی، خاکشور وخاکژی‌هم می‌گویند. دراطراف شیرازمرا شقرك نامند. درتبریز به‌من سرون ودرمازندران به‌گیاه من شلم گویند. عربی‌من حبه است، کسانی‌که عربی مرا «خم‌خم»دانسته‌اند اشتباه کرده‌اند، زیرا «خم‌خم» عـربی تودری است‌که بعداً خودرا معرفـی خواهدکرد.

من دارای دونوع هستم، یکی تلخ‌که دانه‌های آن ریز ورنگ آنها مایل به‌سرخی است و گونهٔ دیگر شیرین که دانه‌های آن بزرگتر بوده و

رنگ آنها سرخ تیره است. هردونوع من در غالب نقاط ایـران مخصوصاً دامنه‌های جبال البرز در بیابانها بطور خودرو می‌رویند. از گیاه من برای التیام دادن زخمها و جراحات استفاده می‌کنند. جوشاندهٔ گیاه مـن در رفع اسهال روده وخونی وازبین بردن‌ترشحات زنانه وآب‌آوردن نسوج‌می‌توان استفاده‌کرد. دانه‌هـای مـن کمی ضدعفونی کننده، ضدکرم وتب‌بر هستند. داروسازان سنتی ایران مرا بـه‌عنوان ملین و خنك کننده بـاآب سرد مفید می‌دانستند، بذرمن شهوت را زیادمی‌کند، اشتهارا باز می‌نماید. مقوی‌معده و هاضمه بوده، جهت بازشدن آواز ونیکویی رنگ رخسار مفید می‌باشد. به عنوان خنك‌کننده درامراض حصبه، مطبقه و آبله تجویز شده است، چنانچه ده روز، روزی دومثقال دانه‌های مرا باچهارمثقال شکر کف‌لمه نمایندبرای صاحبان مزاج سودایی سودی فراوان دارد.

از دانه‌های من به‌عنوان پادزهر به‌طریق زیرمی‌تـوان استفاده کرد: پنج گرم دانهٔ مرا شسته و باگلاب یا آب خالص آنقدر بجوشانید تا شکفته شود، وبعدآن‌را نیم‌گرم‌به‌مسموم بخورانید. به‌این صورت‌قی‌آورده وایجاد تهوع می‌نماید، واین عمل را چند مرتبه تکرار کنید تاقی بندآید. ضماد من جهت زخم چشم، ورم بناگوش‌وپستان، نقرس و ورمهای سخت سرطان‌نافع می‌باشد، فرزجهٔ دانه‌های من زایمان را آسان می‌کند. مقدار خـوراك نوع شیرین من دومثقال می‌باشد.

تودری

فارسی من تودری است، درکرمان مار درخت ودر تبریز به‌آن درینه گویند وسه‌نوع می‌باشدکه خواص درمانی آنها یکسان است، و بهترین‌آنها قدومه نام داردکه منحصراً درایران و عراق به‌عمل می‌آید و بهترین‌انواع تودری است ولی از حیث شکل میوهٔ قدومه و تودری فـرق بسیار دارند. دانه‌های میوهٔ تودری درغلافی شبیه خورجین قرار دارندکه طول این‌غلاف سه‌برابر عرض آن می‌باشد. درصورتی‌که میوهٔ قدومه درغلافی‌کوچك چهار گوش‌که طول وعرض آن مساوی است قرارگرفته و محتوی دودانه است، به‌این نوع بیشترقدومهٔشهری یا قدومهٔ شیرازی اطلاق می‌شود وبه‌دونوع دیگر تودری وقدومهٔبدلی می‌گویند.

قدومهٔ بدلی چـون گلهای قشنگ دارد، به‌عنوان یـك‌گل زینتی در باغچه‌ها کاشته می‌شود. گیاه من دارای گلهای زرد کوچك بوده و معمولاً

درکنار جاده‌ها دیده می‌شود. اعراب به‌سه‌نوع ما بزرالخمخم، بزرالهوه و قصیصه گویند. خـواص هرسه نوع ما یکسان است، ولی قـدومهٔ شیرازی مفیدتر ومرغوب‌تر می‌باشد. تمام قسمتهای گیاه مادارای یك‌اسانس گوگردی است که درکوچك‌کـردن غدد سخت سرطانی اثر نیکو دارد. دانه‌های مـن بطور دمکرده یا جوشانده جهت درمان رقت وفساد خون تجویز شده است. برای معالجهٔ گرفتگی صدا و بیماریهای حنجره مفید می‌باشد. دانه‌های گیاه من اشتهاآور و مقوی قوای جنسی است، وجهت معالجهٔ سرفهٔ خونی مفید می‌باشد. پختهٔ دانه‌های من درسرکه جهت چاق شدن وبازشدن رنگ‌رخسار توصیه شده است، ضمادکوبیدهٔ دانه‌های من باآب جهت‌کـوچك شدن غـدد سرطانی و ورمهای سخت مفید است. سرمهٔ دانه‌های من با عسل جهت زخم چشم و پاك کردن چرك آن سودمند است. مربـای‌آن باعسل جهت از بین بردن‌خلط لزج سینه و ریه جهت‌تحلیل ورم سخت بناگوش و ورم‌پستان و ورم بیضه می‌توانید ازضماد من استفاده کنید. دانه‌های من ضد سم است ومقدار خوراك آن به‌عنوان پادزهرپنج تا هشت گرم و در سایـر مواردسه تا پنج گرم‌است.

مالیدن لعاب من به‌گیسو شورهٔسررا ازبین میبرد.

من «خارمغیلان» هستم!

دربیابان گربه‌شوق‌کعبه خواهی زدقدم
طعنه‌ها گرمی‌زنـد خارمغیلان غم‌مخور

من برخلاف آنچـه بین عـوام معروف است، خـارشتر نیستم، بلکه درختچه‌ای هستم پرازخاربه‌ارتفاع دوتا هشت‌متر که درکنار دریای سرخ‌از سودان تاسنگال‌می‌رویم وازقدیم درایران در بلوچستان وجزیرهٔ قشم‌به‌عمل آمده‌ام. اعراب به‌من‌امغیلان(ام‌غیلان) یعنی مادر غولان می‌گویندوفارسی زبانان مرا مغیلان خطاب می‌کنند، ودربلوچستان به‌من خور می‌گویند.من دارای انواع مختلف بوده و درخانوادهٔ اقاقیا قرار دارم، کلمهٔ اقاقیا معرب آکاسیا می‌باشد وچنانچه گل اقاقیا درمعرفی خودگفت، این‌گل را از امریکا آورده‌اند و نمونه‌های وحشی‌آن نیز دارای خار بوده‌که در اثـر پرورش از

بین رفته است. ولی قبل ازآنکه امریکا کشف شود، لغت اقاقیا وآکاسیا به‌این خانواده گفته می‌شد. ازتمام گونه‌های مختلف ماصمغی به‌دست می‌آید که به‌آن صمغ عربی می‌گویند و بهترین صمغ عربی ازمغیلان معمولی گرفته می‌شود. میوهٔ من نیامی بوده و در هرغلاف سه تاپنج دانهٔ خاکستری وجود دارد، نوشیدن عرق گل من جهت رفع خفقان و دلهره وتقویت اعصاب نافع است. خوردن برگ درخت من جهت بندآمدن اسهال و مالیدن آن جهت تقویت اعضا و عضلات بی‌حس سودمند است، و چنانچه برگ نورستهٔ درخت مرا یك‌شب درآب خیسانده وصبح صاف نموده بیاشامند، جهت زخم مجاری ادرار وجلوگیری از سوزش آن مفیداست. خوردن گردکوبیدهٔ گلبرك ـ پوست صمغ من که به‌مقدار مساوی باهم مخلوط کرده باشند، ازاحتلام جلوگیری می‌کند و برای این کار بایستی چندروز پی‌درپی، هر روز یك گرم ازاین مخلوط را صبح ناشتا خورد. این دستوربرای قطع ترشحات رحم نیز مفید است. خوردن برگ نورستهٔ من باکمی زیره و یك عدد گل انار ناشکفته نیز جهت امراض فوق مفید است. ضماد برگ تازهٔ من جهت التیام زخم و فروکش کردن ورم سود فراوان دارد. داروسازان سنتی ایران درگذشته غلاف میوهٔ مراشکافته و دانهٔ آن را برداشته وآن غلاف را از طرف داخل به‌پارچه‌ای می‌مالیدند تا آن پارچه به‌صورت مشمع درمی‌آمد وباآن پستان‌بند درست می‌کرند. این سینه‌بند برای بانوانی که پستان آنها آویخته بود. نتیجهٔ عالی داشت. پوست ساقه وشاخه‌های من جهت قطع خون جراحات نافع می‌باشد، و برای این کار سابقاً ازآن روغن درست می‌کردند که معروف به‌روغن «شیخ صنعان» بود. دستور ساختن این روغن در قرابادین داده شده است. پوست، برگ و میوهٔ درخت من دارای مقدار زیادی جوهر مازو بوده وبه‌همین جهت دردباغی از آن استفاده می‌کنند، ومالیدن پوست درخت من به‌دندان ومسواك کردن با آن جهت محکم کردن لثه‌ها نتیجهٔ خوب دارد، ازگونه‌های دیگر مغیلان نیز می‌توان برای گرفتن صمغ و تداوی استفاده کرد، مهمترین آنها عبارتند از اقاقیای عربی که درنواحی مختلف بلوچستان وجزایر خلیج فارس روییده وبه زبان محلی به‌آن، پیور وکیکر می‌گویند. دربلوچستان گونه‌های دیگری نیز ازمغیلان دیده می‌شود که اسامی محلی آنها عبارت است از چگر، پالوس، پلوزا، وفولب.

صمغ عربی

درشاخه‌های انواع مغیلان و اقاقیا دراثر گزش حشرات، یابرخوردبا

هم شکافهایی ایجادمی‌شودکه به‌تدریج ازآنها صمغ عربی تراوش می‌گردد. ولی برای به‌دست‌آوردن محصول بیشتر بایستی در اواخر آبان‌ماه‌پس ازیك بارندگی باتیغهای مخصوص قسمتی ازپوست را بدون‌آنکه‌آسیبی به‌مغز آن برسد برداشت تاکم‌کم صمغ تراوش کرده، وپس ازیك‌ماه آن‌را جمع نمایند. بهترین نوع صمغ عربی به‌رنگ سفیدیاکمی زرد است وصمغهای قرمزخریدار زیادی ندارند. صمغ عربی دارای‌آب، مواد قندی، کمی تانن وچهاردیاستاز است. صمغ عربی نرم‌کننده بوده وسینه رانرم می‌کند و ورم رافرومی‌نشاند و در درمان التهاب‌گلو ومعده اثرنیکو دارد. در صنعت داروسازی از صمغ عربی برای معلق نگاه‌داشتن داروهای غیرمحلول درآب استفاده می‌کنند.

درصنعت‌برای تهیهٔ‌آهار وچسب‌وساختن‌مرکب‌ازآن استفاده‌می‌گردد، و برای این‌کار هرگزنباید آن‌راباکتیرا مخلوط‌کرد. صمغ عربی مغری‌است، یعنی پرزهای معده‌را روغن مالیده ونرم نگاه می‌دارد ومقوی معده وروده‌ها می‌باشد. جهت‌دردسینه،سرفه، زخم‌ریه ورفع‌خشونت‌وقصبةالریه وبازکردن صورت تجویز می‌شود.

مداومت درخوردن‌آن روزی‌یك مثقال‌باکره مانع‌خونریزی ریه‌است. ضمادآن مخلوط باسفیدهٔ تخم‌مرغ جهت سوختگی نافع است. داروسازن‌سنتی ایران جهت معالجهٔ تراخم توصیه‌کرده‌اندکه صمغ غربی‌رادرگلاب‌حل‌کرده وآن‌را درچشم بچکانند.

درکارخانه‌های داروسازی، از آن جهت ساختن پاستیلهای ضدسرفه استفاده می‌کنند، و در قنادیها جهت ساختن مرغوبترین پاستیل آن‌را به‌کار می‌برند.

اسم من «مارچوبه» است!

عـلاج بی‌اشتهایـی هستم. یـرقان را شفا می‌دهم و اشخاص عصبانی اگرازمن استفاده‌کنند، نتیجه‌صددر صد می‌گیرند. به‌مبتلایـان نقرس و رمـاتیسم توصیه می‌کنم که‌ازمن پرهیزکنند اما به‌آنهاکه گرفتار تپش قلب هستند مصرف مرا تجویزکنند...

گیرم که مارچوبه کند تن به‌شکل مار
کو زهر بهر دشمن وکومهره بهردوست

فارسی مـن مارچوبه است، به‌من مارگیاه هم می‌گویند. عربی مـن «خشب‌الحیه» است،ولی بیشتر هلیون بروزن افیون گویند، ودرکتب‌قدیم جمس‌کشك،کشك‌الماز،اسفرك، اسفراج،هرموع، جنجل، سفرج، اسپراغس، اسفراغس، یرامیع، صفوف، و صمدهم خطاب‌کرده‌اند، ونیزازگونه‌ای ازمن به‌نام ضغیوس نام‌برده‌اندکه‌تصور می‌رود همین مارچوبهٔ خوراکی باشد.من درآذربایجان، خوی، تبریز، نواحی‌البرز، قصرقجر، جلفای اصفهان،اراك،

کرمانشاه، بهارلو اطراف شیراز بطورخودرو به‌عمل می‌آیم واخیراً نیزنوع خوراکی‌مرا درایران‌کاشته‌اند. من ازسبزیهایی هستم‌که دوست ودشمن‌زیاد دارم. عده‌ای مرا یك‌سبزی بسیار مفید و دسته‌ای مضرمی‌دانند، ولی‌حقیقت امـرآن است کـه من به‌علت داشتن پتاسیم و ویتامینهای «آ» و«ب» برای مبتلایان به‌تپش قلب وبرای تقویت دردوران نقاهت، برای‌رفع بی‌اشتهایی، یرقان، احتقاق‌کبد مفید بوده، وپیشاب را زیاد می‌کنم، ولی اشخاصی کـه مجرای ادرارشان زخم است. وآنهایی‌که دچار اختلالات کلیه ومثانه بوده‌و مبتلایان به‌پرستات، اشخاص عصبانی، مبتلایان به‌روماتیسم ونقرس باید از من پرهیز نمایند.

سبزی من که به‌نام مارچوبه فروخته می‌شود، خاصیت غذایی زیادی ندارد، ولی زودهضم‌بوده واشتهارا زیادمی‌کند.آن‌را خوب بشویید وپوست آن‌را دربیاورید ولی دور نریزید، بعدآن‌را دو دقیقه درآب جوش بگذاریدو بعد به‌آن چاشنی زده میل نمایید، و بعدپوست مرا درآب جوشاندهٔ من‌بپزید تاآش خوبی به‌دست‌آید.

برای زیاد شدن ادرار پنجاه‌گرم ریشهٔ مرا دریك لیتر آب پنج دقیقه بجوشانید، و روزی پنج فنجان ناشتا بنوشید، این‌جوشانده را چنانچه گفتیم باید کسانی‌که مجاری ادرارشان زخم است ننوشند. سرهای مارچوبه را در هاون بکوبید و بعدشیرهٔآن راکشیده، بـا دوبرابر شکر بجوشانید تا شربت غلیظی‌به‌دست‌آید و روزی‌سه‌قاشق سوپ‌خوری ازآن‌را به‌مبتلایان به‌امراض قلبی،بسته‌شدن مجرای طحال وکبد، یرقان بدهید تابهبود یابند. برای‌اینکه این شربت مفیدترشود، بهتراست درموقع‌تهیه‌آن‌را روی یك‌آب‌جوش (حمام ماری) بگذارید تاحرارت مستقیم به‌آن نرسد.

شویدی

اسم من شویدی است، به‌من انرجس، فینو، شبتی، شودی، یرچلی و قوش قوغازهم می‌گویند. من‌هم ازخانوادهٔ مارچوبه بوده، ومانندآن دارای بیخی‌متورم غده‌ای‌می‌باشم، ولی‌ریشهٔ من فاقد پیازاست. من دارای شاخه‌ها و برگهای دراز بوده، و دارای‌گونه‌های زیادی هستم‌که همگی زینتی بوده درگلدان پشت پنجره وتارمی‌آنها را می‌گذارند. شویدی پیچ شاخه‌هایش به پنج مترمی‌رسد. شویدی سرخسی‌هم‌گونه‌ای ازمن است‌که شاخه‌هایش تا دو مترقد می‌کشند وبالاخره نوعی معطردارم‌که به شویدی معطرمعروف بوده‌و دارای‌گلهایی خوشبواست. ماهمگی چنانکه‌گفتیم‌ازخانوادهٔ مارچوبه بوده‌و

خواص آن راکم وبیش داریم.

کوله خس

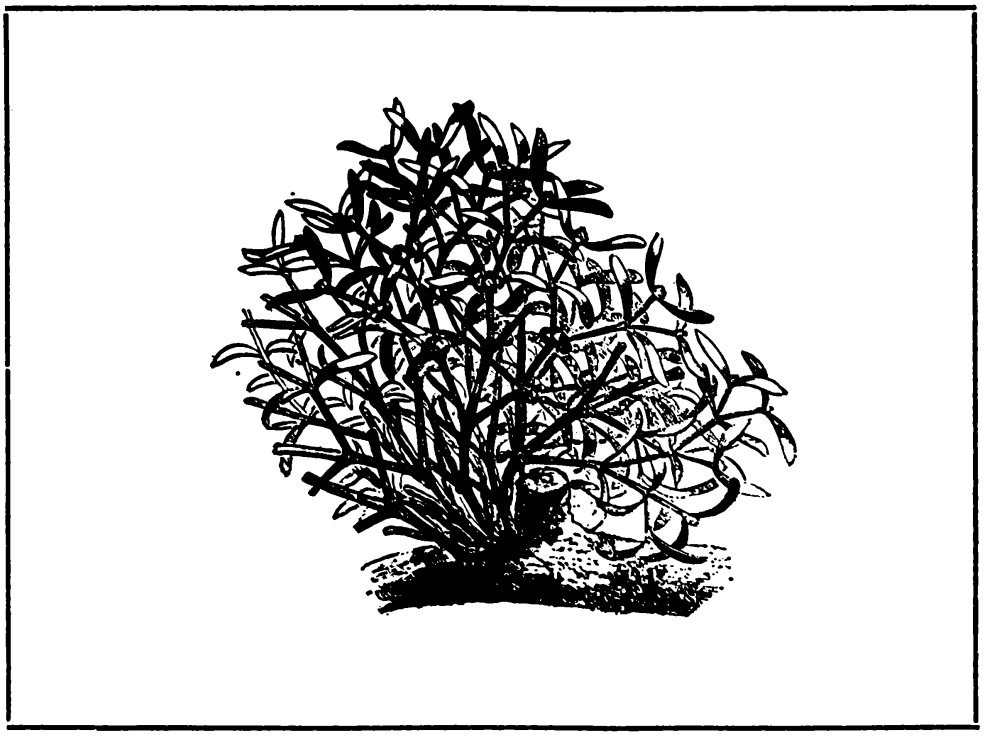
دربیشترنقاط ایران به‌زبان محلی به‌من‌کوله‌خس می‌گویند، درآستارا نام من‌هاس‌می‌باشد. درطوالش‌پل‌وکول، درروددسرچوشت وچشت، درگیلان، کولار وکول‌کیش، دررامیان به‌نام سیرسیریك واوتو نامیده می‌شوم، من‌هم از خانوادهٔ مارچوبه بوده، قسمت مورد استفادهٔ من ساق زیرزمینی و ریشهٔ من است‌که دارای‌املاح‌پتاسیم وکلسیم می‌باشد. پیشاب‌آور، معرق واشتها آور بوده و در داروسازی جدید درفرمول شربت پنج ریشه وارد شده‌ام.

ضغیوس

درکتابهای داروسازی سنتی‌ایران‌ازنوعی مارچوبه به‌نام ضغیوس نام برده‌اندکه‌گویا همین مارچوبهٔ خوراکی باشد، طبق نوشتهٔ‌کتب قدیمی‌آنچه ازآن روی زمین ظاهر می‌شود، سبزاست وآنچه درزیر زمین می‌باشد، سفید و شیرین وخوراکی است. برگ‌آن شهوت را ازبین می‌برد وساقهٔ زیرزمینی آن محرك باه وصفرابر ومأکول است، و برای نیکویی‌کشك و ماست آن را داخل‌آنها می‌کنند.

گل موگت

گلهای من‌که درماه‌های فروردین و اردیبهشت می‌رویند، زیبا، سفید وخوشه‌ای بوده و مانند زنگوله‌آویخته می‌شوند و در اثرپرورش به‌رنگ گلی‌نیزدرآمده‌اند. من هم از خانوادهٔ مارچوبه بوده و قسمت مورد استفادهٔ من برگ وگلهای من است‌که باید آنها را در اردیبهشت ماه چیدو به دقت خشك‌کرد وبعد درمحلی‌مناسب نگاهداری نمود. برگ‌گیاه من پس ازخشك شدن، سبزمایل به قهوه‌ای‌است وطعم‌آن تلخ میباشد. گلهای من‌پس‌ازخشك شدن مایل به زرد می‌شوند. بوی آنهاکم می‌شود ولی تلخی باقی می‌ماند. گل من دارای عطرمطبوع به مقدار زیاد است. گل و برگ من از دوستان قلب بوده مقوی آن می‌باشند. وانقباضات آن را منظم می‌کنند، ازمحسنات آنها این است‌که مسمومیت ایجاد نمی‌کنند فقط مقدار زیاد آنها تولید قی و اسهال می‌نماید. مقدار خوراك برگ وگل خشك شدهٔ من دو تا ده‌گرم در روز است، عصارهٔ آبی من تا سه‌گرم در روز تجویز می‌شود.

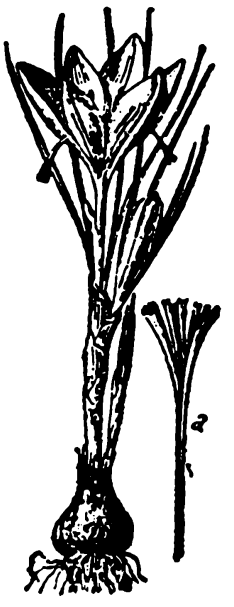


من «داروش» هستم!

فارسی من داروش است، به من درواش، کشمش‌گاو ومویزك عسلی هم می‌گویند، عربی من دبق است. من یك‌گیاه طفیلی هستم که بیشتر روی درخت سیب، گلابی وچندگیاه جنگلی زندگی می‌کنم، و درغالب‌جنگلهاو کوهستانهای ایران مخصوصاً اطراف البرز، لواسان، درهٔ سفید رود، جنگل رستم‌آباد، بین منجیل‌ورشت، امامزده ابراهیم وشمال لوشان می‌رویم. گیاه من همیشه‌سبزاست‌ومانندکره‌ای مدور روی‌درختان‌جنگلی‌می‌نشیند. برگهای من گوشتدار وبیضی شکل‌است‌که دراثرفشردن مایعی سبزرنگ ازآن خارج می‌شود. گلهای من‌نر وماده هستند میوهٔ من‌گوشتدار، سفید به اندازه‌ی یك نخود است و دارای لعابی چسبنده می‌باشد که باآن چسب درست می‌کنند. من بااینکه طفیلی هستم، معذالك برای درخت میزبان خود نه‌تنها ضرری

ندارم، بلکه درتغذیه به اوکمك می‌کنم وهمیشه‌او را شاداب نگاه می‌دارم، برای ایـن‌کـار شیرهٔ خام‌گیاه رامکیده و آن‌را پرورده به درخت میزبان بر می‌گردانم تا باآن بهترتغذیه‌کند. قسمت مورد استفادهٔ من برگها، ساقه، و میوهٔ من است. برگ من دارای املاح پتاسیم، کلسیم، منیزیم و چند مـادهٔ دارویی است. میوهٔ من معده را تحریك می‌کند. مواد دارویی من برحسب نوع گیاه میزبان فرق می‌کند، ولی عموماً در رفع‌خونریزیهای داخلی مؤثر می‌باشند.

جوشاندهٔ بیست تاسی گرم، برگ من‌دریك لیترآب به‌مقدار یك فنجان قبل‌ازغذا تجویز می‌شود تاخونریزیهای داخلی‌وخونریزیهایی‌که در فواصل عادت ماهانهٔ زنان پیدامی‌شود برطرف‌کند، مصرف زیادترآن خطرناك‌است. چنانچه میوهٔ درخت مرا درآب‌گرم خیسانده وپوست آن را ازشهد آن جدا کرده، صاف‌کنید، وآن را بامغزگردو یا مغزدانهٔ بید انجیر سرشته بخورید، جهت سودا، بلغم و بازشدن گـرفتگیهای داخلی، عرق‌النساء، بواسیر نافع است، مالیدن شیرهٔ آن روی دملها، باعث سرباز کردن آنهاست، چنانچه بر مفاصل مالیده شود، آنها را نرم می‌کند، شیرهٔ میوهٔ من‌بازرنیخ جهت نـرم شدن مفاصل و باکندر جهت زخمهای پلید و بدخیم و بازرنیخ و زفت جهت جدا شدن ناخن و باآهك وآب انگور وعسل جهت روياندن ناخن و با حنا جهت‌امراض‌جلدی، وباروغن جهت درازکردن موبسیار مفیداست. جوشاندهٔ میوهٔ من باکمی آب آهـك جهت تحلیل ورمهای طحال مؤثر است. مقـدار خوراك میوهٔ من یك مثقال و زیادتـر از آن باعث دل پیچه و ثقل است، و چون دانهٔ مرا باعسل و دوشاب و سپستان بپزند و مانند نخ باریك‌کرده، و برروی درختان‌بیندازند پرندگانی‌که روی‌آن بنشینند چسبیده، صیدمی‌شوند و چون دانهٔ مرا باقرمز دانه مخلوط‌کنند رنگ آن زیادتر می‌شود و درسایر رنگها نیزمؤثراست.



اسم من «زعفران» است!

مقوی معده و مسکن سرفه هستم. برنشیت مزمن را درمان می‌کنم. من‌سرشار از املاح معدنی هستم. از پیشروی کرم خوردگی دندان جلوگیری می‌کنم. اگر غمگین هستید، ازمن استفاده برید، زیرا به‌شما نشاط و شادمانی می‌دهم. خوردن من زایمان را آسان می‌کند... وهزاران خاصیت دیگر که کمتر کسی ازآن خبر دارد!

فارسی من «لرکیماس» بود ولی این روزها همه مرا به نام زعفران می‌شناسند، عربی من زعفران، حساد و صفران است.

قسمت مورد استفادهٔ من در رنگ‌کردن خوراکیهاتارهای گل من‌است که دراصطلاح گیاه شناسی به‌آن کلاله گویند وغالباًاین کلاله‌ها با خامه همراه است، همراه بودن این تارها با خامه هر چند تقلب محسوب نمیشود، ولی ازقیمت آن می‌کاهد. من دارای بوی قوی‌وعطر مطبوع وطعمی تلخ وکمی تند می‌باشم، تکثیر گیاه من به‌وسیلهٔ پیازها دراواسط‌تیرماه صورت می‌گیرد.

من درچند نقطهٔ ایران مخصوصاً خراسان وقائنات می‌رویم، بعضی‌ازحشرات مخصوصاً بعضی از انواع چلپاسه از گیاه من فرار می‌کنند، من دارای مواد چربی، املاح معدنی، صمغی، یك مادهٔ رنگی، یك اسانس و عطر مخصوص و دارای چندین عامل داوریی هستم. من علاوه برمصرف در تغذیه، دارای اثر درمانی می‌باشم.

من مقوی معده ومسکن سرفه مخصوصاً دربرنشیت مزمن هستم، اثر من‌دربازکردن عادت‌ماهانهٔ زنان که‌ازطرف پزشکان‌جدید عنوان‌شده مشکوك است، پزشکان سنتی ایران‌آن را قبول ندارند. درموقع‌کشت من باید توجه کامل شود تا پیاز من مورد حملهٔ قارچهای طفیلی قرار نگیرد، چه در این صورت پیاز من می‌پوسد ومحصولی‌به دست نمی‌آید. دمکرده وجوشاندهٔ من مسکن‌درد دندان‌است وکسانی‌که دندانشان‌کرم خورده‌است‌اگرآنرامضمضه کنند دردآن ساکت شده و ازپیش رفتن پوسیدگی دندان جلوگیری می‌شود.

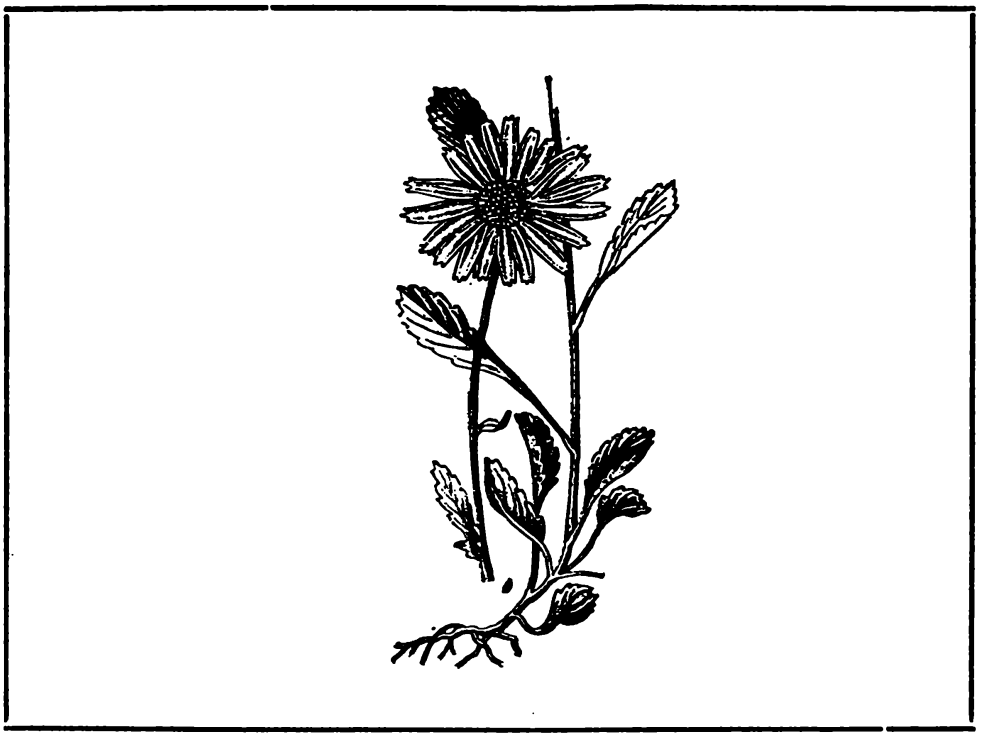
من نشاط‌آور و شادکننده می‌باشم. عطرمن ضد عفونی‌کننده بوده و کمی محرك‌اعصاب است واثراتی شبیه‌گاز ازن داشته و خنده‌آوراست،ولی اینکه می‌گویند هرکس یك‌مثقال زعفران بخورد مبتلا به مرض قهقهه شده و دراثرخندهٔ زیاد می‌میرد چندان صحیح نیست، زیرا این مقدار زعفران کشنده نیست، ولی اشخاص ضعیف راممکن است دچارخنده نماید. من‌مقوی حواس پنجگانه، بادشکن، ضدعفونی، پیشاب‌آور، قابض، محرك باه ومقوی روح حیوانی و مقوی جگر و دستگاه تنفس، زه‌کش‌کلیه و مثانه و بازکنندهٔ رنگ رخساره می‌باشم. خوردن من زایمان را آسان می‌کند. خوردن من‌با عسل جهت ریختن سنگریزه و با ادویه مناسب جهت درد رحم و نشستگاه تجویزمی‌شود. بوییدن گل‌من‌جهت سرسام (مننژیت)نافع بوده، وکمی‌خواب آور است. سرمهٔ من جهت جلای چشم و آبریزش تراخم، قرحهٔ چشم مفید است. چکاندن آب جوشاندهٔ من در دماغ جهت سردردشدید و بی‌خوابی نافع است، ضماد من روی چشم جهت جلوگیری از رطوبات وآبریزش چشم وتسکین قرمزی آن سودمند می‌باشد. مالیدن من با فرفیون جهت نقرس و و درد مفاصل و پاشیدن گردکوبیدهٔ من روی زخم از خونریزی جلوگیری می‌نماید، وحمول‌آن درد رحم را تسکین می‌دهد. مقدار خوراك من سه‌تا پنج گرم است.گذاشتن یك‌تارگل من درمجرای ادرار بازکنندهٔ پیشاب است.

روغن زعفران

یکی ازداروهای قدیمی روغن زعفران است، و برای تهیهٔ آن پنجاه مثقال زعفران را درسه لیتر و نیم روغن کنجد و بازیتون پنج روز خیس می کردند و هر روز به هم می زدند و بعد آن را صاف می کردند، به صاف شدهٔ آن روغن زعفران و به ته نشین آن درطب قدیم «قرقومعما» لقب داده بودند. روغن زعفران نرم کنندهٔ اعصاب وسختی رحم وخواب آور و بادشکن است. مالیدن این روغن دراطراف سوراخ بینی وچکاندن آن دربینی درمعالجهٔ ذات الجنب (سینه پهلو) تجویز می شود، مالیدن آن ضد عفونی کنندهٔ جلدی و درمان زخمهای جلدی بوده و باعث سرباز کردن دمل و کورك می شود وجهت زخمهای رحم وزخمهای بدخیم وچرکین توصیه شده است، حمول این روغن باموم و مغز استخوان جهت زخم نافع است.

«قرقومعما» نیزدارای کلیهٔ خواص روغن زعفران است، مقوی اعصاب، نرم کنندهٔ زخمهای خشك، پیشاب آور بوده ضدعفونی کنندهٔ جلدی و پاك کنندهٔ آثارضربه و زخم است، چشم راتقویت می کندوتیرگی آن رابرطرف می سازد.

برگ گیاه من جهت التیام جراحات تازه مفید بوده، و ضدعفونی کننده است.



من «مینا» هستم!

فارسی من گل مینا و عربی من زهرالربیع و زهـرااللؤلؤ می‌باشد، به حالت وحشی در دامنهٔ کوه‌ها و دشتهای ایران مخصوصاً اطراف بروجرد و کرمـانشاه مـی‌رویم، گلهای مـن از دو نوع گلبرگ تشکیل می‌شود. یکی گلبرگهای لـولـه‌ای به‌رنگ زرد کـه همچون طبقی، نهنج گل را تشکیل می‌دهند و درمیان گل قرار دارد و دیگـر گلبرگهای زبانه‌ای به رنگ سفید است که در اطراف نهنج قرارگرفته است. گل مـن مانـنـد گل آفتاب‌گردان حرکت گردش خورشید را از شرق تا غرب تعقیب می‌کند و هنگام شب و نامساعد بودن هوا کمی جمع می‌شود. زنبور عسل فقط به خوردن گرده‌های گل من علاقه‌مند بوده، وشیرهٔ گل مرا نمی‌مکد. قسمت مورد استفادهٔ من گل وساقه‌های گیاه من است. درقسمتهای مختلف گیاه من ترکیبات صابونی، چند

نوع ترشی، مواد صمغی، مواد مومی، مواد روغنی و یك مادهٔ رنگی‌همراه بالعاب وکمی عطر است. برگهای تـازهٔ گیاه مرا می‌توانید در سالاد بریزید. این برگهامخاط روده راکمی‌تحریك کرده، ویبوستهای سخت رادرمان‌می کند.

قسمتهای مختلف گیاه من خون را تصفیه می کند و التهابات را ازبین می برد، کمی‌ملین نیزمی‌باشد. مقوی، آرام بخش وکمی پیشاب‌آور می‌باشد. دمکردهٔبیست‌وپنج تاسی گرم‌درهزار گیاه‌من‌جهت درمان‌سرفهٔخونی، بیماریهای ریوی، دردمفاصل، نقرس، درمان بیماریهای کبدی وکلیوی و پیدایش خون ادرار و ورم‌روده تجویز کرده‌اند. ضمادبرگهای‌له شدهٔ گیاه من برروی‌زخمها و التهاباب سطحی پوست بدن توصیه شده‌اند.

مینای باغی

گیاه من به یك تا دومتر می‌رسد. داروسازان سنتی ایران مـرانوعی بابونه دانسته وجزو «اقحوان»ها می‌آورند، تمام خواص‌بابونه بطورخفیف در من جمع است. دمکردهٔ ساقه‌های من جهت درمان نزلـه مفید می‌باشد، اسانس من خونریزی را بند می‌آورد وبرای خون دماغ مفید است.

دمکردهٔ گلهای من ضد تشنج وضد یرقان بوده، وبرای تنگ نفس مفید است. حشرات ازگیاه من فـرار می کنند و چنانچه گیاه مرا درمحلی بریزند، حشرات را فرارمی‌دهد. عده‌ای نسبت به گیاه من حساسیت داشته ودرپوست آنها ایجاد خارش وکهیر می‌شود.

اسم من «زنجبیل» است!

از من برای ضعف اعصاب استفاده برید. حـافظه را تقویت می‌کنم. درمان‌کنندهٔ یرقان بوده، سم‌غذایی را ازبین می‌برم. اگر مرا بـا آبگوشت مصرف‌کنید، درد مفاصل رادرمـان می‌کنم. اگـر از ضعف معده ناراحتید، ازمن استفاده‌کنید!

اسم من زنجبیل است، به‌من زنجفیل، جربیل، زنزبیل‌هم می‌گویند. قسمت مورد استفادهٔ من بیخ من است‌که پس ازپژمرده شدن گیاه من، آن‌را از زمین درمی‌آورند و در تشتکی چوبـی ریخته به‌هم اصطکاك می‌دهند تا پوست روی‌آن گرفته‌شود وبعدمغزچوبی‌آن‌راخشك می‌کنند. من نیروبخش، مقوی معده، بادشکن‌وضدرقت وفساد خون هستم. اگرپودر مرا روی‌پوست بدن مالش دهند، آن‌را تحریك و قرمز مـی‌نمایم. اعـراب مـرا مقوی باه می‌دانند. گیاه من درایران‌دیده نشده است، ولی‌درچندکتاب قدیمی‌نوشته‌اند که در مازندران به‌عمل می‌آیم. من مقوی حافظه و بازکنندهٔ‌کبد وقاطع‌بلغم

هستم، و رطوبات غلیظی که در روی جدار روده ومعده چسبیده باشد، ازبین می‌برم. مراجهت‌فلج وضعف اعصاب تجویزکرده‌اند. من درمان یرقان‌بوده، ادرار را زیادمی‌کنم ودرمان اسهالی هستم‌که دراثر مسمومیت غذایی تولید شده باشد. من تشنگی را برطرف‌می‌کنم وبانبات وکندر مرا جهت‌جلوگیری از زیان ونفخ میوه‌های نارس تجویزکرده‌اند و بازردهٔ تخم‌مرغ نیم‌برشته شهوت را زیاد می‌کنم، مخصوصاً اگر همراه باپسته خورده شوم، سابقاً برای زیادشدن شهوت خوردن من همراه با خولنجان وپسته ازاسرار بود. نگاه داشتن من در دهان ومکیدن‌آن جهت رفع عطش بی‌تأثیر نیست، ضماد من جهت‌گری (داءالثعلب) و فروبردن ورم سودمند می‌باشد. چون مرا کوبیده روی آبگوشت‌پاشیده بخورند، دردمفاصل را تسکین می‌دهم. مالیدن خشك من وآب تازهٔ من‌هم برای معالجهٔ رماتیسم نافع است. درایران مرا به‌نان قندی زده، جهت امراض رطوبی می‌خورند. زنجبیل پرورده و قرص زنجبیل‌هم برای امراض فوق بکار می‌رود. برای تهیهٔ زنجبیل پرورده،تازهٔ مرا ورق‌ورق‌کرده، درآب نمك وآبلیمو می‌اندازند و برای تهیهٔ قرص،گرد مرا با نمك و کمی آبلیمو خمیر کرده‌به‌صورت‌قرص‌درمی‌آورند. مقدارخوراك من ۰/۲۵ تا یك‌گرم است و بیشتر با دارچین دمکرده می‌نوشند. تنتورالکلی یك‌پنجم‌من دردارو‌خانه‌هاساخته‌می‌شود. من غذای غدد فوق‌کلیه‌بوده ترشح کورتون را زیادمی‌کنم‌و بیشترخواص‌من‌به‌این‌علت‌است.

زنجبیل شامی

من با اینکه ازخانوادهٔ زنجبیل نیستم و در ایران در اطراف تهران، سواحل دریای مازندران، اسپیلی، راه پیورزن به‌عمارلو و در اطراف اراك درنواحی سیلاخور و حیدریه بطور خودرو به‌عمل می‌آیم معذلك درایران مرا زنجبیل شامی می‌نامند و اعراب به‌من «راسن» گویند. قسمت مورد استفادهٔ من ریشهٔ من است که همراه بایك ساقهٔ زیرزمینی‌کوتاه و گوشتدار بوده و بوی‌آن شبیه بنفشه است وازاین نظرشبیه‌ریشهٔ زنبق است. ریشهٔ‌من مقوی، پیشاب‌آور، ضدمیکرب وضدعفونی‌کنندهٔ قوی است وبه‌همین جهت مسکن تحریکات میکربی حنجره و درمان گلودرد، برنشیت، گریپ، نزله، سیاه‌سرفه وناراحتیهای ریوی است.

من ازرشد میکرب سل‌جلوگیری می‌کنم واشتهای بیماران ومسلولین را زیاد می‌نمایم. مقوی‌معده، روده‌وکبد هستم وریشهٔ من استفراغ راتسکین می‌دهد. اثرمن در روی رحم ومجاری تناسلی وادرار قطعی است، مخصوصاً

ترشحات زنانه را برطرف می‌کنم. در مـوارد قطع عادت ماهانه ویـائسگی پیشرس،مرا تجویز کرده‌اند. من‌عادت ماهانهٔ دختران را منظم‌می‌کنم وچون ادرار رازیاد می‌کنم دربیماریهای‌کلیه وآب‌آوردن انساج وچاقی‌ران وباسن وبیماری یرقان تجویز می‌شوم.

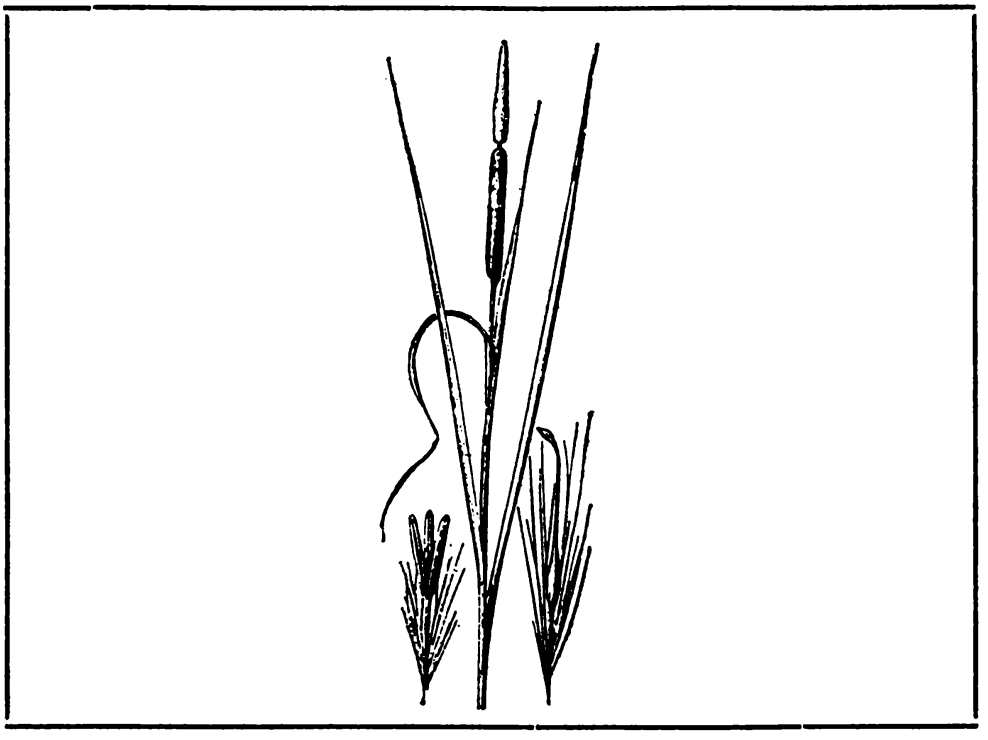
ضماد ریشهٔ من درعوارض‌پوستی مانند سودا و.ورم پوستی ودانه‌های جلدی وخنازیر درمان خوبی است و برای معالجهٔ نقرس‌هم توصیه‌شده‌ام. ریشهٔ من ضدکرم بوده و آن را به‌این منظور به‌مقدار یك تا پنج گرم به‌طور جوشانده، به‌اطفال می‌دهند. برای معالجهٔمالیخولیا، وحشت، خوف واندوه ازجوشاندهٔ من استفاده کنید، کسانی که در رختخواب ادرار می‌کنند، بهتر است‌ازجوشاندهٔ ریشهٔ من بنوشند تادستگاه دفع ادرارآنها تقویت شود.برای بازشدن عادت ماهانهٔ زنان نیز جوشاندهٔ من مفید است. مربای من با عسل جهت سرفه، سختی‌تنفس وپاك‌کردن سینه سودمند است. برای بازشدن‌رگل از بخور ریشهٔ من استفاده می‌کنند، جوشاندهٔ برگ من نیز همانند ریشهٔ من است. ضماد بیخ من جهت ترك کشالهٔ ران وتحلیل ورمها سود دارد.مقدار خوراك من سه‌گرم است.

زنجبیل سگ

من‌هم با اینکه از خانوادهٔ زنجبیل نیستم چون ریشهٔ من دربو و طعم به‌آن شباهت دارد، مـرا «زنجبیل سگ» و به‌عـربی «زنجبیل‌الکلب» نامند چون سگ همینکه مرا بخورد مسموم می‌شود. برگهای من تند مانند فلفل است وچنانچه درتاریخ نوشته‌اند، اقوام وحشی قبل ازتاریخ قبل ازدسترسی به‌فلفل از من استفاده می‌کردند و صاحب «اختیارات بدیعی» مرا فلفل آبی نامیده است. قسمت مورد استفادهٔ من برگ ساقه و ریشهٔ من است. من در نواحی شمال ایران، بندرگز و نواحی جنوبی می‌رویم. مهمترین فایدهٔ مـن آن است‌که خون را بند می‌آورم و دانشمندان بامصرف ۳۰ تا۴۰ قطره از عصارهٔ من ـسه‌مرتبه درروزـخونریزیهای‌معدی، بواسیر وخون رحم‌را بند آورده‌اند و به‌علاوه من اثر قاطع وسریع درجلوگیری ازخونریزیهای فیبرم وعوارض یائسگی دارم. من پیشاب‌آوربوده‌وبرای درمان‌آب‌آوردن‌انساج، یرقان، رماتیسم ونقرس ازمن استفاده می‌کنند.

ضماد برگهای تازهٔمن اثری مانند مشمع خردل دارد ومی‌تـوان آن‌را برای معالجهٔ دردهـای عصبی رماتیسم و دردکمر به‌کار برد. مـن را بـرای معالجهٔ برفك، آنژین، زخـم بینی تجویز می‌کنند، برای تسکین درد دندان

پنبه رابه‌شیرهٔ من‌آغشته وآن‌را درحفرهٔ دندان‌کرم‌خورده بگذارید تا دردآن ساکت شود. دمکردهٔ ۵تا۱۵ گرم‌گیاه من‌دریك لیترآب را می‌توان برای‌بند آوردن‌خونریزیهای داخلی‌به‌کاربرد. ضماد برگهای تازهٔمن برای پاك‌کردن کك‌مك وخالها ولکه‌های سیاه پوست اثری قوی دارد. ضماد برگ من‌محلل اورام‌است. من‌دارای‌ویتامینK هستم.

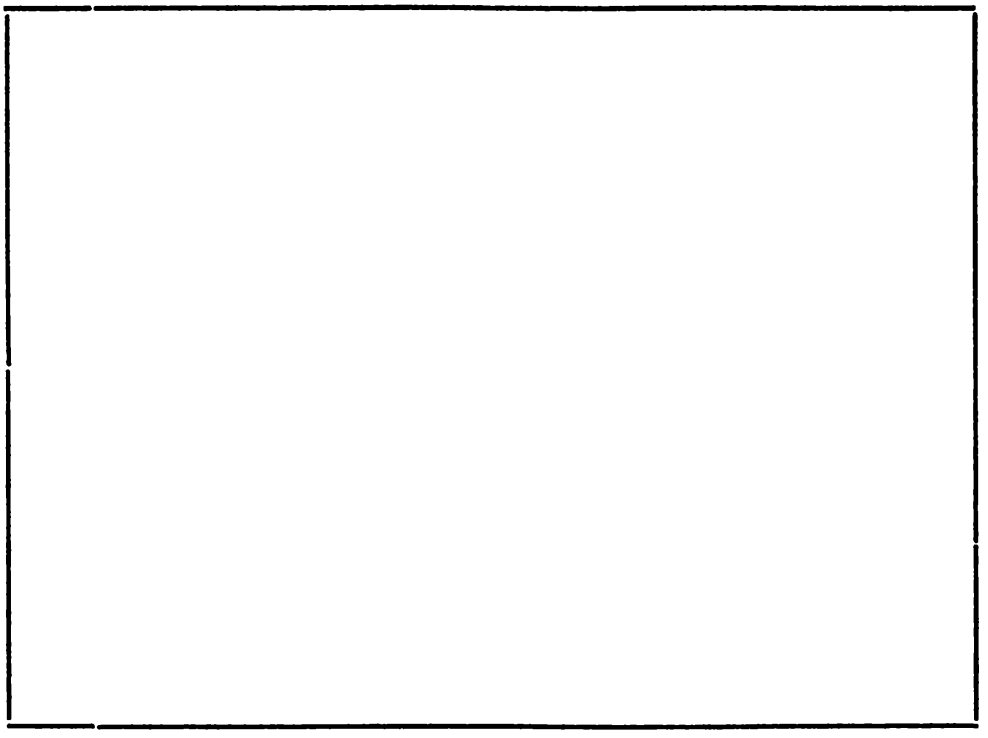


من «لوئی» هستم!

فارسی من «پیزر» است، به‌من لوئی، روخ، لخ، رخ، حفاء، بوط هم می‌گویند. در کتب داروسازی سنتی از من به‌نام «یردی» یاد شده است. جوانان امروز ممکن است مرا نشناسند ولی سالمندانی‌که چهل سال پیش‌را به‌خاطر دارند، می‌دانند که‌قبل ازپیدایش سیمان، حوضها و آب‌انبارها را با ساروج می‌ساختند و آن ترکیبی ازخاك رس، خاکستر، آهك و مقداری از پنبهٔ من بود. عربی‌من همان یردی است ولی‌کتاب دایرةالمعارف داروسازی فرانسه، عربی مرا «شمع‌الماء» و«خفار» نوشته‌است. در زبان فرانسه به‌من ماست وماس آبی‌گویند. من بیش‌از ده‌گونه دارم‌که در باتلاقها می‌رویند. من دارای یك ساقهٔزیرزمینی و برگهای دراز شبیه برگ خرما می‌باشم.میوهٔ من‌که ازگلهای ماده به‌عمل می‌آید، به‌صورت استوانه‌ای‌فتیله مانند به‌طول

یك وجب است که درآن دانه‌های زیادی دربین رشته‌هایی مانند پنبه وجود دارد. دربعضی ازکشورها میوهٔ نارس مرا مانند مارچوبه پخته ومی‌خورند. ساقهٔ زیرزمینی من دارای نشاسته بوده و دربعضی ازکشورها به‌مصرف‌تغذیهٔ انسان و حیوان می‌رسد. ازپنبهٔ من در صنعت کاغذسازی استفاده می‌شود. جویدن ساقهٔ زیرزمینی من برای از بین بردن بوی سیر، پیاز، و شراب اثر اعجازآوری دارد، و همچنین دندان را سفید می‌کند و مانع خونریزی لثه‌ها می‌شود.

ضماد ریشهٔ زیرزمینی من ورمهای گرم وخونی را معالجه می‌کند و پاشیدن گردکوبیدهٔآن روی جراحات، مانع خونریزی بوده و دهانهٔ زخم را التیام‌می‌دهد. بیشترآن‌را جهت‌درمان‌زخمهای چرکی‌وخوره‌ای به‌کارمی‌برند. جوشانده و پختهٔ آن برای جلوگیری ازخونریزی معدی و ریوی هردونافع است.



اسم من «کشك» است!

فارسی من کشك است به‌من پینو و پینوگ هم می‌گویند. ترکی من قروت بوده و عربی من اقط بروزن کبد می‌باشد. برای تهیهٔ من و برادرم قره‌قروت دوغ ترش شده را درمشك می‌ریزند تاتمام چربی آن که کره می‌باشد جدا گردد. بعد باقیماندهٔ دوغ را می‌جوشانند تاغلیظ شود، سپس آن را روی پارچه صاف می‌کنند تاآب آن گرفته شود و باقیمانده راکه روی پارچه مانده‌است، به‌صورت گلوله یا بیضی یا استوانه در آورده، می‌گذارند تا خشك گردد و نام آن را کشك می‌گذارند.

آب چکیده از پارچه را با کمی شیر مخلوط کرده و بعد می‌جوشانند تا جسمی سرخ رنگ و ترش مزه که قراقروت نام دارد به‌دست آید. نام این محصول قراقروت، قره‌قروت و ترف سیاه‌است. درایران بامن آش کشك، کشکاب و یك نوع اشکنه

به نام «کله جوش» درست می کنند و به کشك و بادمجان وحلیم بادمجان هم کشك می زنند. برانی بادمجان راهم با کشك درست می کنند. ارامنهٔ ایران به جای ماست و خیار، کشك و خیار می خورند و عده ای به جای ماست در آبدوغ خیار، کشك می زنند. من موادسفیده ای واگر بهتر بخواهید بگویم مواد سازندهٔ شیر و ماست می باشم. فاقد مواد قندی بوده و بهترین غذا برای رژیم لاغری هستم. اشخاص چاق که می خواهند لاغر شوند، دوایی بهتر ازمن ندارند. زیرا اگر مرا قبل ازغذا بخورند، اشتهای آنها راکم می کنم و باداشتن مواد سفیده ای نیروبخش بوده و به علت نداشتن مواد قندی کسی را چاق نمی کنم. من خنك کننده بوده و قابض و صفرا برهستم و فشار خون راکم می کنم. بودادهٔ من جهت جلوگیری از اسهال مزمن نافع است و به همین جهت بودکه عده ای ازروستاییان ایرانی درسفرحج غذای خودرا به کشکاب منحصر می کردند تامبتلا به اسهال نشوند. ضماد من و مالیدن کشکاب بر سر از ریزش مو و طاسی جلوگیری می کند و حتی عده ای ازپزشکان قدیم آن را جهت داءالثعلب (گری) مفید می دانستند. یکی دیگر ازمنافع قابل توجه من آن است که من پادزهر خوبی هستم وروی همین اصل بودکه پزشکان سنتی ایران پس ازتجویز داروهای ضدکرم به بیمار دستور می دادندکه جای غذا، کشکاب مخلوط با شیر بخورند تا هم به افتادن کرم کمك کند وهم ازعوارض سمی داروبکاهد.

قره قروت به علت داشتن اسیدلاکتیك (جوهرماست) بهتر ازکشك، صفرا را ازبین می برد وعطش وفشارخون راتسکین می دهد وبرعکس کشك اشتها را زیاد می کند و چنانچه آن را در آب حل کرده و به سربمالند، از ریزش مو جلوگیری می کند وبیشتر صابونها وشاسپوهایی که جهت جلوگیری اززیزش مو می سازند، دارای کمی اسیدلاکتیك می باشد.

من «خرفه» هستم!

فارسی من «پرپهن» و خرفه است، اعراب به من «فرفخ» می گویند. دشمنان من به‌من«بقلةالحمقا» لقب داده‌اند، زیرامن درمسیلها و رودخانه‌ها وجاهای نمناك بطورخودرو می‌رویم ودربرابردوستان مرا به«بقلةالمبارکه»، «بقلةالزاهرا»،«بقلةاللینه»ملقب کرده‌اند. درکتب مختلفهٔقدیم ازمن به‌نامهای فرفهن، قرفین، بوخله، خفرج، رجله‌وفرفخ‌یادکرده‌اند. برگ من دارای‌آب حیاتی زیاد است، ۹۲ تا ۹۵ درصد، و بعلاوه دارای مقداری ویتامین (ث) مواد صمغی، موادلعابی، مواد معدنی وچربی هستم. برگ من پیشاب‌آور، تب‌بر وتصفیه کنندهٔ خون‌است، تشنگی را به‌خوبی تسکین می‌دهد، خوردن پخته وخام آن التهابهای داخلی را از بین می‌برد و برای سوزش لوله‌های مری و دهانهٔ معده‌که در اثر ترش‌کردن غذا باشد، اثری اعجاب آور دارد.

سرفه‌های مزمن راکه‌همراه بااخلاط خونی باشد، معالجه می‌کند. برای رفع بی‌خوابی وخونریزی درفواصل‌دوران عادت ماهانهٔ زنان، تجویز شده‌است. جوشاندهٔ مخلوط من‌باگل‌گاوزبان یاکاهوبرای رفع تشنگی‌وتسکین اعصاب نافع‌است. برگ خام‌مرامانند سبزی‌خوردن بخوریدوآن را درسالاد بریزید. ازشیرهٔتازه‌من به‌مقدار ۶۰ تا ۱۲۰ گرم مخلوط درشیر، برای‌کرم معده وکرم کدو استفاده کنید. جوشاندهٔ دانه‌های من نیز درشیریاآب، همین خاصیت را دارد. ازبرگ من و دانهٔ من‌به قناری بدهید تا سرحال‌آمده وباصدای دلنواز خود شما را شاد نمایـد. ضماد برگ‌له شدهٔ من، همچنین شیرهٔ برگهای من برای سوختگی‌ومیخچه مفیداست، جویدن من خونریزی لثه‌راازبین‌می‌برد.

آب مقطربرگ من به مقدار ۶۰ تا ۱۲۰ گرم برای درمان خونریزی بی موقع زنان سودمند می‌باشد، مالیدن برگ‌له‌شدهٔ من، جهت معالجهٔ سر-دردهای یك طرفه (میگرن) تجویزشده‌است. من غذا راگوارا می‌کنم،اشتها را زیاد می‌نمایم. برگ و ساق من مسکن التهاب صفـرا و گرمی‌کبد است. تبهای صفراوی را معالجه می‌کند و از خونریزی معـده و ریـه جلوگیری می‌نماید. حرارت ادار ومثانه را از بین می‌برد و حیض را بند می‌آورد. اثر من درتسکین حرارت بادسرخ قطعی است. به اشخاص سودایی مـزاج که بدنی لاغر دارند وهمچنین به مبتلایان به مرض غمباد (گواتر) توصیه‌کنید تا می‌توانند ازبرگ وبذرگیاه من استفاده‌کنند. این خواص در نوع کوچك من‌که منحصراً درایران می‌روید به مراتب بیشتراز نوع برزگ من است‌که دراروپا به‌عمل‌آمده و به‌آن به زبان فرنگی «پورپیه پوتاژه» گویند.

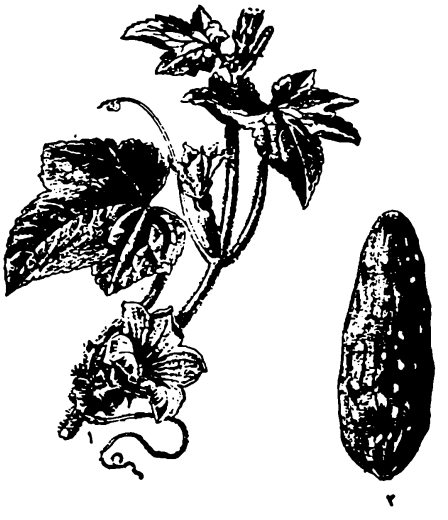
من «میخك» هستم!

مرا باگل میخك اشتباه نكنید... زیرا هیچ قرابتی با او ندارم. مقوی عقل وحافظه هستم. درمـان كنندهٔ تنگ‌نفس‌بوده، خفقان وسرفه‌را ازبین می‌برم. مقوی معده هستم. ضد بوی بد دهان بوده، دندان‌درد را نیزتسكین می‌دهم.

من یکی از ادویه‌های غذایی و دارویی بوده و غنچهٔ درخت بزرگی می‌باشم‌که زادگاه اولیهٔ من جزایر «ملوك» در اقیانوسیه است و اکنون در زنگبار ماداگاسکار وجزایرآنتیل مرا می‌کارند و چون پس ازخشك شدن‌یك قیه وبدندای شبیه به‌میخ دارم، به‌این‌جهت درفارسی‌به من میخك می‌گویند، ولی بهتر است مرا میخك دارویی صدا کنید. اعراب به‌من «قرنفل‌ابیض» و درکتب قدیم به اسامی، غرینواس، لونك و مفـرنف‌آمده‌ام و باگل گلدانی میخك‌که این روزها درگل فروشیها زیـاد پیـدا می‌شود هیچگونه نسبت و شباهتی ندارم، فقط بوی‌گل آنهاکمی شبیه بوی من است. این‌گل زینتی‌که

به‌رنگهای‌سفید، صورتی،قرمز،زرد، بنفش‌ونارنجی‌دیده‌می‌شود، نامش‌میخك گلدانی است وبیش از هفتاد نوع آن دیده شده‌است، باگل‌قرنفل‌که شعرای فارسی زبان دراشعار خود ازآن‌تعریف‌کرده، فرق‌زیاددارد. زیراقرنفل نام گل‌دیگری‌است که‌خوشه‌ای‌بوده وقدآن‌کوتاهتر ازگل‌میخك می‌باشد، به‌آن حسن‌یوسف، قرنفل‌باغی‌وقرنفل‌شاعرهم‌می‌گویندویك‌نوع‌وحشی‌وخودروهم داردوفرنجمشیك‌نوع بستانی‌آن‌است. باری‌این‌توضیحات‌فقط‌برای‌آن‌داده‌شد که میخك‌دارویی باگل‌میخك‌گلدانی‌وهردوی‌آنها راباگل‌قرنفل‌اشتباه نفرمایید.

من‌پادزهرخوبی‌هستم، مخصوصاًوقتی مرابه غذامی‌زنند ازمسمومیت آن می‌کاهم. من مقوی عقل‌وحافظه ومسکن‌اعصاب می‌باشم، هوش را زیاد می‌کنم وبرای رفع‌سردرد مفید هستم. برای درمان فلج‌وسکتهٔ ناقص تجویز شده و می‌گویند ازسکتهٔ مغزی جلوگیری می‌کنم. ضماد من به تنهایی و با ادویه مناسب، جهت تقویت لثه و تسکین درد دندان و رفع بدبویی دهان سودمند می‌باشد. سرمه‌آن جهت برطرف‌کردن‌لکه سرخ‌که درچشم پدیدآید وتاریکی چشم مفید است وخوردن‌آن نیز به همین منظور تجویز می‌شود. همچنین برای درمان تنگ نفس، خفقان، سرفه‌های خلط‌دار و دلهره مفید بوده، شجاعت را زیاد می‌کنم. من مقوی معده و امعاء وکبد بوده، اشتهابه غذا وشهوت را زیاد می‌کنم، قی وسکسکه را بند می‌آورم وبادشکن معده هستم وبرای استسقای گوشتی و قطره قطره آمدن ادرار سودمند می‌باشم. خوردن وحمول ۱٫۵ گرم پس‌ازپاکی‌طهر(بندآمدن‌خون‌رگل) رحم‌را تقویت کرده، آن را جهت‌آبستنی‌آماده می‌سازد ویکی ازطرق جلوگیری ازآبستنی و تنظیم خانواده به‌توصیهٔ داروسازان سنتی ایران این است‌که از روز پنجم تا بیست و چهارم عادت ماهانه، مرتباً روزی یك‌عدد میخك را بلع نمایند واین دستورشباهت زیادی به خوردن قرص‌که‌اکنون معمول شده است‌دارد. مقدار خوراك من تا چهارگرم می‌باشد.



اسم من «کدو» است!

برای مبارزه باچاقی ازمن استفاده کنید. بامرض قند وچربی‌خون دشمنم. تب‌بربوده و ازدوستان‌صمیمی کبد هستم. بـرای سردرد، سرسام وبی‌خـوابی مرا تجویز کنید.

سری که عشق ندارد کدوی بی‌باراست.

فارسی من کدو و عربی من «قرع» می‌باشد. انواع و اقسام کوچك و بزرگ دارم که مهمترین آنها کدوی مسمایی و کدوحلوایی است که درتغذیه و مداوا به‌کارمی‌رود.

باکدوی قلیانی سابقاً کوزهٔ قلیان درست می‌کردند ویك نوع کوچك‌هم که‌شباهت زیادی به‌پرتقال‌دارد به‌عنوان زینتی کاشته می‌شود. قسمت مورد استفادهٔ من گوشت وتخمهٔ من می‌باشد. من‌ضد یبوست، ملین،ادرارآوربوده، ورمهای گرم را فرومی‌نشانم. دراختلالات کلیه ومثانه تجویز شده وضدچاقی می‌باشم. دربیماری‌قند، زیادی چربی خون‌ودفع صفرا وبلغم، اثرات معجزه

آسا دارم. برای معالجهٔ مرض قند وچربی خون کافی است آب نوع مسمایی مراگرفته روی آن کمی آبلیمو ریخته و روزی یك لیوان بزرگ میل نمایید. گوشت من قدرت غذایی زیادی ندارد وبه همین جهت به کسانی که می خواهند لاغر شوند توصیه کنید که تا می توانند ازمسمای من استفاده نمایند و به‌عنوان ترشی به‌آن آبغوره اضافه کنند. نوع حلوایی من با اینکه شیرین است برای مبتلایان به مرض قند ضرر نـدارد وکسی را فوق‌العاده چاق نمی کند، فقط اشخاص لاغر را کمی فربه می‌سازد. گوشت من خواه مسمایی خواه حلوایی خنك بـوده و برای رفع‌التهاب و تشنگی اثری نیکو دارد. اگر یك کدوی حلوایی راازوسطدونیم کرده وقسمت تحتانی آن رامثل کلاه روی سراشخاص تب دار و مبتلایان به سردرد و دوار بگذارید، سبب تسکین درد وفروکش التهاب خواهد شد. من برای درمان یرقان مزمن مفید می‌باشم و گوشت من تب بربوده و ازدوستان کبد محسوب می‌شود.

گوشت من زود هضم است وچنانچه باگوشت و حبوبات پخته شود، به هضم آنها نیزکمك خواهدکرد و در زودپخته شدن آنها هم تأثیرفراوان دارد.

استشمام و چکاندن آب من چنانچه خام‌فشرده شود، دربینی و گـوش جهت رفع سردرد، سرسام، هذیان وبی‌خوابی نافع‌است. ضمادکوبیدهٔ گوشت من‌درجلوسر جهت درمان سردرد و ورمها مفید می‌باشد. غرغره ومضمضهٔ آب فشردهٔ خام‌من، مخلوط باکمی آبلیموجهت دردگلوودندان مفید می‌باشد وچکاندن آن درگوش جهت تسکین درد آن سودمند می‌باشد.

مضمضه باآب‌جوشاندهٔ‌پوست‌من‌جهت‌تسکین درد دندان بی‌اثرنیست. اگرکدوی تازه بسته راکه هنوزگل آن نیفتاده است گرفته و آن را درخمیر کرده، جلوآتش گرم نمایید وبعدآب‌آن راگرفته ودرچشم بچکانید، چشم‌درد را درمان‌می نمایداین‌عمل باید باتجویزپزشك باشد. پختهٔ‌من باتمرهندی‌وشکرنیز جهت‌تسکین‌حرارت‌سرودماغ‌وانواع‌وسواس‌وجنون ورفع‌التهاب معده‌وجگر ازغذاهای‌خوب‌می‌باشد. خوردن قلیهٔ‌من باماش‌وآردجو جهت نرم‌کردن سینه ودرمان‌سرفه‌ثمرهٔ‌فراوان‌دارد. دربین عشایر ایران مخصوصاً ایلات قشقایی‌و بختیاری‌خوردن‌آب‌فشردهٔ‌خام‌من‌جهت تبرید ومعالجهٔ‌تبهای‌کهنه ورفع‌گرمی زیادمعمول‌است‌واکثربیماران‌وتب‌داران‌راباآن‌معالجه‌می‌کنند. شیخ‌الرئیس، ابوعلی سینامرا جهت رفع‌بی‌خوابی ومعالجهٔ اکثرا مراض‌گرم مفید دانسته و فقط درموردذات‌الجنب نوشته‌است‌که‌کدوبااین‌که نافع‌است، به‌علت‌آنکه ادرار را زیادمی‌کندنباید تجویزشود. خوردن پوست خشك‌من‌جهت بواسیر

و خونریزی معدی وسینه مفید می‌باشد وپاشیدن کوبیدهٔ آن درمحل بریدگی وزخم ازآمدن خون جلوگیری می‌کند. انواع من جهت اشخاص گرم مزاج سودایی و صفراوی و خونی جوانان و ساکنان مناطق گرمسیر منافع بیشمار دارد. چون سرکدو را بریده و درآن زنگ‌آهن ریخته و مجدداً سرآن را با همان تکه ببندند وچهل روز بگذارند وبعد آب آن راگرفته وبا حنا مخلوط کنند، خضاب خوبی جهت مشکی کردن مو می‌باشد.

تخمه کدو

تخمهٔ من بهترین درمان کرم کدو می‌باشد و این خاصیت درپردهٔ نازك سبزرنگی است که مغزآن را پوشانده‌است. دربین داروهای ضدکرم تنهاتخم کدوست که به‌هیچوجه‌سمیت نداشته وعوارضی‌به دنبال‌ندارد. مقدار خوراك آن ۲۵ تا ۵۰ گرم است و بهتر است مغزدانه‌ها راکوبیده و با عسل مخلوط کرده میل نمایند و بعد از چهار تا پنج ساعت، یك مسهل قوی مثل روغن کرچك بخورند تا تمام کرمها بیرون بیایند. تخمهٔ من اشخاص لاغر را چاق می‌کند وبرای رفع خشونت سینه وخونریزی ریوی و سرفه و تبهای شدید وزخم معده ومثانه و سوزش ادرار نافع می‌باشد. روغن تخمهٔ من جهت‌رفع خشکی دماغ وبی خوابی وسل واسهال و پیچش صفراوی معده دارویی بی نظیراست. مالیدن مخلوطی از روغن تخمهٔ‌کدو، با خـون سیاوشان، جهت زخمهای سروبدن اطفال، زخمهای گوشهٔ لب وبناگوش اثر فوری دارد.

من «ماردارو» هستم!

من زخمهای خوره‌ای و جذامی را التیام می‌دهم، ولی درمان قطعی جذام نیستم، من پادزهر نیش افعی هستم.

اسم من «ماردارو» است، درشیرازبه من نخوشی گویند. چون برگهای من درزمستان خشك نمی‌شود درگیلان و مازندران مرا «الاملك» می‌خوانند. من دارای انواع واقسام هستم. به‌انواع من هزارگوشان وهـزارکشان هم می‌گویند. درکتب طبی قدیم ازمن به نام «فاشرا» یادکرده‌اند. و عده‌ای هم به من تاك صحرایی گفته‌اند. عربی من کرمة البیضا است ومیوهٔ من به‌انگورمار معروف است (عنب الحیه).

گیاه من شبیه درخت انگوربوده و دارای خار است.

من دراکثر نقاط ایران، مخصوصاً جبال البرز، آذربایجان و فارس به فراوانی می‌رویم و انواع من در اروپای مرکزی و افریقا فراوان است و بیشتراز ریشهٔ من که دریك گیاه ممکن است وزن آن به بیش از دوکیلوگرم

برسد استفاده می‌کنند، ولی میوه و برگ من هم دارای فوایدی نظیر ریشه می‌باشند. خوردن پنج گرم ریشهٔ من مارگزیده را از مرگ نجات می‌دهد و حیوانات مخصوصاً اسب و گاو هم موقعی‌که مـار آنها را می‌زند، به سراغ درخت من‌آمده وآن را ازریشه می‌کنند وکمی ازآن می‌خورند. ریشهٔ من مسهلی قوی است، هنگام‌کندن، آبی از آن خارج می‌شودکه در داروسازی به نام «آب بریون» معروف است. جوشاندهٔ من در روغن زیتون، خـون مردگی زیرچشم را پاك می‌کند. لیسیدن مخلوط من باعسل جهت‌دیفتری‌و سرفهٔ‌کهنه ودردپهلو وباد آن مفیداست. چون‌آب ریشهٔ مرا باگندم بپزند و به خورند، شیر را غلیظ و زیاد می‌کنم. برگ و ساقهٔ نورسته من سختی طحال را از بین می‌برد. مخصوصاً اگرسی روز، روزی نیم‌گرم‌آن را باسرکه بخورند. خوردن من برای زنان آبستن خوب نیست وخطرناك است، زیرا جنین را می‌کشد ورحم‌را پاك‌می‌کند. نشستن درآب‌جوشاندهٔ غلیظ من‌جهت بواسیر و نواصیرمفیداست. ضماد ریشهٔ‌من باسرکه جهت فرو بردن ورمها و پاك‌کردن زخمهای چرکی وقطع زگیل نافع است .

ضمنا ریشهٔ من جهت پاك‌کردن ودرمان زخمهای چرکی و بدخیم و زخمهای جذامی وخوره‌ای نافع است و نیز برای محکم شدن استخوانهای شکسته وعضلات دررفته، سودمند می‌باشد وهمچنین‌آن را جهت پاك‌کردن كك‌مك وسیاهی‌جای زخم تجویزمی‌نمایند. زیاده روی درخوردن من برای طحال زیان دارد و ذهن راکند می‌کند وعقل را زایل می‌نماید. وبعضی از انواع خارجی من سمی‌هستند.

۱-۸۰۰۷-۶۰۴۲-۶

شابک ۸ - ۰۲۲۰ - ۰۰ - ۹۶۴ (دوره ۳ جلدی)
ISBN: 964 -00-0220-8 (3 Vol.Set)

شابک ۳ - ۰۳۲۶ - ۰۰ - ۹۶۴ (جلد دوم)
ISBN: 964 -00-0326- 3 (Vol.2)

بهای دورهٔ ۳ جلدی: ۳۰۰۰۰ ریال