

مضرات قوہ باہ

آبجو . رازیانہ ، مرزنجوش ، برگ اوکالپتوس ، بسفایج ، پوست بید ، عنباب بعلت داشتن هورمون (یعنی ضد ترشحات) زنانه در تغییر جنسی و عقیم شدن موقتی مردان مؤثرند و همچنین غذاهای که هورمون مردانه دارند زنانرا تغییر جنس میدهد و تمایلات زنانه را بصورت غیر قابل وصفی از بین میبرد مانند دنبلان و زعفران و موز و میگو و خاویار ولیکن برعکس تمایلات مردی را چند برابر میکند .

ص ۶۵ - ناتوانیهای جنسی و ۱۸۴ - اسرار خوراکیها

تسکین تمایلات جنسی

دمکرده سی گرم گل ماده رازک دویاسه فنجان قبل از غذا تسکین میدهد و همچنین زیاد خوردن هندوانه قوہ باہ کم میکند .

ص ۲۴۰ - اسرار خوراکیها و ۱۱۰ - گلها و گیاهان شفا بخش

کاهو سرشار از ویتامین (A و B و C) و دارای آهک - کلسیم فسفر - منیزیم - ید - منگنز - روی - سدیم و مس میباشد و یک خاصیت مهم دیگر کاهو این است که آمال جنسی را متعادل میکند .

ص ۶۱ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

شیرخشت قوہ باہ را کم میکند .

ص ۱۴۸ - گلها و گیاهان شفا بخش

گل نیلویابی خاصیت مهم این گیاه این است که تحریکات عصبی و جنسی را تخفیف و تسکین میدهد و قوہ مردی را کم میکند و از قرنهای پیش این خاصیت مورد تصدیق و تأیید قرار گرفته و داستانها و حکایات زیادی در این باره در کتب مختلف ذکر شده است بهمین جهت است که عاشقان زن و مردی که زیاد تحریک میشوند با این گیاه خود را معالجه میکرده اند شما اگر اینطور هستید میتوانید صحتا دوست گرم گل خشک نیلوفر آبی را در یک لیتر آب دم کنید و هر روز سه فنجان آنرا بنوشید .

ص ۴۰۴ - گلها و گیاهان شفا بخش

بغایت محربستدانه تمر هندی را سه چهار روز در آب خیسانیده پوست



آنها گرفته یک جزو مفر آنرا بادو جزو قند کوبیده حب ساخته دو عدد که بقدر نخودی باشد استعمال کنند . جهت استمساك منی محربست .

ص ۱۴۵ - نهنه حکیم مؤمن

محروورین آنهائیکه حرارت در بدنشان غالب است دوع تازه میل کنند .

راحمای بجات از مرک مصوعی

www.KetabFarsi.com



فصل بیست و هشتم

راشی تبسم

یا نر می استخوان

ید ضد اسکوبورت بوده بیماریهای لنفاتیسم و راشی تبسم را معالجه میکند.

ید یکی از شبه فلزات مفیدی است که وجود آن برای حیات بشر لازم است. شما هم میتوانید از غذاهای یددار استفاده نمایید. شرح آن در اول کتاب گذشت.

خوردن انجیر در روز استخوان را محکم مینماید و برای نقرس و بواسیر هم مفید دفع قولنج هم میکند.

ص ۵۶ - حلیة المتقین

تخم شنبلیله برای راشی تبسم مفید است باید آنرا آرد نموده مقدار یک قاشق قهوه خوری در یک فنجان آب جوشانیده مصرف کرد چون گرد تخم شنبلیله دارای بوی مهوعی است این گیاه را مخلوط با گیاهان دیگر مطر ساخته مصرف نمود.

ص ۱۴۶ - گلها و گیاهان شفا بخش

راشی تبسم بچه‌ها

ویتامین (D) یا ضد راشی تبسم

ویتامین (D) مثل ویتامین (A) علیه راشی تبسم می‌خنکد و برای



بچہا مخصوصاً لازم و ضروری ویتامین (D) در جوانہ گندم، شیر کامل، کرہ تازہ، پنیرهای چرب، رده تخم مرغ، روغن کبدماهی مورو، روغن های مایع نباتی، شامامی و ساردین وجود دارد.

ویتامین (D) بوسیله هوای آزاد و نور خورشید و اشعه اولتراویولت (ماوراء بنفش) نیز بدست میآید و این عوامل در مقابل چربی طبیعی بدن که بروی پوست وجود دارد تولید ویتامین (D) در بدن میکنند و بهمین جهت است بچہا ئیکه در مقابل هوای آزاد و نور آفتاب قرار نمیگیرند با وجودیکه غذای آنها کافی است و خوب تغذیه میشوند مبتلا بر اشیٹیسیم میشوند زیرا آنها از هوای آزاد و نور آفتاب محروم میباشند.

ص ۱۲ - میوه ها و سبزیها و کتاب سلامتی و بیماری کودکان

صد گرم مریم گلی را در یک لیتر آب ده دقیقه حوشانید در وان حمام ریخته در آن آب بچہا استحمام کنند.

ص ۲۲۰ - گلها و گیاهان شفا بخش

بچہای ضعیف که مبتلا به راشیتیسیم میباشند در آب حمام حوشانده سبب گرم برگ گردو دو کیلو نمک دریائی را با آن اضافه کنید و آنها را شستشوی دهید بهبودی خواهند یافت.

ص ۱۹۷ - میوه ها و سبزیهای شفا بخش

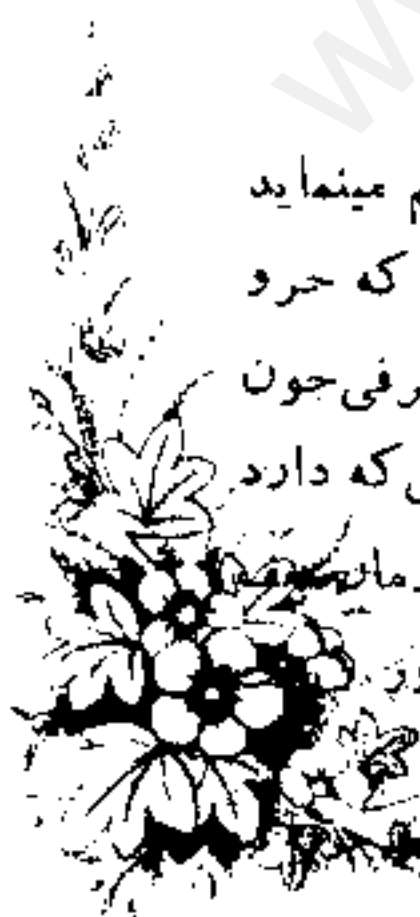
دمکرده پوست گردو برای مداوای سستی استخوان بسیار نافع است.

ص ۲۲۷ - اسرار خوراکیها

استخوان و عضلات

اسفناج دارای آهک و سدیم میباشد که استخوان و عضلات را محکم مینماید و دارای کمی ارسنیک است که تقویت کننده بوده و مواد سفیده ای دارد که حرر غذاهای سازنده محسوب میشود و مواد قندی دارد که نیرو بخش است از طرفی چون دارای آهن وید میباشد خوب جذب بدن میشود و بواسطه ماده صابونی که دارد کلروفیل آن عامل مؤثری برای تقویت عضلات و قلب است اسفناج برای درمان کمبود خون تجویز میشود پخته و نیخته آن مفید است نیایستی آب حوشانیده آن را دوز روزانه خون ملین و زود هضم است.

ص ۲۲۰ - اسرار خوراکیها



شلغم دارای قند طبیعی است و منیزیم زیادی دارد و از همین جهت نیرو بخش بوده و اسکلت را محکم میسازد و تقویت میکند.

ص ۲۳۲ - اسرار خوراکیها

خیار دارای مقدار زیادی ویتامین و آب حیاتی است زیرا تاستان آبش به بدن میرسد و مستقیماً جانشین آبهایی میشود که با عرق خارج میشود؛ آن داشتن يك ماده مخصوص قوه ارتجاعی عضلات را زیاد میکند.

ص ۲۳۸ - اسرار خوراکیها

ضد درد و تشنج

دمکرده شکوفه سیب درختی سی گرم در يك لیتر آب خاصیت ضد تشنج دارد.

ص ۱۳۹ - گلهای گیاهان شفا بخش

سنبل ختائی تقویت کننده و محرك است و هضم غذا را آسان میکند این گیاه ضد درد و تشنج بوده و برای کم خونی مفید و بادشکن هم میباشد قسمتهای مورد استفاده آن ریشه و برگ و تخم آنست که تخم آنرا بیست گرم در يك لیتر آب دمکرده و ریشه آنرا بمقدار بیست گرم در يك لیتر آب میجوشانند و با هر وعده غذا يك فنجان آنرا پس از غذا مصرف میکنند.

ص ۱۳۸ - گلهای گیاهان شفا بخش

آویشن آبی یا آویشن شیرازی که بنام آبشم هم معروف است یکی از گیاهان شفا بخش است که در دردهای و معالجه بیماریهای مختلف اعجاز میکند و از این جهت است که آنرا باید از گرانبها ترین گیاهان دارویی روی زمین دانست خواص طبی و درمانی آویشن شیرازی این است که ضد درد و تشنج است مقوی و خونرا هم بگریان میگذارد.

ص ۴۹ - گلهای گیاهان شفا بخش

گلهای بابونه در فاصله ماههای خرداد و مرداد ظاهر میگردد که وقتی کاملاً باز شد باید آنرا چید و در سایه خشک کرد تا خواص آن محفوظ بماند بابونه گیاهی است مقوی ضد درد و تشنج، نیرو بخش بهمین جهت دمکرده آن ده تا بیست لیتر آب در يك لیتر آب مفید و مؤثر دانسته اند بعد از هر غذای اصلی بچنان مصرف کنید ولی خانمهای حامله مخصوصاً تازه آستن باید از مصرف



آن خودداری کنند در بعضی از شهرستانهای ایران پلوی را با برگ با بونه درست میکنند .

ص ۵۲ - گلها و گیاهان شفا بخش

ورم و برآمدگی بعد از ضربه بدن

ضماد پخته پیاز سوسن سفید برای رفع سیاهی و ورمی که بعد از ضربت در بدن پیدا میشود مفید است.

ص ۱۴۱ - گلها و گیاهان شفا بخش

در رفتگی و رگ برگ شدن اعضاء بدن

جوشانده گل شاه پسند طبی برای کمپرس گرم در مورد ورم و برآمدگی ضربه در بدن رگ برگ شده. در رفتگی اعضاء دردهای عصبی مقدار مصرف آن در این مورد سی تا چهل گرم در یک لیتر آب که باید ده دقیقه جوشانید.
ص ۱۴۶ - گلها و گیاهان شفا بخش

برگهای سفت و خارجی کلم را که معمولاً مصرف نمیکند و دور میریزند دارای خواص بیشماری است و در مورد رگ برگ شدن اعضاء بدن و فلج اعضاء انسداد غدهای استعمال میکنند برای مصرف آن باید برگها را بكمك يك بطری یا يك نورد صاف کرده و کمی در روی آتش گذاشت تا بپزد بعداً آنرا روی عضوی که درد میکند گذاشت و با پارچه پشمی بست هر روز باید این ضماد را دو یا سه بار تجدید کرد .

ص ۵۰ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

ضماد گل و برگ زوفا در در رفتگی و رگ برگ شدن اعضاء بدن اثر فوری دارد .

ص ۱۱۷ - گلها و گیاهان شفا بخش

لقوه یا رهشه

زنیان و سیاه دانه و آبشم راسنوف بکنید و بعد از لبنیات و طعام که بیم ضرر دارد نخورید با مقدار میل کنید معده را تقویت و بلغم را هم میبرد اما نباید بیش از حد از لقوه شمارا .

ص ۱۲۸ - حلیه المتعین

سوسنبر خاصیت درد و تشنج و فلج ورعشه و طپش قلب دارد و مقوی معده و بادشکن بوده اعصاب را هم آرامش و تقویت مینماید و درمان نفخ شکم هم میباشد مصرف آن بیست گرم در نیم لیتر آب دو دقیقه دم کرده بعد از هر غذا یک فنجان از آنرا بنوشید.

ص ۱۲۰ - گلها و گیاهان شفا بخش

اکلیل کوهی یا اکلیل الملك یا ناخونک ضد درد و تشنج ورعشه بوده سی گرم در یک لیتر آب دم کرده روزی سه فنجان میل کنید در کوفتگی و درد عضلات اگر روغن آنرا با روغن زیتون مخلوط کنید و بمحل درد بمالید ساکت خواهد شد.

ص ۴۸ و ۴۹ - گلها و گیاهان شفا بخش

سیب زمینی اثر ضد ترشح دارد رعشه و تشنجات عضلاتی اسهال تشنجی و بد خوابی امراض عصبی را معالجه میکند.

ص ۲۳۶ - اسرار خوراکیها

گشتن بدن

۵ مثقال قرنفل که میخک باشد در شیشه کنید و سرش را محکم ببندید و گل مالیده در آفتاب بگذارید و بقدر یک روز در تابستان و دو روز در زمستان پس از آن از شیشه بیرون آورده نرم بکوبید و با آب باران مخلوط کنید و بر پشت بخوابید و بان طرف بدن که گشته است بمالید و بر آن حال خوابیده باشید تا آن قرنفل خشک شود چون چنین عمل نمائید آن مرض بر طرف میشود.

ص ۱۸۷ - حلیة المتقین

بیماری منتزیت

منتزیت ورم پرده های دماغ و مرضی است که باعث تورم و چرک کردن در مجاری می شود و از بیماریهای خطرناک است علامات آن عبارت است از بروز تب، سردی بدن، استفراغ، بیوست مزاج پیشگیری آن بوسیله واکسیناسیون بر ضد بیماری منتزیت دفاعی بدن بوسیله انواع ویتامینهای بخصوص ویتامین ث و ویتامین ج و بر این جهت آنرا از سولفامیدها استفاده میکنند.

خوشبختانه بیماری مننژیت در خانواده‌هایی که طرفدار مکتب این کتاب باشند و بدستورهای آن عمل نمایند ثابت شده کسانی که باغذا سبزی و پیاز خام میخورند باین مرض مبتلا نمیشوند.

در مورد مننژیت بچه و کودکان

در مننژیت کودکان در حالی که انتظار ورود پزشك هستید پاهای بچه را تا قوزك آن در يك كيلو ونیم پیمار سفید که کاملاً رنده شده باشد بگذارید پس از ۹ ساعت خطر دور میشود .

ص ۱۶ - اسرار خوراکیها

بر گهای خارجی کلم را که معمولا مصرف نمیکنند و دور میریزند دارای خواص بیشماری است و در مورد مننژیت استعمال میشود .
قبل از اینکه پزشك بشما برسد باید صورت خود را از بر گهای کلم که در آتش پخته شد اشد بپوشانید .

ص ۵۰ - میوه ها و سبزیهای شفا بخش



فصل بیست و هفتم

مالاریا

بیدخشت برای تب و نوبه و مالاریا

بیدخشت (مان) همان است که در قرآن با سمن از آن ذکر شده و عبارت از ترشح سفید یا زرد ماده طبی است که بان بیدانگبین هم میگویند معمولاً در ایران در کنار جویبارها بیدمیکارند ولی هم‌این بیدها بیدخشت تولید نمیکنند بلکه شرایط جوی برای تولید بیدخشت لازم است که آن خشکی هوا و حرارت زیاد تابستان است بیدخشت در اطراف تهران در ناحیه شهریار و دماوند بدست میآید دهاتیها برای بدست آوردن بیدخشت باتینه‌های فلزی که آغشته با رداست شیرهای را که از تنه درخت بید جوشیده است تراشیده و در کیسه‌هایی که پر از آرد است می‌اندازند تا بهم بچسبند .

بیدخشت ماده شیرینی است که هنگام گرمای تابستان از تنه درخت بید تراوش میکند این ماده که بروی درخت بصورت چکه‌های بیرنگ چسبیده دیده میشود گاهی از تنه درخت سرازیر میگردد بیدخت دارای خاصیت نرم کننده و کمی ملین است و اغلب بجای شیرخشت که کمیاب و گران است بکار میرود .

پوست درخت بید هم بصورت جوشانده و یا دمکرده بمقدار بیست گرم در یک لیتر آب برای رفع تب و نوبه مالاریا بکار میرود و عجب این است که این درخت در تنوعی مردابی که پشه‌های مالاریا زیاد است میروید و در عین حال داروی مالاریا نیز میباشد .

ص ۶۹ - کلها و ماهان خفا بخش

چون ترکیب زیر در معالجه مالاریا تجویز شده و مورد تجربه قرار

گرفته و نتیجہ مطلوب حاصل شدہ لذا برای استفادہ همگانی ذیلا شرح آن میپردازد .

- | | |
|-----------------|---------|
| ۱- پوست بید | ۲/۵ سیر |
| ۲- پوست گنہ گنہ | ۱/۵ |
| ۳- ریشہ کاسنی | ۱/۵ |
| ۴- گل بنفشہ | ۲ |
| ۵- عناب | ۲ |
| ۶- سپستان | ۱ |
| ۷- ناچریزی | ۲/۵ |

اجزاء بالا را جوشانده پس از صاف نمودن ۵ سیر ترنجبین را در آب داغ حل نموده پس از صاف نمودن به جوشانده بالا مخلوط نمایند بعداً روی آتش بگذارید تا بقوام بیاید بقدری که بتوان از آن بطور حب استفاده نمایند روزی سه دانه میل نمایند.

حصبه یا تیفیroid

خیار بعلت داشتن گوگرد معده را ضد عفونی نموده و درمان امراض حصبه ای و میکروبیهای معدی است بعلت داشتن یک ماده قوی ارتجاعی عضلات را زیاد و همچنین انواع کدو برای مبتلایان به حصبه و اسهال خونی تحویر میگردد .

ص ۲۳۵ - اسرار خوراکیها

در تب حصبه باید پاهای مریض را در ضماد سیر محصور کرد و ساعت بساعت آنرا عوض نمود و پاهای مریض را در لحاف حفظ کرد .
سیر رنده شده و دو برابر روغن کامفره و کمی پیاز و علف گزنه کوبیده شده بآن اضافه نمایند .

ص ۴۸ - میوه ها و سبزیهای شفا بخش

در بیماری شاربون که مرضی عفونی است و میکروب آن معمولاً بوسیله گریدن مگس مخصوصی بانسان منتقل میشود و سرایت میکند اگر زیر دروی پاهای بیمار را در ضماد مخلوط پیاز و سیر و گزنه که خرد شده باشد بگذارید حال مریض بزودی بهبود خواهد یافت .

حصبه کودکان

در تیفوئید کودکان در حالی که در انتظار ورود پزشک هستید پاهای بچه را تا قوزک آن در یک کیلو ونیم پیاز سفید که کاملاً رنده شده باشد بگذارید پس از ۹ ساعت خطر دور میشود.

در اولین عوارض تبهای تیفوئید باید پاهای بیمار را تا قوزک پادرسه کیلو پیاز رنده شده خوابانیده و لغاف بندی کرد این لغاف بندی عرق زیادی آورده و تب بیمار را قطع میکند.

ص ۹۲ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

آبلیمو بمقدار زیاد با سیلهای و با تب تیفوئید (حصبه) را کشته و نابود میکند.

ص ۱۳۱ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

شیرخشت کاملترین دارو در بیماریهای برونشیت و حصبه است مقدار مصرف آن ده تا صد گرم در آب گرم شرب مصرف مینمایند.

ص ۱۴۸ - گیاهان و گیاهان شفا بخش

کسانی که از بیماران حصبه پرستاری مینمایند در موقع شیوع این بیماری میتوانند از نعنا استفاده نمایند و باین بیماری دچار نشوند حتی اگر آب آلوده میکروب حصبه را با نعنا بخورند مبتلا نخواهند شد.

ص ۱۴۹ - اعجاز خوراکیها

نسخه برای تیفوئید

تخم خرفه ۱۵ گرم ، تخم خیار ۱۵ گرم ، تخم کاسنی ۱۵ گرم ، تخم کشنیز ۱۵ گرم ، شیرخشت ۵۰ گرم . ابتدا هر چهار تخم را در هاونی بسیار نازک کوبیده و از آن پس در پارچه تمیزی میریزند و بعداً پنج استکان عرق پید در ظرف پاک ریخته و پارچه محتوی چهار تخم را در آن فرو برده و چند لحظه بگذارند بخیسد سپس پارچه را از داخل ظرف خارج نموده و با دست تمیزی درشت آن چهار می دهند تا تمام شیر آن را در محل جمع کرده و آنرا بخورد بیمار

نسخه دوم

گل بنفشه ۱۵ گرم، شیرخشت ۵۰ گرم، روغن بادام شیرین ۲۰ گرم.
ابتدا گل بنفشه را در چهار استکان آبجوش دم کرده و بعداً شیرخشت را در آن
صاف و سپس روغن بادام را بان اضافه نموده آنگاه یکمرتبه آنرا میدهد.
نانه پزشکان

تخم کدو ضد کرم کدو میباشد نرم کننده سینه و خنک کننده میباشد مدر و
ملین است برای امراض قلبی بسیار مفید است و پیچش شکم را برطرف میکند
برای مبتلایان به حصه تجویز میشود.

ص ۴۳۵ - اسرار خوراکیها

دیابت یا مرض قند

فقدان سیلیس یکی از علل مرض قند میباشد.

ص ۱۵۶ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

برای شفای بیماری قند پیاز - تربیزک - توت خشک - بولاغ اوتی - تخم
خیار - تخم خرفه مصرف نماید.

ص ۵۷ - اعجاز خوراکیها

آب انگور ضرر دارد.

ص ۱۴۴ - اعجاز خوراکیها

تخم خیار مفید و بهترین معالج مرض قند است.

ص ۱۳۷ - اعجاز خوراکیها

خوردن گوشت بسیار مضر در طب از این اشتباهات زیاد است بسیاری از
جنايات را تحت عنوان طبابت انجام داده و باز هم تکرار میکنند. بیماران را
از خوردن میوهجات و ریشههای شیرین که با داشتن قند دارای انسولین گیاهی
نیز میباشد منع میکنند و آنها را به خوردن کباب که محرك لوزالمعده است
تشویق مینمایند خوردن کباب يك اثر آنی و زود گذر دارد ولی بعداً عواقبشوم
آن ظاهر میگردد.

گوشت دارای مواد قندی نیست و کسبکه گوشت میخورد چون قندی
نخورده است مقدار قند خون وادرارش کم میشود ولی تحریکی که این غذا

ضد حیاتی به لوزالمعده میدهد بیماری را شدید میکند و از همین جهت است که بیماری قند صعب‌العلاج میشود **گوشت را از مبتلایان بمرض قند بکلی قطع کنید** و بآنها رژیم بدهید که محتوی قند کم و سرشار از انسولین نباتی باشد مانند پیازوسیر و موسیر سیب زمینی ترش، تره‌فرنگی، آب شلغم، هویج، ترب دارای انسولین گیاهی هستند جوشانده جوانه جو دارای این خاصیت است که مانع عفونت معده که نتیجه لاشخوری است شده و از رشد میکروبهای حصبه، اسهال و وبا جلوگیری میکند و سایر میکروبهای موزی معده را میکشد و از همه بالاتر اینکه در جوشیده انسولین گیاهی بمقدار زیاد وجود دارد که قند خون را پائین می‌آورد خوردن ماء‌الشعیر و همچنین جوخیس کرده معده و روده‌ها را ناک و ضد عفونی میکند و از ابتلا به مرض قند جلوگیری میکند.

ص ۵۳ - اسرار خوراکیها

آلبالو و گیلاس مبتلایان بامراض قند مفید است همچنین توت فرنگی که از نظر قند و املاح بسیار غنی مخصوصاً آهک، فسفر، آهن زیاد دارد.

ص ۴۱۴ - اسرار خوراکیها

قند توت برای بیماران قند بسیار مفید است.

ص ۴۱۹ - اسرار خوراکیها

بادام دارای مقدار زیادی فسفر، پتاسیم، منیزیم، آهک، گوگرد، کلسیم و آهن دارد نظر باینکه در بادام مواد نشاسته‌ای تقریباً وجود ندارد مبتلایان بمرض قند میتوانند مقدار زیادی از آنرا بخورند آنرا جانشین نان و مواد قندی سازند.

ص ۴۲۴ - اسرار خوراکیها

زیتون برای مبتلایان بمرض قند مفید است.

ص ۴۲۹ - اسرار خوراکیها

شلغم با اینکه دارای قند است در درمان بیماری قند بسیار مفید است مخصوصاً اگر آب آنرا بگیرند و بنوشند زودتر این بیماری را شفا میبخشد.

ص ۴۳۲ - اسرار خوراکیها

کاز چوبه مقوی است و زیادی قند خون را درمان میکند و درمان مرض قند است.

انواع کدودارای قنداست ولی قندش برای امراض قند ضرر ندارد دارای ویتامین‌های زیادی است.

ص ۲۳۵ - اسرار خوراکیها

کسانیکه مبتلا به مرض قند میباشند از مصرف گرمک و خربزه خودداری نمایند.

ص ۱۶۵ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

قند سرشار از ویتامین‌های (A و B) و مواد چربی و سفیده‌ای دارای پنجاه درصد وزن خود روغن مایع است و بی‌اندازه مغزی میباشد. قند مثل گردو و بادام برای تغذیه اشخاصی که مبتلا به قند میباشند تجویز گردیده تجزیه‌ایکه اخیراً در آزمایشگاه از قند شده ثابت گردیده که قند دارای کلسیم، آهن، آهک، فسفر، پتاسیم، گوگرد، منیزیم، کرب، سدیم، مس میباشد قند را اگر کمی بوبدهند طعم آن بهتر و مواد روغن آن بیشتر از خام بوده و زیاد میگردد. قند خشک هفتاد درصد وزن خود دارای مواد روغنی یا تازده تا بیست درصد مواد سفیده‌ای چون مواد نشاسته‌ای ندارد برای اشخاصیکه دیابت دارند تجویز میگردد.

ص ۱۷۵ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

گردو سرشار از ویتامین‌های (A و B) مواد روغنی و سفیده‌ای دارای آهن، آهک، فسفر، روی و مس میباشد. پنجاه درصد وزن آن چربی است بهمین جهت خیلی مغزی است و برای غذای اشخاصی که مبتلا به مرض قند شده‌اند تجویز میگردد اگر زیاد خورده شود باعث ورم سقف دهان، گلو، لثه‌های دندان میشود. پس از خوردن با آب دهان خود را کاملاً بشوئید کسانیکه مبتلا به بیماری قند هستند باید بیست و پنج گرم برگ خشک گردو را در یک آب دم کرده صبح و شب یک لیوان از آنرا مصرف نمایند یک هفته گذشت شفا میگیرند.

ص ۷ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش و ص ۲۲۷ - اسرار خوراکیها

کلابی سرشار از ویتامین‌های (A و B و C) قند، مواد چربی تانن است. دارای آهن، کلسیم، فسفر، منیزیم، پتاسیم، منگنز میباشد میوه‌ای است مغزی، ملین و مدر است، قندی که در کلابی وجود دارد از نوع لوکوز میباشد و این قند برای اشخاصیکه مبتلا به بیماری قند میباشد مفید است.



جهت است که مصرف گلایی را برای اشخاصی که مبتلابه بیماری قند (دیابت) هستند تجویز کرده اند.

ص ۱۸۶ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

انار دارای خاصیت مقوی برای قلب هم مقوی و مفید و خون را هم تصفیه میکند چون قند ادرار را کم میکند برای اشخاص مبتلابه بیماری قند دیابت هم مفید است.

ص ۱۰۰ - گلهای و گیاهان شفا بخش

تره بعلت داشتن ویتامین (C) در مورد ابتلا به بیماری قند جلوگیری میکند.

ص ۱۳۵ - گلهای و گیاهان شفا بخش

پرتقال دارای حداقل یازده درصد قندی است که مستقیماً قابل جذب در بدن است و این قند بشکل گلوکوز - فروکتوز و لولوز میباشد و بهمین جهت است که مصرف آن را با اشخاصی که مرض قند دارند توصیه کرده اند و در اغتشاشات معده و کبد اثر نیکو دارد.

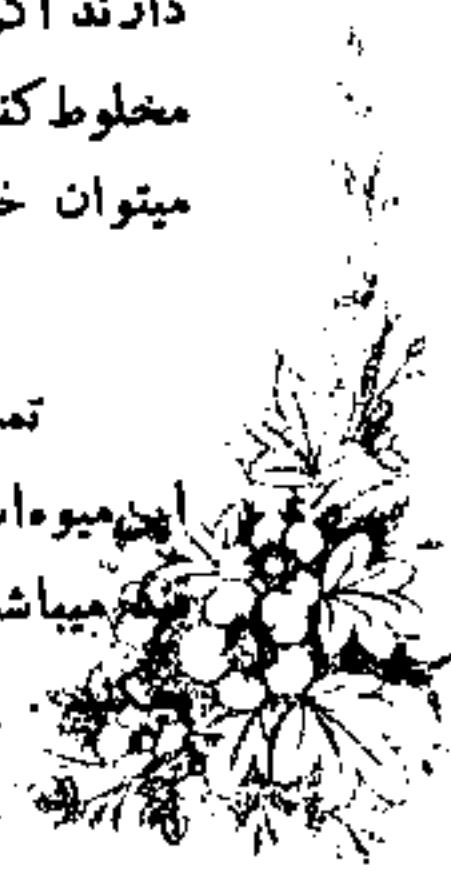
ص ۱۴۸ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش ص ۱۵۲ - اسرار خوراکیها

توت فرنگی سرشار از ویتامین‌های (B و C) و قند و سلولز مواد چربی و آلبرومی نوئید است دارای آهن، آهک و فسفر و منیزیم، پتاسیوم، سدیم، سیلیس، ید و برم است مقوی و خنک، ادرار آور و تصفیه کننده خون است چون قندی که در توت فرنگی است از نوع لولوز است برای اشخاصی که مرض قند دارند اگر یک قاشق سوپخوری توت فرنگی جنگلی را در مقداری خامه تازه مخلوط کنند دسری عالی خواهد بود. این میوه رانه تنها بعد از غذا بمنوان دسر میتوان خورد بلکه اگر آنرا پیش از غذا هم بخورند اشتها آوراست.

ص ۱۵۶ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

تمشک سرشار از ویتامین‌های (C و K) و قند است چون قندی که در این میوه است از انواع لولوز میباشد مصرف آن برای اشخاصی که مبتلابه بیماری قند میباشد نیز تجویز گردیده ملین و خنک و اشتها آوراست و خون را قلیائی

ص ۱۴۰ - اسرار خوراکیها ص ۱۶۱ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش



مرض قند لاغری

يك قاشق سوپخوری تخم شنبلیله را در دو فنجان آب جوش ریخته و روی آتش ملایمی بجوش بیاورید تا يك فنجان آب آن تبخیر شود نه روز هر روز صبح ناشتا آنرا بنوشید هفت روز ترك کرده دوباره نه روز ادامه دهید.
ص ۴۴۶ - گلها و گیاهان شفا بخش

سیب زمینی در مرض قند و زیادی ترشی معده تجویز میشود مبتلایان بمرض قند میتوانند آنرا بجای نان بخورند بهتر آنست با پوست تنوری کرده و یا با پوست آب پز کنند زیرا در آزمایش ثابت شده است که وقتی آنرا با پوست حرارت دهند مقدار کمتری از ویتامین (C) آن را از بین میرود.
ص ۴۴۶ - اسرار خوراکیها

مبتلایان بمرض قند از خوردن چغندر و یا هو یج ممنوع شده اند

چون دارای مواد قندی زیادی میباشد از طرفی اخیراً کشف شده است هو یج درمان مرض قند است چون انسولین نباتی دارد.
ص ۴۵ - میوه ها و سبزیهای شفا بخش

ترتیزك یا شاهی سرشار از ویتامین های (A و B) و مقداری ویتامین (C) آن خیلی زیاد است و دارای مواد آهنی و منگنز، آهك، روی، گوگرد و ارزش درمانی دارد ولی باید باندازه معتدل آنرا خورد و این خاصیت را دارد که قند وارد در خون را خارج میکند برای اشخاص مبتلابدیابت (مرض قند) مصرف آنرا تجویز و توصیه شده است گاهیگاهی باید شاهی را ریز ریز کرده و مخلوط با آب لیمو روی يك تکه نان که بان کره مالیده شده گذاشت و به بیچه ها داد تا بخورند.

اگر شاهی را خورد بکنند و بگذارند در مجاورت هوا بماند زرد و مسموم میگردد شاهی را اگر بپزند خواص خود را از دست میدهد بایستی خام خورد.

ص ۱۲۵ - اعجاز خوراکیها ص ۴۴ - میوه ها و سبزیهای شفا بخش



فصل بیست و هشتم

عجائب خوراکیها

غذای مولد خواب و خیال شیرین

لابد خیلی اوقات با خواب و خیالات شیرین هم بستر شده خود را مقضی المرام دیده اید قطعاً تا کنون نمیدانستید که بعضی از غذاهای مولد این حالات خوش هستند یکی از این غذاها لوبیای سبز است مخصوصاً اگر فقط با کمی گوشت مخلوط شده و در روغن خوب سرخ شده باشد.

ص ۷۵ - اعجاز خوراکیها

خوردن انگور سیاه غم را زایل گرداند.

ص ۵۵ - حلیة المتقین

غذای مست کننده

گشنیز يك غذای معمولی است ادرار را زیاد میکند معده را تقویت نموده ضد عفونی میکند اگر تازه آن را بخورند ایجاد مستی مینماید و حتی ممکن است شخص را بیحال و بیهوش سازد.

غذای ضد ترس

سابقاً کاشانها خیلی ترسو بودند و امروز برعکس فوق العاده شجاع و شجاعند دلیل این موضوع این است که اهالی محترم کاشان سابقاً هندوانه و خربزه را کال میخوردند ولی خیار را میگذاشتند تا برسد یعنی زرد شود و



بخورند ولی امروز ہندوانہ و خربزہ تا نرسد و شیرین نشود نمیخوردند خربزہ کال دارای ترشی مخصوصی است کہ ترس را زیاد میکند و شجاعت را از بین میبرد ترشی ہم همین خاصیت را دارد خیار وقتی کاملاً رسید و زرد شد کمی ترش میگردد و مولد ترس است برعکس خربزہ شیرین ترس را زایل میسازد و انسان را شجاع میکند.

سایر قندهای میوہهای شیرین ہم کم و بیش همین خاصیت را دارند اکنون در انگلستان داروئی بنام ضد ترس ساخته اند کہ ساختمان آن شبیه قند میوہها است دلیل این موضوع این است کہ وقتی شخص میترسد رنگش میپرد و اگر بلافاصلہ ادرار خود را باز مایشکاه ببرد خواهد دید در ادرار او قند پیدا شدہ است این فرد مبتلا بپیماری قند نیست و فردا ہم در ادرارش قند وجود ندارد وقتی انسان میترسد مقداری از قند خونش خارج شدہ وارد ادرار گردیدہ لذا باید قند بخورند تا این ضرر را جبران نماید ہمیشہ پس از وقایع هولناک و هنگامیکہ دچار ترش شدہ و رنگتان میپرد بلافاصلہ آب میوہ شیرین و شربت گوارا بنوشید.

غذای اشک آور

محتاج بتذکر نیست زیرا ہمہ میدانند کہ وقتی پیاز را خرد کنند یا بخورند اشکشان جاری میشود خردل و عدس ہم همین خاصیت را دارد. گازهای اشک آور ہم اساس طبیعی یا مصنوعی این مواد هستند.

غذای مولد سکسکه

فلفل سبز بعلت داشتن ویتامین (C) زیاد بسیار نافع است ولی از آنجائیکہ ہر جا گلی است خاری ہم وجود دارد در این گیاه مادہ تند رستی وجود دارد کہ مقدار کم آن نیز نافع است ولی مقدار زیادش شخص را مسموم میکند و در نتیجہ ایجاد سکسکہ شدہ و اگر درمان نشود ممکن است سخت خطرناک باشد ہمیشہ این گیاه بمقدار کم استفادہ نمایند زیرا ویتامینها کمشان مفید است نہ زیادشان.

مولد عطسه

گیاهی است بنام کندش کہ در عطاریها پیدا میشود. ہر کس آنرا بکوبد یا

گردش را بدماغ بکشد مبتلابه عطسه میشود و روی این اصل با آن انفیہ درست میکنند. گردتوتون و تنباکو و قفل سیاه نیز همین خاصیت را دارد.

همه چیز از خوراکی است

در اینجا چند مثال از عجایب خوراکیها را برای شما شرح دادیم روی این اصل است میگوئیم همه چیز از خوراکی است اگر نمکین و گریابند از خوراکی است و با خوراکی رفع میشود اگر زیاد بشاش و خندانید از خوراکی است با خوراکی معالجه میشود اگر میترسد از خوراکی است با غذا درمان میشود عطسه میکنند از خوراکی است و علاجش در خوراکی است اگر نسیان دارید از خوراکی است و بهبود آنهم از خوراکی است.

غذای مولد خنده

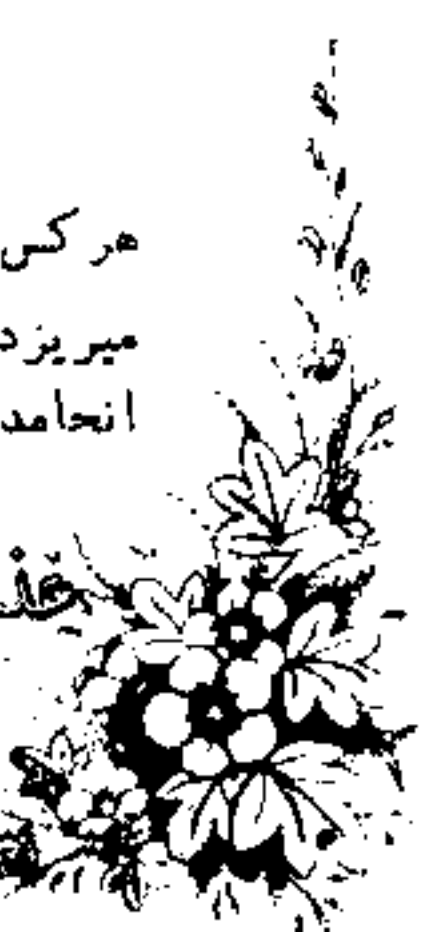
زعفران يك غذای معمولی است - شهوت را زیاد میکند عادت زناغه را جلو میاندازد و باز میکند بدن و قلب را تقویت میکند و ادرار را زیاد میکند و اگر زعفران را زیاد بخورند مسموم میکند و شخص مسموم در اواخر عمر دچار قهقهه شده آنقدر میخندد تا جان از بدن او خارج میشود دوران خنده ممکن است ۲۴ ساعت بطول کشد.

غذای مولد گریه

درین سمها گیاهی است از فامیل محترم اسفند که بفرانسه (رو) مینامند هر کس با این گیاه مسموم شود بگریه میافتد و آنقدر زار زار میگردد و اشک میریزد تا جان از بدنش خارج شود مدت گریه ممکن است ۲۴ ساعت بطول انجامد.

خدائی که انسان را برقص و آواز و امیدارد

ماکارونی يك غذای معمولی است اخیراً آش رشته و اماج راهم با آن میکنند و عیبی را که این غذاها داشتند ندارد.



ماکارونی آردی است مخلوط بازرده تخم مرغ که برای اطفال و زنان باردار ازنان بهتراست هر کس این غذا را بخورد بوجد میآید و چنانچه آب و سبزی بهیند و یا موقع را مناسب تشخیص دهد مشغول رقص و خواندن آواز میشوند.

ص ۷۵ - اعجاز خوراکیها

سداب

هر که سداب بخورد در شب و بخواهد در آن شب ایمن باشد از دردها.
ص ۱۹۷ - حلیة المتقین

غذای معجزه دار

یکی از غذاهای معجزه دار **دکتر گیلوردهاوزر** غذاشناس نامی جهان مخمر آبجویا لووردویر است که مترجم این کتاب افتخار دارد مباحثات کند با ترجمه کتابهای دکترهاوزر بفارسی به تعمیم مصرف آن در ایران کمک زیادی نمود تا جائیکه هم اکنون مخمر آبجو را انستیتو دوپاستور و آزمایشگاههای دیگر بطور مایع و تازه تهیه میکنند گرد آنرا هم مؤسسات داروئی از کشورهای مختلف وارد کرده و در دسترس عموم گذاشته اند و همه میدانند همانطوریکه دکتر هاوزر مخمر آبجورا غذای معجزه دار نام گذاشته است واقعاً این ماده غذایی در درمان و معالجه بیماریها اعجاز میکند و کسانیکه شخصاً آزمایش و تجربه کرده اند صحت این ادعا را تصدیق میکنند آقای دکتر **زرگری** در کتاب گیاهان داروئی مینویسد مخمر آبجو قارچی از اسکومپست هاست که از سلولهای مدور کم و بیضوی بطول ۸ تا ۱۲ متر و ۸ تا ۱۰ متر میباشد که گاهی بطور منفرد و زمانی متصل و بصورت زنجیر دیده میشود که (بطریقه جوانه) زدن یا تولید آسک تکثیر میگردد آقای **دکتر صادق مقدم** استاد دانشکده پزشکی تهران که درباره مخمر آبجو و تاریخچه آن تحقیقات عمیقی کرده اند چنین مینویسد:

یکی از صنایع که مردم از دوران بسیار قدیم بدون آنکه از لحاظ علمی آنرا شناخته باشند آشنا بوده و از آن استفاده میکردند نانوائی است که میدانیم که برای تهیه خمیر نانوائی از مایه ای که در فارسی بآن خمیر قبلی میگویند استفاده میکردند خمیر ترش یا مایه نانوائی عبارتست از کشتی نانوائی است که از یک عمل قبلی باقی مانده و این مایه را هرگاه به خمیر قبلی



اضافہ کردہ و خمیر رادر شرایط مساعدی نگهداری کنند بفاصلہ چندساعت و در میاید و درآمدن خمیر مقدمہ تجزیہ نشاستہ آرد هست از نتیجہ دیاستاردهائیکہ لورد تراوش میکند صورت میگیرد و خمیر را برای پخت نان آماده میسازد و نان حاصلہ را ماکول برای جذب آسان میکنند.

مردم از روی تجربہ دیدہ بودند کارگرانیکہ در کارخانہهای آبجو سازی کار میکنند هیچوقت مبتلا بہ جوش و دمل نمیشوند و بہین جهت کہ کشورہای شمالی اروپا لورد آبجو یکی از داروہای عامیانه است کہ مردم بدون مراجعہ بہ پزشک برای جلوگیری و یا درمان بیماریہای پوستی از آن استفادہ میکنند. در سال ۱۸۸۹ پروک استفادہ از لورد آبجو را رسماً وارد پزشکی نمودہ و استعمال آنرا در بیماریہای جلدی مخصوصاً دملہای چرک دار توصیہ نمود.

در نتیجہ بررسیہای کہ بعد بعمل آمد معلوم شد کہ لوردها بمقدار فراوانی ویتامین (ب) دارد بہین جهت استفادہ آن امروز جنبہ دیگری پیدا کردہ است علاوہ برویتامینہای جدید لورد دارای مقدار قابل توجہی ترکیبات معدنی است و بطوریکہ امروز معلوم شدہ است این ترکیبات نقش مهمی را در تندرستی انسان بعهده دارند.

ص ۴۱۲- میوہا و سبزیہای شفا بخش

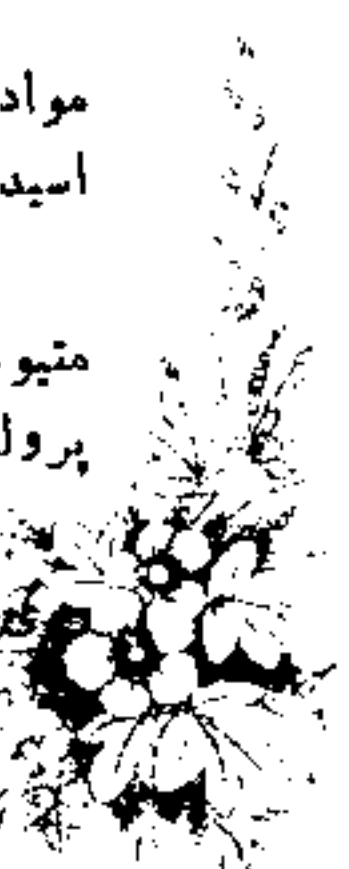
میوہ گل نسترن راسینوردون میگویند مخمر آبجو در سویس ساختہ اند کہ علاوہ برویتامینہای (ب) دارای ویتامین (ش) میباشد این مخمر آبجو را بایران ہم آورده اند نام آن سنوینای ۲ است و یاسنویس خسواس و دستور خوردن آن بشرح زیر است:

سنویس پودر مخمر آبجو خشک خوش طعم، خوش خوراک، مقوی، شامل مواد زیر ویتامینہای (ب^۱، ب^۲ و ب^۶)، کولین، اسید پانتونیک اسید پارا آمینو بنروئیک بیوتسین ویتامین (H).

اسیدہای امینہ (مواد غذایی) لیزین، تریپتوفان هیستیدین، فنل آلانین متیوین والین، گلیسین آلانین اسید اسپارتیک اسید گلو تامیک پرولین ہیدروکسی پرولین تیروزین، سیستین آرژنین.

املاح معدنی، فسفر، پتاسیم، منیزیم، سیلیس، کلسیم، مس، منگنز، آلومینیوم، سدیم، آهن، قلع، طلا، نقرہ، برم. موارد استعمال:

در کلیہ عوارض پوستی و آلرژی اگرما درماتیت خارشہای جلدی



غرور جوانی لبور یازیس .

۲- در دورہ نقاھت بیماریهای عفونی ضعف عمومی کم اشتھائی، لاغری،

کم خونی .

۳- در بیماریهای عصبی بخصوص ضعف اعصاب و کمبود ویتامین (ب۱)

در بدن .

۴- در دیابت (مرض فند) و برای جلوگیری از ایجاد سنگ کلیه .

۵- در زیاد شدن شیر مادران تصفیہ کبد پیش گیری پیری زود رس و

معالجه یرقان .

۶- در جلوگیری از ریزش و خاکستری شدن موی سر .

۷- در ورم روده های بزرگ و کوچک ، سومهاضمه های مختلف .

طرز استعمال : روزانه ۳ الی ۹ قاشق مربا خوری در یک لیوان آب

سرد یا مخلوط با ماست یا آب میوه یا آب سبزیجات قبل یا بعد از غذا .

بسته بندی در قوطی های تهویه شده ۲۰۰ گرمی و پلمپ شده وزارت

بهداشت و امنیت اجتماعی دولت فدرال سویس بسیار خوش طعم و خوش خوراک

میباشد و کودکان آنرا براحتی میخورند سنویس مخمر آبجوتازه ساخت سویس

میباشد که طبق متد دکتر گیلورده (اورر) تهیه شده است .

ص ۲۴۸ - ۳۳۳ و ۳۳۴ها و ۳۳۵ها شفا بخش

فوائد و مضرات خوردن چای

در قرن سیزدهم چای از چین به ژاپون صادر شد و از آنجا به انگلستان

از انگلستان به سایر کشورها رسید و مصرف آن معمول گردیده بطوریکه امروز

رتمام دنیا چای یکی از نوشابه های عمومی که در همه جا آنرا میشناسند و

پاشامند در انگلستان و هندوستان چای را مخلوط با شیر مینوشند و این کار فوائد

یادی دارد زیرا شیر (تئین) چای را خنثی میکند و بعلاوه شیر مواد مغذی است

که باینوسیله سهل الهضم تر میگردد .

دمکرده چای نوشابه نیرو بخش و مطبوعی است که به هضم غذا کمک میکند

لی افراط در مصرف آن تولید مرض تئیسیم میکند که علائم آن طبع قلب

صبانیت، اضطراب و بیخوابی و لاغری است .

دمکرده برگ چای به مقدار پنج تا ده گرم در یک لیتر آب جوش دارای

واص هضم کننده و محرک است .

برگ چای دارای ماده‌ای بنام (تئین) که شبیه به خواص کافئین است و تئوفیلین و تانن و آسید گالیک و مقدار زیادی واکسالات دوپتاس است گل چای دارای دو درصد کافئین و مقدار زیادی منگنز و آهن است دمکرده گلبرگ چای برای سوءهضم اسهال ، استسقا ، موقع پائین آمدن شکم مفید است و مصرف آن تجویز میشود ولی کسانی که مبتلا به اختلال اعصاب ، طپش قلب ، نقرس سنگ کلیه از نوع اوکسالات هستند نباید چای مصرف کنند دمکرده چای محلول خوبی برای شستشوی چشم است.

ص ۸۹ - گلها و گیاهان شفا بخش

باد سرخ

ضماد گاهو پخته با کمی روغن زیتون برای معالجه انواع باد سرخ مفید است .

ص ۶۱ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

آفتلی در معالجه امراض مصارف خارجی نیز دارد چنانچه اگر گلهای تازه آنرا له کنند و در موقع ابتلا به بیماری (باد سرخ) آنرا روی پوست بمالند مفید و مؤثر خواهد بود .

ص ۳۳ - گلها و گیاهان شفا بخش

بادیامان

بادیامان وسیله آب انگور معالجه میشود .

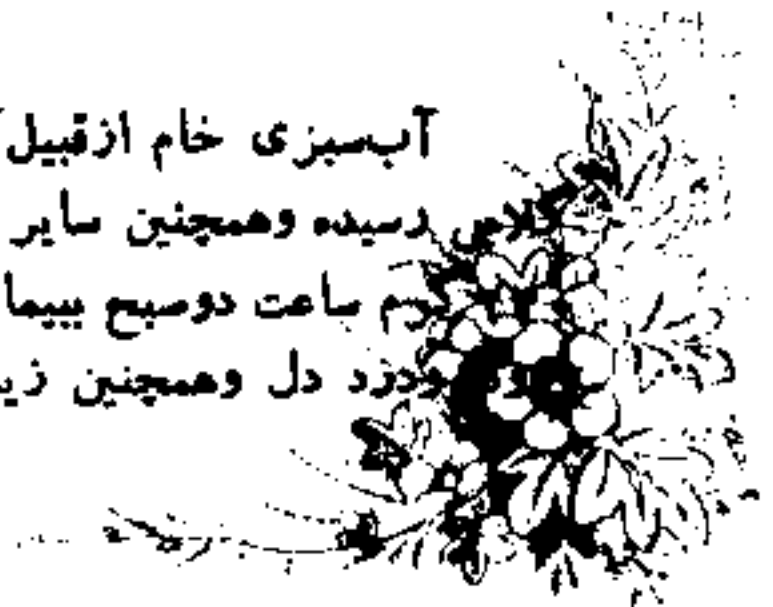
ص ۷۱ - اسرار خوراکیها

گوجه فرنگی جهت بادیامان و ورم مفاصل و امعاء مفید و پاک کننده خون است زیادی و ترشی معده را از بین میبرد .

ص ۴۰۹ - اسرار خوراکیها

آب سبزی خام از قبیل کرفس و ریشه آن ، هویج ، جعفری تازه ، اسفناج ، کلم رسیده و همچنین سایر میوه‌ها بدون آنکه پوست آنرا گرفته باشند روزی یک بار دو ساعت دو صبح بیماری که بادیامان دارند بخورانید جهت زخم معده و درد دل و همچنین زیاد چاقی باشند یا خیلی لاغر مفید میباشد .

ص ۳۳ و ۴۰ - چه باید خورد و چگونه باید پخت



جوشانده هویج و پیاز که بآن آب لیمو هم زده شود برای بادپامان مفید است .

ص ۱۳۴ - اعجاز خوراکیها

معتادین بدخانیات

شاهی چون ضد نیکوتین است برای اشخاص که سیگار میکشند مفید میباشد .

از طرفی سرشار از ویتامین های (A و B) و مقادری ویتامین (C) آن خیلی زیاد است دارای منگنز، آهن، مس، روی، آهک، گوگرد، ید، کاروتن و (ویتامین A) که بافته های بدن را جوان میکند میباشد و ارزش درمانی آن زیاد است .

ص ۳۴ و ۴۵ - میوه ها و سبزیهای شفا بخش

بر طرف کردن لکه های زرد سر انگشتان اشخاص سیگاری

کسانی که سیگار میکشند در انتهای انگشتهايشان لکه های زرد بدرنگی پیدا میشود که حتی باستن هم پاک نمیشود این اشخاص باید انگشتان خود را نخست در آب ژاول بگذارند تا کمی بماند و بعد از آن در آورده و با آب لیمو تازه بشویند بکلی لکه های زرد رنگ و بد شکل آن از بین میرود .

ص ۱۳۸ - میوه ها و سبزیهای شفا بخش

دشمن ویتامین C

یکی از دشمنان ویتامین (C) دخانیات میباشد که استعمال آن با ویتامین را در بدن از بین میبرد اگر میخواهید همیشه جوان باشید از کشیدن دود خودداری کنید .

ص ۱۳۴ - اعجاز خوراکیها



عواملی که احساسات جنسی را زایل میکند

سیگار همانطوریکه ریتمین را بیمار و جهاز تنفسی و جهاز هاضمه را دچار اختلال میکند، همانطور نیز تمایلات مردی را کم کرده و از این میبرد. شما اگر يك شب قبل از شام سه عدد سیگار بکشید بطور قطع در اشتهای شما نقصان پیدا خواهد شد و میل زیادی بخوردن شام ندارید و هر قدر تعداد سیگار زیاد شود بهمان نسبت اشتهای شما کاسته خواهد شد.

آیا میدانید این امر از کجا ناشی میشود از اختلال و ناراحتی جهاز هاضمه پس وقتی جهاز هاضمه دچار اختلال گردید بالطبع جهازات دیگر نیز مختل خواهند شد لازم بتوضیح نیست که جهاز تناسلی هم یکی از جهازات بدن است. وقتی عاملی مانند دود سیگار آنقدر قدرت داشته باشد که جهاز تنفسی و جهاز هاضمه را مختل سازد بطور قطع جهاز تناسلی را نیز دچار اختلال خواهد کرد. روی این اصل بشما توصیه میکنیم که یا سیگار نکشید و یا اگر هم معتاد هستید در کشیدن افراط نکنید و سعی کنید که در شبانه روز بیش از سه عدد آنهم پس از صرف غذا باشد.

ص ۷۵ - اسرار خوراکیها

غلیان

اعراب معمولاً غلیان میکشند غلیان دودی شدیدتر از سیگار دارد ولی معدلك تولید سرطان نمیکند زیرا آب غلیان دود را شسته و قطران را میگیرد دخانیات دشمن ویتامین (ش) است و کسانی که باین سموم اعتیاد دارند حتی المقدور باید آب لیمو و سایر موادیکه از این ویتامین دارد زیاد بخورند یکی از مضار دخانیات بیماری سرطان است زیرا دود دارای مقداری قطران است که آنرا دانشمندان عامل درجه اول سرطان میدانند.

ص ۱۹۵ - اسرار خوراکیها

اختلاف عقیده بین پزشکان و مطالعاتی که در این زمینه نموده اند زیاد است ولی بطور کلی هنوز نمیدانند سیگار واقعاً تا چه حد مضر است ولی کم و بیش در این عقیده هم آهنگ هستند که سیگار بطور کلی برای بدن مضر است.

ص ۱۲۴ - زنده دلی

آيا سيگار مولد پيماري سرطان است

شخصی که پزشك جمعيت مبارزه با سرطان در آمريکا است ميگويد هر فرد مطلع و فهميده براي جلوگيري از بروز سرطان دست به سيگار نمي زند و ديگران را نيز وادار ميکند که دست از اين عمل خطرناک بردارد انجمن مبارزه با سرطان در آمريکا سؤالي در اين مورد از کشورهاي متحده نموده و باین نتیجه رسيده که اکثر کسانیکه مبتلا بپيماري سرطان ريه ميشوند سيگار کش هستند .

مطالعه و تفحص در اين زمينه توسط دو تن از استادان کرسی شیمی دانشگاه واشنگتن تکميل گرديد و دلائل آنها نيز بمورد قبول رسيد .

پزشکی که همیشه حداقل دو هزار تن بیمار سرطانی داشت و همین امر باعث شد که نامبرده مولد پيماري سرطان ريه را پيدا کند ميگويد کسانیکه سرطان ريه دارند ۹۵ درصدشان در روز از ۵۰ تا ۶۰ سيگار ميکشند .

از پزشك مشهور با تجربه ای سؤال شد آیا شما قادر هستيد که بطور واضح بگويد مولد پيماري سرطان ريه سيگار ميباشد نامبرده سرش را تکان داد و گفت نه بدون شك از هر چهارصد نفری که مبتلا به سرطان ريه ميشوند فقط يك نفر ممکن است سيگاری نباشد و ۳۹۹ نفر ديگر سيگاری هستند اين پزشك اضافه ميکند که سرطان ريه در ۳۵ سال اخير بطور عجيبی تلفات داده و روز بروز هم بر تعداد آنها افزوده ميگردد اغلب اين تزايد را نيز بايد در سيگار کشان جستجو نمود زيرا البريکه سيگاری سالی هشتصد هزار نفر بگروه سيگار کشان امضا ميشود در سال ۱۹۳۰ از هر صد هزار نفر ۳/۷ نفر به پيماري سرطان مبتلا بودند و بعد از ده سال اين رقم به دوست نفر رسيد در سال ۱۹۴۷ در جورجيا آمار مردگان اين امراض به ۳۲۰ نفر رسيد پزشك ديگری ميگويد در ۳۵ سال قبل در سال فقط يک نفر بيمار مبتلا به سرطان ريه بمن مراجعه کرد ولی در پانزده سال اخير هزار نفر از اين پيماري مینالیده اند .

تزايد روز افزون اين پيماري را بايد مستقيماً با زدياد سيگار کشان نسبت داد اگر در مورد سرطان ريه و نسبت آن با سيگار کشان مشکوک باشيم در مورد سرطان لب و دهان و زبان ميتوانيم اظهار كنيم که سيگار مولد آنهاست در آمريکا مطالعه کنندگان در اين زمينه باین نتیجه رسيدند که قربانيان پيماري سرطان دهان و زبان و لب کسانی هستند که در سيگار کشيدن افراط ميکنند و خوبتر آنها بيشتر آنها اشخاصی هستند که پيپ ميکشند .

وقتی پیمپ مدت زیادی روی لب بماند تولید بیماری سرطان لب مینماید و غده سرطان نیز در همان نقطه‌ای که پیمپ را میگذارند تولید میگردد. بیماری سرطان زبان و دهان و لب نیز بواسطه نیکوتین سیگار میباشد کسانی که زیاد سیگار میکشند هر سیگار بمنزله میخی است که انسان بر تابوت خود میکوبد.

استسقاء

دمکرده ۲۵ تا ۳۰ گرم زبان گنجشک در یک لیتر آب برای کسانی که مبتلا با استسقاء هستند مفید است ادرار آورقوی هم میباشد.

ص ۱۱۱ - گلها و گیاهان شفا بخش

دمکرده و جوشانده سی تاشست گرم غازی خشک در یک لیتر آب در بیماریهای استسقاء مصرف آن تجویز میشود.

ص ۱۵۴ - گلها و گیاهان شفا بخش

درمعالجه امراض استسقاء، ورم کلیه از دمکرده گل طاوسی استفاده میکنند گل طاوسی دارای خواص تقویت کننده قلب و اعصاب و تصفیه کننده خون و مدر و اشته آور میباشد مقدار مصرف آن یک قاشق در خوری در یک لیتر آب جوش است ده دقیقه دمکرده روزانه اول یک فنجان کوچک مصرف نمایند رفته رفته مقدار آن را زیادتر میکنند تا روزی سه فنجان حد اکثر مصرف نمایند.

ص ۱۹۴ - گلها و گیاهان شفا بخش

اثر پیاز در بیماری استسقاء قابل توجه است و برای معالجه این مرض مرهمی عالی میباشد و اگر خدای نکرده شما هم باین بیماری مبتلا شدید باید سی روز تمام غذای خود را از سوپ شیر بایک پیاز خام رنده کرده ترتیب بدهید و فقط صبح و ظهر و شام این سوپ را بخورید بیماری که از این رژیم پیروی بکند روز هشتم که فرارسید بهبود محسوسی در حال خود احساس خواهد کرد و روز پانزدهم که شد ادرار زیاد خواهد شد روز سیام شفای کامل نصیب بیمار خواهد شد.

ص ۸۸ - گلها و گیاهان شفا بخش

اگر آب سی گرم دم گیلان را در یک لیتر آب بمدت ده دقیقه بجوشانند

و آنرا برای معالجه استسقاء مصرف مینمایند اگر دم گیلاس خشک را مصرف میکنند بهتر است قبل از مصرف آن دوازده ساعت آنرا در آب سرد بخیسانند تا نرم شود.

ص ۱۲۶ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

بیماری استسقاء را با آلبیمو میتوان معالجه کرد و به تفصیل خواص لیمودر این کتاب مراجعه نمائید.

ص ۱۴۲ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

جوشانده ریشه و برگ خشک توت فرنگی بمقدار سی گرم در یک لیتر آب در پنج دقیقه جوشانده شود برای استسقاء مفید است.

ص ۱۶۹ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

جوشانده شاخه نازک درخت انجیر، آبی را که در بافتهای بدن جمع شده خسار میزند از این جهت در مورد مرض استسقاء نیز مصرف آن مفید است.

ص ۱۶۹ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

پوست ریشه درخت آقطی را خشک میکنند و چهل گرم آنرا در یک لیتر آب میجوشانند و برای آب آوردگی شکم و استسقاء مصرف مینمایند (در نواحی شمال ایران کنگاور میباشد).

ص ۳۸ - گلهای و گیاهان شفا بخش

مقدار سی تا چهل گرم برگ و ریشه انگزه یا گزنه را در یک لیتر آب بمدت ده دقیقه جوشانده بین هر غذا مصرف کنند برگ گزنه را هم يك قاشق دسر خوری در یک لیتر آب مدت ده دقیقه جوشانده یاد مکرده و پیش از هر غذا يك فنجان از آنرا میخورند موقع چیدن برگهای گزنه باید دست را از پائین بیابا برد تا برگهای آن دست را نکزد برگهای تازه آن بهتر از برگ خشک است.

ص ۴۳ - گلهای و گیاهان شفا بخش

يك قاشق پر قهوه خوری از گیاه پیرو را در یک لیوان آب جوش دم کرده روزی سه فنجان میل نمائید.

ص ۸۲ - گلهای و گیاهان شفا بخش

دم کرده گل جای برای استسقاء موقع پائین آمدن شکم مفید است توصیه میشود.

ص ۹۰ - گلهای و گیاهان شفا بخش

فصل بیست و نهم

سرطان

اشك فوائد زیادی برای حفظ چشم دارد و آنرا از بسیاری از امراض مختلف محافظت میکند این روزها همه میدانند که یکی از مواد مولد سرطان قطران یعنی جرم دوده میباشد و از طرفی مدتها است که بانوان پلك چشم خود را بادوده نباتات چرب و سا که میزناید یعنی سرمه میکشند این سرمه‌ها با اینکه دارای مقدار زیادی قطران میباشد معذلك تا کنون کسی مبتلا به سرطان پلك چشم نشده علت این امر آنزیمی است که در اشك وجود دارد و علاج سرطان است .

میگویند ترشح داخلی غده‌های اشك نیز حساسی دارد و آن جلوگیری از سرطان است اگر این موضوع حقیقت داشته باشد غذاهائی که اشك را زیاد میکند مانند پیاز بهترین داروی ضد سرطان است .

ص ۱۱۴ - اعجاز خوراکیها

اخیراً گازهای اشك آور برای جلوگیری از اعتصاب و متفرق کردن اجتماعات زیاد استعمال میشود و از موقعی که این موضوع عملی شده است سرطان فوق‌العاده زیاد شده است و روز بروز هم زیاد میشود علت این امر اثر سوئی است که این گازها در روی غده اشك دارند و باید این موضوع جداً ممنوع گردد. غده‌ای گریه کردن را برای عدم ابتلا به سرطان مفید میدانند و دلیل آنها کمی سرطان در نزد طوایفی است که زیاد گریه میکنند و زیاد اشك میریزند تا اثر پیاز در عدم ابتلا به سرطان مدتهاست مورد بحث و گفتگو میباشد و کسانی که

باغذای خود کمی پیازخام میخورند کمتر مبتلا میشوند.
 امروز ثابت شده است که نقصان منیزیم در بدن زمینه را برای ابتلا به بیماری سرطان فراهم میآورد و خرما دارای مقدار فراوانی منیزیم است که وقتی مصرف شود احتیاج بدن ما را رفع میکند و به همین جهت است که اعراب و صحرا نشینان با اینکه در فقر غذایی بسر میبرند بواسطه خوردن خرما ابدأ مبتلا بسرطان نمیشوند.

ص ۱۷۱ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

فهرت های سرطان

مقداری تاجه‌ل گرم برگ و ریشه گزنه را در یک لیتر آب جوشانده و در مدت ۴۸ ساعت در بین غذا مصرف نمایند یا اینکه برگ خشک گزنه را در یک لیتر آب جوشانده دم کرده پیش از هر غذا یک فنجان مصرف نمایند.
 ص ۴۳ - گیاهان شفا بخش

بیست تا شصت گرم گیاه بادآور را در یک لیتر آب مدت ده دقیقه دم کرده قبل از هر غذا یک فنجان مصرف کنند مقوی و مدد و ضد سرطان میباشد تفصیل و خواص دیگر آن در این کتاب در قسمت عرق آورنده شرح داده شد.
 ص ۵۶ - گیاهان شفا بخش

سرطان دیده و رحم

گل و برگهای همیشه بهار دارای خواص ادرار آور و خواب آور مقوی برای ضعف اعصاب و تصفیه کننده خون است قاعده آور و برای سرطان مفید است دم کرده همیشه بهار دارای مصونیت از ابتلا به سرطان است نویسنده کتاب طبی تشریح کرده اند که مصرف مداوم این دم کرده از سرطان رحم و معده جلوگیری کرده است مقدار مصرف آن پنجاه گرم در یک لیتر آب است که باید ده دقیقه دم کرده روزی سه فنجان قبل از هر غذا یک فنجان مصرف نمایند.
 ص ۲۴۱ - گیاهان شفا بخش

آب اسفناج و تره ضد سرطان است آب آنها را دور نریزید چون مقدار زیادی منیزیم دارد سرطان را معالجه میکند و همچنین واک را میتوان از آن اضافه کرده میل نمائید آنهم مواد منیزیم دارد و هر سه منبع ویتامین B میباشند.

ص ۱۵۴ - اجزاء خوراکی