

اسفنج سرشار از ویتامین‌های (A و B و C) میباشد ویتامین (C) آن خیلی زیاد است و هضم آن آسان است دارای مقدار زیادی آهن است صد گرم اسفنج چهل تا پنجاه میلی گرم آهن، آهک، فسفر، منیزیم، پتاسیم دارد اخیراً با آزمایش‌ها و تجارب علمی و عملی که بعمل آمده معلوم شده است که اسفنج ضد سرطان است چون گلبولهای قسر مزخون را زیاد میکند مصرف آن برای معالجه کم خونی رفع نقاهت بعد از بیماریها برای پیر و جوان و بچه‌ها مفید میباشد در این موارد بهتر است که قبل از هر غذا یک گیلان کوچک آب اسفنج بخورند.

ص ۵۱ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

مصرف گوجه فرنگی را برای اشخاص مبتلا به سرطان منع کرده‌اند.

ص ۱۰۴ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

اگر سیلیس در بدن کم باشد شخص مبتلا به سرطان یا تصلب شرائین میگردد بهمین جهت است که برای جلوگیری از این مرض باید در فصل توت فرنگی بمقدار کافی آنرا خورد تا رفع کمبود این ماده حیاتی را از بدن کرده و شخص را مبتلا باین امراض مهلك نکند.

توت فرنگی دارای ویتامین (B و C) و قند میباشد و آهن و آهک، فسفر، منیزیم، پتاسیم، سدیم، سیلیس، ید، برم و مواد چربی آلبومی نسوئید میباشد و از ابتلا به سرطان جلوگیری میکند و اثر نیکوی قلیائی کننده آنرا نباید فراموش کرد.

ص ۲۱۳ و ۱۳۵ اعجاز خوراکیها ص ۱۵۶ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

خوردن کنجد در دفع آلام مانند سرطان مفید است.

ص ۱۹۸ - اسرار خوراکیها

مغز گردو ترمز کننده سرطان است.

ص ۲۲۷ - اسرار خوراکیها

خوردن جعفری از ابتلای بدن به سرطان جلوگیری میکند.

ص ۹۹ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

محلول کرفس بشکل کمپرس در اولسرها یعنی زخم سرطان و زخم شدید و سخت استعمال میشود.

ص ۴۲ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

سرطان آبسه پستان

هویج را باید رنده کرد و در گاز پیچید و روی قسمتهای مریض گذاشت
برگهای تازه هویج یا شیرۀ آنرا هم در مورد ضماذبکار بر دمحلول آن بشکل
کمپرس در اولسرهای سرطان و زخههای شدید و سخت استعمال میشود.
ص ۲۹ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

یرقان

سبب سرشار از ویتامینهای (A و B و C) مواد چربی، تانن،
اسید مالیک و سلولز میباشد. سبب دارای مواد آهن، آهک، کلسیم، منیزیم،
سدیم، فسفر، پتاسیم، سیلیس میباشد. دکتر گیلوردها و زر غذاشناس نامی
جهان در کتابهای خود از سبب درختی توصیف زیادی کرده و سرگذشت دکتر
بیر شرفر را برای مثال ذکر کرده است.

دکتر بیر شرفر طبیب جوانی بود که تازه از رشته پزشکی فارغ التحصیل
گردیده مبتلا به یرقان شده و در بستر بیماری افتاده بود هر غذایی را پیش او
مببردند و یا تجویز میکردند میل نداشت و لب بآن نمیزد تا اینکه روزی زن
جوانش بر سر بالینش نشسته و سبب قرمز تازه‌ای را قاچ کرده و در دهانش گذاشت
دکتر بیر شرفر قاچ سبب را با میل و اشتها خورد زنش چون این موضوع را
دید تشویق شد و سبب دیگری قاچ کرده بدعانش گذاشت تا اینکه غذای چند روز
دکتر منحصر به سبب شد و پس از چندی بکلی از بستر برخاست و شفا یافت و
معتقد شد که در سبب مواد و خواصی وجود دارد که برای معالجه امراض مفید
است روی همین فکر کلینک مشهور خود را باز کرد و بیماران زیادی را با رژیم
غذائی سبزی معالجه نمود امروز هم کلینیک او در زوریخ شهرت جهانی خود را
حفظ کرده و بیماران زیادی را پذیرفته و پس از چندی بکمک رژیم غذائی آنها
را سالم و تندرست به خانه‌هایشان میفرستد.

ص ۱۹۱ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

در قرمها و کنسروها تیکه زیاد بمانند ماده‌ای پیدا میشود که ضد ویتامین
(C) میباشد هر کس کنسرو یا قرمه زیاد بخورد مبتلا به کمبود ویتامین
(C) میشود که آنرا اسکوبورت مینامند پس باید با آب لیمو خورد. در رژیم
از ماهیها ماده‌ای وجود دارد که ویتامین (A) را رسوب میدهند و با همین
دلیل مبتلایان به مرض یرقان که ناشی از زیادی ویتامین (A) میباشد

کوچک (کولی) خام میدهند پس کمانیکه ماهی بخورند بکمبود ویتامین دچار میشوند و این ماده در اثر حرارت از بین میرود .

ص ۱۱۷ - اعجاز خوراکیها

خیار ادر آور و تبهای صراوی و یرقان را درمان مینماید مخصوصاً آب خیار برای رفع یرقان بسیار مفید است خیار دارای سلولز زیادی است و روی این اصل آب خیار ملین خوبی میباشد تا بتواند سلولز را دفع کند اگر خیار را نجوید عیناً دفع میشود و مفید نیست بنا بر این خیار باید خوب جویده شود جوشانده پوست خیار هم دافع یرقان است.

ص ۱۲۷ - اعجاز خوراکیها

شاهتره برای یرقان مفید است یک قاشق دسر خوری در یک فنجان آب جوش که ده دقیقه دم کرده روزی دو یا سه فنجان قبل از غذا یا یک فنجان موقع خواب بنوشید .

ص ۱۲۸ - گیاهان و گیاهان شفا بخش

عسل فواید زیادی دارد و درمان یرقان است.

ص ۴۰۵ - اسرار خوراکیها

بادام میوه کاج برای رفع یرقان بسیار نیکو است.

ص ۲۴۱ - اسرار خوراکیها

مغز پسته بر طرف کننده یرقان است.

ص ۲۲۲ - اسرار خوراکیها

ترب در دفع یرقان مؤثر است.

ص ۲۲۷ - اسرار خوراکیها

مصرف ترب قرمز صبح ناشتا مفید است.

ص ۶۹ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

آب هویج خام صبح ناشتا میل کنید.

چون هویج دارای مواد قندی است برای مبتلایان بمرض قند ممنوع است.

ص ۲۶ و ۲۸ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

جوشانده کرفس قمری ۵۰ گرم اگر خشک باشد ۲۵ گرم در یک لیتر آب برای بیماری یرقان فوق العاده مؤثر و مهم میباشد.

ص ۴۱ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

برگهای کاسنی وحشی سرشار از ویتامین (C) و دارای پتاسیم و فسفر میباشد خاصیت تقویت کننده، اشتها آور، مقوی معده، تصفیه کننده خون، ملین، مدبر، تب بر، دارد.

دمکرده کاسنی وحشی بمقدار ۲۵ گرم در یک لیتر آب درجورد برقان مفید است.

ریشه کاسنی خواص برگ آنرا دارد جوشانده ریشه آن بمقدار ۱۵ گرم در یک لیتر آب میباشد.

ص ۱۲۶ - اسرار خوراکیها ص ۴۶ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

کاهو آثار نیکوئی در معالجه برقان دارد و سرشار از ویتامینهای (A و B و C) دارای آهن و آهک و کلسیم، فسفر، منیزیم، ید، منگنز، روی، سیلیس میباشد.

ص ۶۱ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

ریشههای دوساله جعفری که در حرارت کوره بسرعت خشک شود و چهل گرم در یک لیتر آب بجوشانند در معالجه برقان خدمات مهمی را انجام میدهد جوشانده تخم جعفری بمقدار سی تا چهل گرم آن در یک لیتر آب مقوی است و خاصیت دفع اسید اوریک را دارد.

ص ۱۰۴ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

اغلب سی گرم دم گیلان را در یک لیتر آب بمدت ده دقیقه میجوشانند و آنرا برای معالجه برقان مصرف مینمایند. اگر دم گیلان خشک را مصرف میکنند بهتر است قبل از مصرف آن دوازده ساعت آنرا در آب سرد بخیسانند بعد مصرف کنند.

ص ۱۲۶ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

برگها و ریشه بوته توت فرنگی سرشار از تانن است بهمین جهت قابض تلخ، مدبر، اشتها آور، مقوی است دکتر گیلوردها و زر غذاشناس نامی در کتابهای خود دمکرده برگ توت فرنگی را تجویز میکند. برگهای بوته توت فرنگی را در فصلی که بر شد کامل رسیده ریشههای آنرا در پائیز و زمستان میچینند و در میآورند و خشک میکنند و سپس آنرا در مواردی که لازم است دمکرده و یا میجوشانند و مصرف مینمایند جوشانده برگهای تازه و جوان بوته توت فرنگی مقدار یک مشت در نیم لیتر آب پنج دقیقه بجوشانند علیه برقان است این جوشانده رنگ ادرار و مدفوع را گلی مینماید نباید ترسید.

ص ۱۵۹ - میوهها و سبزیهای شفا بخش



گل و برگ خشك اكليل كوهی را بمقدار ۱۵ تا ۳۰ گرم در يك لیتر آب دم کنید بعد از هر غذا يك فنجان بنوشید در معالجه یرقان ایض مفید است.

ص ۴۱ - گلها و گیاهان شفا بخش

مقدار ۳۰ تا ۴۰ گرم برگ و ریشه گزنه را در يك لیتر آب مدت ده دقیقه میجوشانند و در مدت ۴۸ ساعت بین غذا مصرف مینمایند.

یا برگ خشك گزنه را هم يك قاشق دسر خوری در يك لیتر آب جوشانده یا دم کرده پیش از هر غذا يك فنجان میل کنند.

برگ تازه آن بهتر از خشك آنست برای چیدن برگ آن باید دست را پائین بیالا برد که دست را نکزد.

ص ۴۲ - گلها و گیاهان شفا بخش

ریشه دندان شیر برای معالجه بیماری یرقان بسیار مفید است ۲۵ تا ۳۰ گرم از آنرا در يك لیتر آب میجوشانند و برای معالجه مصرف میکنند.

دندان شیر علاوه بر اصلاح معدنی مواد آهنی و آهك و ویتامینهای (A و B و C) دارد اشتها آور و برای تصفیه خون هم مفید، مقوی وادرار آور خاصیت خفیف مسهلی هم میباشد.

ص ۱۰۲ - گلها و گیاهان شفا بخش

از گیاه سبزاب يك قاشق دسر خوری در يك لیوان آبجوش بمدت ده دقیقه دم کرده روزی سه فنجان میل کنند مفید است.

ص ۱۱۹ - گلها و گیاهان شفا بخش

فراسیون یا افنان سر در مورد معالجه یرقان، اگرما موفقیت کامل بدست آورده بر روی قلب هم بسیار مفید است مقدار مصرف آن از گل و برگهای افنان سر پنجاه گرم در يك لیتر آب دم کرده روزی سه تا شش فنجان بنوشند.

ص ۱۵۷ - گلها و گیاهان شفا بخش

گل گندم در درمان بیماری یرقان مؤثر است و میتوانی با هر يك از این دو نسخه یرقان را معالجه کنید.

۱- ازمه تا پنج گرم پودر گل این گیاه را در يك زرده تخم مرغ مخلوط و بخورید.

۲- پنجاه اینکه چهار گرم تخم گل گندم را کوبیده و با کمی عسل مخلوط



کرده مصرف نمایند .
عمل بهر کدام از این دو نسخه یرقان را معالجه میکند و فوق العاده
مؤثر است .

ص ۱۹۷ - گلها و گیاهان شفا بخش

قسمتهای مورد استفاده همیشه بهار، گل و برگهای آنست که دارای خواص
ادرار آور، خواب آور، مقوی و تصفیه کننده خون در امراض عصبی، اولسر
معدہ و روده‌ها و یرقان مفید است مقدار مصرف آن پنجاه گرم در یک لیتر آب
است که باید ده دقیقه آنرا دم کرده روزی سه فنجان قبل از هر غذا مصرف
نمایند .

ص ۲۴۱ - گلها و گیاهان شفا بخش



فصل سی ام

امراض دهان و دندان

بچه‌هاییکه دیر دندان درمیآورند

اگر بچه شما هم دندانش درنیامده است میتوانید در اینمورد از ریشه گل ختمی کمک بگیرید زیرا ریشه گل ختمی بهترین کمکی است که مادران میتوانند بوسیله آن نگرانی واضطراب خود را از دیر در آمدن دندان بچه‌هایشان برطرف سازند ریشه گل ختمی شیرین است آنرا بدست بچه‌ها بدهید تا آنرا بمکند و به لثه دندانهای خود بمالند و یا اینکه از آن مربائی شیرین با عسل درست کنید و بآنها بدهید تا دندان آنها زودتر درآید .

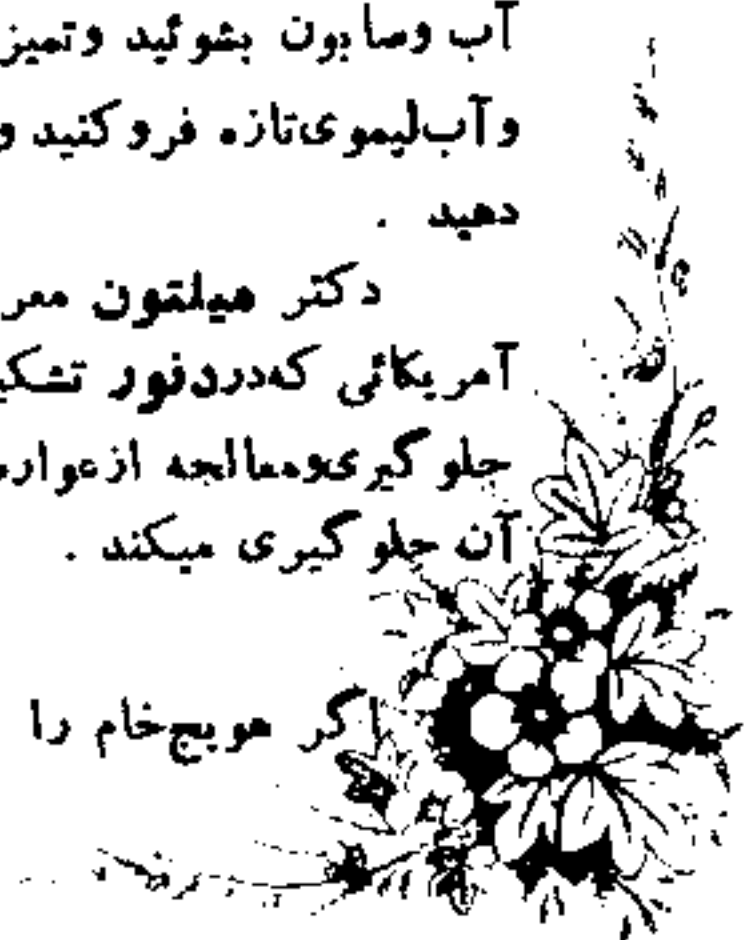
ص ۱۸۴ - گلها و گیاهان شفا بخش

اگر میخواهید دندانهای بچه‌تان زودتر دربیاید انگشتان خود را با آب و صابون بشوئید و تمیز کنید و آن را در مخلوطی مساوی از آب جوشیده و آب لیموی تازه فرو کنید و روزی چند بار لثه‌های کودک خویش را با آن مالش دهید .

دکتر هیلتون معروف در یکی از کنگره‌های مجمع دندان پزشکان آمریکائی که در دفرور تشکیل شد اعلام داشت آب لیموی تازه کاملترین وسیله برای جلوگیری و معالجه از عوارضی است که عات بیماریهای دندان و از لق شدن و افتادن آن جلوگیری میکند .

ص ۱۴۴ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

اگر مویج خام را بیچه کوچک بدهید که مثل بازیچه به لثه‌های شان



بکشند این فایده را دارد که در آوردن دندان آنها را کمک مؤثری خواهد داد.

ص ۴۷ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

برای کمک بدر آوردن دندان بچه‌ها باید انگشت را در روغن زیتون زد و لثه دندان بچه‌ها را با آن مالش داد.

ص ۱۸۲ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

حنای خشک با روغن کهنه گاو بر محل دندان اطفال بمالید روئیدن دندان سهل شود.

ص ۲۰ جلد ۳ - راه نجات از ۱۰۰۰۰ مصنوعی

درد دندان و گرم خوردگی

میخک درختچه‌ایست که همیشه سبز است و در جزایر ملوک و آنتیل می‌روید و گل نشکفته آنرا در همان حال غنچه بودن می‌چینند و در آفتاب خشک میکنند احتمال میدهد که اصل این درختچه در چین بوده و بوسیله هندیها به جزایر ملوک و جزایر موریس و آنتیل و زنگبار انتقال یافته است.

میخک را در آزمایشگاه تجزیه کرده‌اند و معلوم شده است دارای یک روغن مایع فرار و تانن و صمغ و سقز و عصاره‌ای بنام کاریوفیلین میباشد میخک دارای بوی معطر و طعم تند و سوزنده است در اغذیه آنرا بعنوان ادویه استعمال میکنند چون دارای خواص مقوی هضم کننده و معطر است در طب پودر و تنطور آن را استعمال میکنند که برای رفع دردهای دندان و همچنین رفع درد وقتی که مینای دندان فاسد و به عصب رسیده است و همچنین در بیماری سل آنرا استعمال میکنند میخک را به عربی قرنفل میگویند.

ص ۴۲۶ - گلها و گیاهان شفا بخش

هنگام درد دندان و آبسه يك شلغم را بپزید و آنرا ریز کرده و با شکر و گلاب فرنی در آورید و مثل ضماد پشت گوشها بگذارید فوراً تسکین میدهد.

ص ۶۴ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش



اگر سردگرم آویشن را مدت سه هفته در نیم لیتر الکل بخیسانید و بعد نصف آنرا آب کنید بهترین محلول ضد عفونی را برای شستن دهان در دسترس خود خواهید داشت بعلاوه با این محلول دردهای سخت دندان را ساکت و آرام خواهید کرد.

ص ۸۴ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

برای رفع درد دندان در گودی دندان پنبه‌ای آغشته با آب پیاز را جا دهید فوراً درد دندان را برطرف میکند.

ص ۹۵ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

برای رفع درد دندان باید يك گلوله كوچك جعفری نمك زده باروغن زیتون را در سوراخ دندان گذاشت.

ص ۱۰۱ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

توت فرنگی این خاصیت را دارد که میتواند رسوب دندانها را پاک کند.

ص ۱۵۲ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

مرزه درد دندان را تسکین میدهد.

ص ۲۲۹ - اسرار خوراکیها

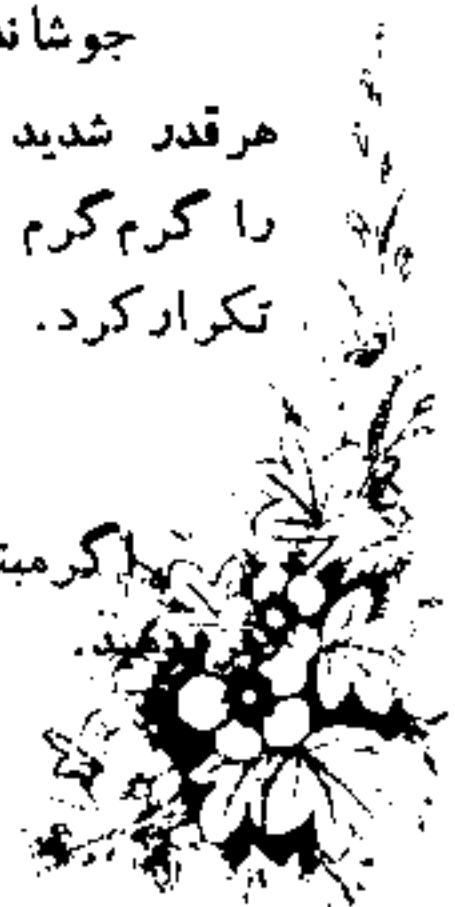
اگر دندان داشتید که کرم خورده بود و درد گرفت قبل از اینکه برای عمل پیش دکتر دندان بروید سبزا رنده کرده و با کرمای که نمک نداشته باشد مخلوط ساخته و روی گودی و جایی که درد میکند بگذارید.

ص ۲۹ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

جوشانده برگ شاه توت بمقدار شصت گرم در يك لیتر آب درد دندان را هر قدر شدید و سخت باشد تخفیف داده و آرام میکند و در این مورد باید آن را گرم گرم مدتی در دهان نگه داشت و بیرون ریخت و دوباره این کار را تکرار کرد.

ص ۱۵۵ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

اگر مبتلا به درد دندان بودید و بی تاب شدید کمی پوست سبز گردو را بجوید



اگر گرم خورده باشد پیه بزوتخم تره و تاجرریزی بسوزانند دود آن را بدنان برسانند.

عاقرقرحا در زیر دندان گیرید درد دندان را ساکت مینماید.

ص ۱۰۳ - گلها و گیاهان شفا بخش

سعد را بر آن بگذار درد دندان ساکت میشود و دندانها را میروبانند.

ص ۱۷۸ - حلیه المتفین

سدآب را با سرکه گرم کنند و در دهان گیرند درد دندان ساکت شود.

ص ۵۰ - خزائن منظری

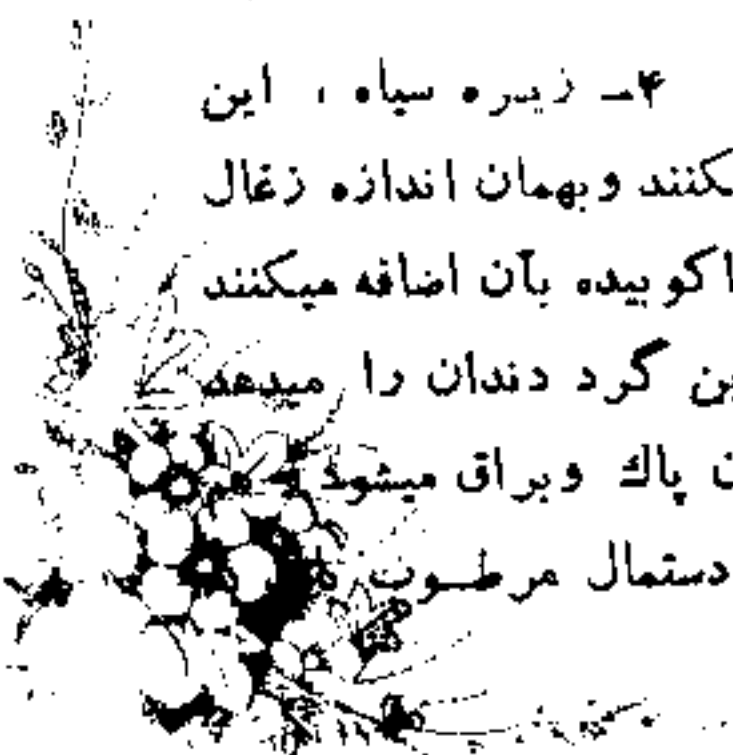
گرم خوردگی دندان بچه

در سال ۱۹۳۳ دکتر دروک در یکی از پرورشگاههای یتیمان اطفالی را که دچار گرم خوردگی دندان شده بودند مورد معاینه قرار داده و سه سال متوالی بقضای روزانه آنها آب پرتقال و لیمو را اضافه کرده و پس از آن بمعاینه دقیقی که بعمل آورده معلوم شد نه تنها این اطفال بگرم خوردگی دندان مبتلا نشده اند بلکه گرم خوردگی سابق دندانهای آنها نیز برطرف گردیده است.

ص ۱۴۶ - میوه ها و سبزیهای شفا بخش

تهیه گرد دندان

۱- رازیانه ۲- بادیان ۳- زیره سبز ۴- زیره سیاه ، این چهار تخم را بصاوی هم میگیرند و باهم مخلوط میکنند و بهمان اندازه زغال چوب تبریزی و ذغال چوب درخت گنه گنه یا بید را کوبیده بآن اضافه میکنند و آن را بشکل گرد نرمی در میآورند تشکیل بهترین گرد دندان را میدهد اگر دندان را با چنین گردی بشویند هم مینای آن پاک و براق میشود و لثه های آن محکم و سالم میگردد. این گرد را بادستمال مرطوب بکار



اگر ميخك را درليمو فرو كنيد و آنرا در كوره بگذاريد تا خشك شود پس آنرا بكوبيد و نرم كنيد و بشكل گرد درآوريد بهترين گرد دندان شويي را بدست آورده ايد كه دندانهاي شما را سفيد و براق خواهد كرد و هم لثههاي شما را تقويت خواهد نمود.

ص ۱۲۶ - ميوه ها و سبزيهاي شفا بخش

مواد آهنی از لحاظ دندان و لثه

دندانها احتياج زيادي باهك دارد و انگهي خوني كه در لثه و دندانها وجود دارد بايد از لحاظ آهن غني باشد بدون آهك و بدون آهن دندانها نمیتوانند سالم بمانند بنا بر اين بايد عصرانه يك فنجان آب زرد پنير را با يك ليوان آب پرتقال و يا توسرخ بخوريم اگر شما اين نوشابه را تهيه كنيد و بخوريد خون شما از آهن غني خواهد شد.

ص ۵۴ - ميوه ها و سبزيهاي شفا بخش

خونريزي لثه دندان

جلوگيري از خونريزي لثه و يتامين (C) كه در يك ليوان آب پرتقال يا نصف كلم بدست ميآيد در روز كفايت ميكند.

ص ۴۲ - گلرنامه براي يك زندگاني نوين

گل يا پوست انار را بمقدار سي گرم در يك ليتر آب مدت ده دقيقه جوشانده و با اين جوشانده در دهان مضمضه كنند لثهها را محكم و از خونريزي آن جلوگيري خواهد كرد.

ص ۱۰۱ - گلها و گياهان شفا بخش

شيشوري دهان براي دانه زدن يا آبسه و دمل

۲۵۰ گرم شيره برگهاي كرفس را در يك ليتر آب بجوشانند براي



غرغره کردن دهان وحلق وقتی دهان اولسردارد یعنی زخم داشته باشد نتایج خوبی بدست میدهد.

ص ۴۲ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

گل شقایق را بصورت ضماد در مورد معالجة آبسه‌های دندان بکار میبرند .

ص ۹۰ - گلها و گیاهان شفا بخش

برای آبسه دندان باید نصف انجیر را در آب یا شیر بپزند و آنرا يك ساعت روی آبسه بگذارند.

ص ۱۶۸ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

برای رفع پيله و آبسه دندان قدری سریش و نشاسته کثیرا نرم کوبیده در تنزیفی روی آبسه دندان بگذارید.

ص ۱۳۱ جلد ۲ - راه نجات از مرگ مصنوعی

دمکرده گل و برگ ختمی بمقدار بیست تاسی گرم در يك لیتر آب برای دملهای دهان مصرف میشود همچنین جوشانده ریشه گل ختمی برای غرغره کردن در مورد آنژین و آبسه‌های دهان وحلق بکار میبرند بهتر است هشت گرم ریشه گل ختمی را کمی بکوبند و بعد آنرا با سی گرم عسل مخلوط کنند و در مقدار آب بجوشانند بعد آنرا صاف کنند و دوپست گرم آب جوشیده بآن اضافه کنند آنرا غرغره کنند.

ص ۱۸۴ - گلها و گیاهان شفا بخش

شیرین بیان را بمصارف خارجی نیز می‌رسانند برای شستشوی دهان وقتی زبان قرمز شده و یاروی آن دانه زده و یا ترک خورده است مقدار دوپست گرم ریشه شیرین بیان را در يك لیتر آب آنقدر بجوشانند تا سه چهارم آب آن تبخیر گردد و کم شود باین جوشانده شستشو دهند.

ص ۱۵۱ - گلها و گیاهان شفا بخش

خوردن پیاز استخوان بندی و دندانها را محکم کرده و از نرمی استخوان جلوگیری میکند.

ص ۵۴ - اسرار خوراکیها

اگر انگشتان خود را به روغن زیتون آغشته کنید و لثه دندانها را

محکم مالش دهید باعث تقویت لثه‌ها و دندان خواهد شد.
ص ۱۰۳ - گلها و گیاهان شفا بخش

برای استحکام دندان فوفل يك گرم وسعد کوفی يك گرم سماق دو گرم
و گل سرخ دو گرم کوبیده الاک کنید بر دندان بمالید.

در مساواک کردن ۱۲ خصلت است:

- ۱- پاک کننده دندان.
- ۲- جلادهنده چشم است.
- ۳- بلغم را دفع میکند.
- ۴- حافظه را زیاد میکند.
- ۵- دندانها را سفید میکند.
- ۶- دردهای بدن را میبرد.
- ۷- پوست دندان را از بین میبرد.
- ۸- بن دندان را محکم میکند.
- ۹- اشتها به طعام را زیاد میکند.
- ۱۰- آب ریختن چشم را برطرف میکند.
- ۱۱- نور چشم را افزون کند.
- ۱۲- دهان را خوشبو میگرداند.

ص ۱۰۱ - حلیة المتقین

زخم دهان یا تورم لثه

سی گرم یا چهل گرم برگ خشک مریم گلی را در يك لیتر آب مدت ده دقیقه بجوشانند این جوشانده برای شستشوی دهان وقتی زخمی داشته باشد و یا تورم لثه‌ها و یا وقتی مبتلا به برفک شده باشیم فوق العاده مفید است.
ص ۲۲۰ - گلها و گیاهان شفا بخش

گندن دندان

عاقه قرحاً ریشه طرخون بیابانی است در پنبه گذارده بر دندان گذارند

دندان باسانی کنده میشود.

ص ۱۴ جلد ۴ - راه نجات از مرگ مصنوعی

مضمضه سرکه با نمک برای قطع بن دندان که کنده باشند مفید است.
ص ۱۷ جلد ۴ - راه نجات از مرگ مصنوعی

رفع بوی سیر از دهان

برای چاره جوئی و رفع این عیب بعد از خوردن سیر یک یادو دانه قهوه
بو داده را چند دقیقه بجوند و فرو دهند یا چند دانه نقل بادیان بایک دانه سبب
درختی یا چند برگ جعفری با ساقه آن بایک باقلای خام یا بوی پخته در تنور
یا خاکستر رفع بوی سیر را از دهان میکند برای رفع بوی سیر همینطور میتوان
دهان را با محلول سی گرم کلورامین در مقدار آب شستشو داد در داروخانه
قرصهای کوچک کلروفیل میفروشند این قرصها را بدون اینکه بجویم و یا بمکیم
باید بلعیم و بلعیدن این قرصها بوی سیر را برطرف میسازد.

ص ۳۵ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

خوردن انجیر در روز کند دهان را زایل کند استخوان را محکم نقرس
و بواسیر راهم مفید است.

ص ۵۶ - حلیه استقین

سبب دهان را ضد عفونی میکند و اسید اوریک و دیگر سموم را که جمع
شده اند حل کرده بزاق دهان و ترشحات عمیر معده را تقویت میکند.

ص ۱۹۰ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

جویدن نارگیل بوی بد دهان را برطرف میسازد.

ص ۱۲۹ - اسرار خوراکیها

اسفناج بعلت داشتن کلروفیل زیاد بوی دهان را برطرف میکند.

ص ۲۲۲ - اسرار خوراکیها

پیاز خام طعم و بوی بد دهان نامطبوعی را نقل و انتقال میدهد و گاهی
بیماران را وادار میکند که از مصرف آن خودداری کنند.

برای رفع بوی نامطبوع باید مقداری نان خشک با جعفری را جوید و فروداد یا دهان را با کمی آب که الکل معنا بآن اضافه شده باشد شست و برای رفع بوی بد که بعد از پوست کردن سیر که در دستها میماند باید دستها را نمک مالید و بعد با آب نیم گرم شست و یا بهتر است که دو قاشق سوپخوری آمونیاک را در یک لیتر آب نیم گرم ریخته و دستها را مدتتی در آن فرو برده نگه داشت. یا اینکه دستها را در آب سردی که چند قطره عرق بهار نارنج بآن اضافه شده است شست شود.

ص ۹۵ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

www.KetabFarsi.com



فصل سی و یکم

نگهداری موی سر

مو خوره

خانمهاییکه زیاد به آرایشگاه میروند اکثرا مبتلا به مرض موخوره هستند .

اگر خانمی رادر دو قیافه یکی موهای قشنگ و طبیعی و دیگری باموهای بدل نما و زیاد آب و رنگ خورده به نظر بیاورید آنوقت متوجه میشوید که مو چهره بزرگی در زیبایی انسان بازی میکند و چقدر باید در نگهداری موهای خود دقت کنید تا لااقل از این لحاظ اطمئین شما وارد نشود .

مثلا موخوره یکی از عوارضی است که در نتیجه بی توجهی در شستشو و نگهداری سر بوجود میآید. و وقتی مو به این مرض مبتلا شد از جلا و زیبایی خاص خود افتاده و کدر و گرد آلود بنظر میرسد و مجبور میشوید بوسیله کرم یا روغنهای سر جلائی ظاهری مویتان را حفظ کنید در صورتیکه این خود نیز عامل از دیاد موخوره است و همان روغن باعث سرایت موخوره به همه قسمت های سر میشود همانطور که گفتیم علت اصلی بوجود آمدن موخوره توجه نکردن در شستشو و نگهداری سر است مثلا وقتی که موی خود را با صابون های مختلف و یا صابون هاییکه آسید آنها زیاد است شستشو دهید و با خشک کردن مو بوسیله دستگاه های برقی که حرارتش زیاد مورا زود خشک میکند و یا اهمیت ندادن به مو و غلظت موادی که در آرایشگاهها بر انسان میزنند خود از علل اصلی بوجود آمدن موخوره است بهمین دلیل است که خانمهایی که زیاد به آرایشگاه میروند اغلب دارای موهای زشت و بد نما هستند .

همچنین از مرتب پیچیدن وتر کردن سر با آبهاییکه املاح آهکی دارند باید خودداری کرد و مو را از گرد و خاک نیز حفظ نمود شامپو خیلی زودتر از صابون سر را پاک میکند و نباید با شامپو مثل صابون سر را شست حداکثر دویا سه بار شستن سر با شامپو کاملاً کافی است و احتیاجی بشستن بیشتر ندارد مواد طبیعی و گیاهی بهترین وسیله شستشوی است و بعد از آن صابونهای کم آسید هستند از کرمهای سر آنهایکه دارای ماده گلیرین هستند بسیار مفیدند و ماساژ دادن مو با آنها هر چند یکبار کاملاً ضروری است.

علاج موخوره بوسیله سوزاندن و با اصطلاح کزدادن تنها راه صحیح آن است چیدن جایز نیست چون ریشه موخوره را از بین نمیرد و مو دوباره بعد از چندی مبتلا میشود مگر اینکه دوسه بار پشت سر هم مو را کاملاً پسرانه کوتاه کنید .

ص ۱۵۰ - سالنامه نادر سال ۴۰

اگر موی سر را با محلول آب گردو بشوئید باعث حفظ مو و نرمی و درخشندگی آن خواهد شد.

ص ۱۷۸ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

کته سالم - ماست خوب - پوست چلنوک و آب چلنوک میل نمائید و با آب شنبلیله سر را نمناک نمائید و از شر موخوره نجات یابید دستور تهیه کته سالم سوپ و طرز تهیه آب سبوس یا چلنوک در قسمت طرز تهیه غذا در این کتاب نوشته شده است .

ص ۱۲۴ - اسرار خوراکیها

شستن سر با ختمی و سدر کلیه جانوران سر را از بین میبرد .

ص ۱۳۴ - حلیة العتقین

جلوگیری از ریزش مو

برای جلوگیری از ریزش موی سر باید ده روز پی در پی سر را با روغن زیتون مالش داد و قبل از خواب آنرا بست و خوابید و صبح موقع برخاستن با آب نیم گرم صابون شست .

ص ۱۲۸ - میوهها و سبزیهای شفا بخش

پوست پسته را بکوبید و با آب بجوشانید و صاف کنید و سر را با آن بشوئید



از ریزش مو جلوگیری میکند .

ص ۱۳ جلد ۲ راهنمای نجات از مریک مصنوعی

جوشانده برگ و ریشه گزنه را اگر با جوشانده آویشن شیرازی مخلوط کنند برای شستن موی سر و جلوگیری از ریزش آن بسیار مفید است ،
ص ۴۵ - گلها و گیاهان شفا بخش

سد گرم مریم گلی (همان گلپوره است) در يك لیتر آب ده دقیقه بجوشانند محلول شستشوی خوبی برای پوست موی سر است و پیازهای مورا تقویت کرده و از ریزش مو و یا پیدایش پوسته سر جلوگیری میکند .
ص ۲۲۰ - گلها و گیاهان شفا بخش

اگر پوست موی سر را با آب شاهی مالش دهند موها را تقویت کرده و از ریزش مو جلوگیری میکند .
ص ۴۶ - میوه ها و سبزیهای شفا بخش

سوپ کلم از ریزش مو جلوگیری میکند .
ص ۴۸ - گلها و گیاهان شفا بخش

برای جلوگیری از پوسته سر و ریزش مو مرهم گردو را بکار میبرند . طرز تهیه آن چنین است يك مشت شکوفه های تازه درخت گردو را نیم ساعت در سیصد و پنجاه گرم پیه خوک بی نمک بجوشانند و به پزند بعد از نیم ساعت ظرف را از روی آتش بردارند و محتوی آنرا درهاون بریزند و خوب بکوبند تا مخلوطی یکسان بوجود بیاید بعد آنرا در ظرفی که از چینی و یا بلور باشد بریزند و درحای خشکی حفظ کنند و هر وقت بآن احتیاج پیدا کردند به پوست خود بمالند تا رفع خارش و پوسته سر و ریزش مو از شما بشود .
ص ۱۷۹ - میوه ها و سبزیهای شفا بخش

لیمو سلواهای پوست را تجدید میکند و موها را از ریزش باز داشته و پوست سر را تقویت میکند .

ص ۱۴۶ - میوه ها و سبزیهای شفا بخش

جوشانده غلیظ آویشن شیرازی برای شستن سر بسیار مفید است موی سر را جلوی ریزش موی سر و تقویت پیازهای آن میشود کسانی که بانمندان مو داده اند دیده اند که موی سر آنها از نو میروید دم کرده ۱۵ تا ۳۰ گرم آویشن



شیرازی رقیق را میتوان جانشین چای صبح و عصر کرد و آنرا با عسل شیرین شود، ۵ تا ۶ فنجان میل کرد

ص ۴۹ - گلها و گیاهان شفا بخش

جوشانده سنا در سر که بحدیکه بقوام بیاید برای جلوگیری از ریزش مو مفید است .

ص ۱۲۵ - گلها و گیاهان شفا بخش

جلوگیری از سفید شدن مو

برای عمل طبیعی غده‌ها و همچنین برای جلوگیری از سفید شدن موی سر بهترین غذاها که دارای اسیدپارا آمینو بزوئیک میباشد عبارتند از :

ص ۹۸ - چه باید خورد

۱- جگر ۲- سبوس برنج ۳- مخمر ۴- ملاس سیاه .
کم شدن ویتامین‌های (ب) عامل اصلی پیری و سفید شدن و ریختن مو است که در مشروح بالا ذکر شد .

ص ۵۵ - اسرار خوراکیها

غذاهائی که از سفید شدن مو جلوگیری میکند و موها را سیاه نگه میدارد سوپ چلتوک و اشکنه سبوس و گوجه فرنگی و آب سبوس برنج میباشد .

ص ۱۰۹ - اسرار خوراکیها

برنج مانند گندم از دو قسمت تشکیل شده قسمت خارجی چلتوک نام دارد قسمت داخلی مواد نشاسته‌ای میباشد .

قسمت خارجی دارای ویتامین (ب) بمقدار زیاد است ولی قسمت داخلی نه تنها ویتامین (ب) ندارد بلکه دارای ماده ایست که ویتامین (ب) را رسوب میدهد و از این جهت کسانی که برنج سفید کرده می‌خورند مبتلا بمرض بربری میشوند .

چینیها برنج را با پوست می‌خورند دیر پیر میشوند و موی آنها سفید نمیشوند و بریزش مو هم مبتلا نمیگردند .

ص ۱۴۱ - اعجاز خوراکیها

با گل باقلا میتوان خضاب خوبی درست کرد .

ص ۲۳۹ - اسرار خوراکیها

نان جو از سفید شدن مو جلوگیری میکند و رفع یبوست مزاج هم مینماید
ص ۱۴۲ - اعجاز خوراکیها

(غذای معجزه) ماست - جوانه گندم - مسلاس سیاه - مخمر آبجو از سفید شدن مو جلوگیری میکند و برای بدن هم بسیار تقویت کننده و غذای ایده آل میباشد .

ص ۱۸۸ - گذرنامه برای پشاندگانی نوین

روغن کنجد برای جلای مو بسیار مفید و بهترین روغنهاست .
ص ۱۹۷ - اسرار خوراکیها

جوشانده پوست گردو موی سر را قهوه‌ای میکند و مخلوط آن با حنا خضاب خوبی میباشد مفر گردو چون یکی از مغزهای روغنی است که دارای مواد معدنی از قبیل زنگ مس و آهن و غیره است روغن آن برای مالش اعضاء و موی سر بسیار عالی است .

ص ۲۲۷ - اسرار خوراکیها

پوست چلتوک سبوس گندم جو و ارزن دارای خواص بسیار است منجمله از سفیدی و ریزش مو جلوگیری میکند .

ص ۱۰۸ - اسرار خوراکیها

هیچ غذا و دارویی تأثیرش بخوبی و سرعت چلتوک برنج نیست برای سیاه شدن موی سر روزانه نیم سیر پوست چلتوک را با گرد چلتوک بالیمو عمانی دم کرده و میل نمائید .

پوست برنج رادر کمی آب بجوشانید و صاف کرده آنرا با هر غذائی که میل دارید مخلوط کرده بنوشید .

ص ۱۱۹ - اسرار خوراکیها

تقویت و روپانیدن مو

آب برگه کنجد برای تقویت مو و بلند شدن آن تأثیر نیکو دارد و برای اینکار بایستی آب آن را با کوبیدن یا با فشاری گرفت و بسر مالید مخلوط کردن برگه کنجد با حنا جهت مشکی کردن موی نیز نتایج نیکو دارد و نیز جوشانده برگه آن برای دراز شدن و مشکی شدن مو نافع است .

روغن نخود و نخود سیاه را جوشانده میل کند برای تقویت مو مفید

است .

ص ۱۲ جلد ۴ راهنمای نجات از مرگ مصوعی

تخم کاهو را در آب خیسانده بر مو بمالند.

ویتامین (ب) (انیوزتیول) در دوباره رویانیدن موهای ریخته شده خیلی مؤثر است و همچنین یدهم بجریان خون که به پوست سر میرسد و ریشه‌های مو را غذا میدهد سه نوع ویتامین باید مصرف شود که هر سه در مخمر آبیجو میباشد سه نوع عبارتند از:

۱- ویتامین (ب و آ) (اسید فولیک)

۲- اسید پانیوتینک .

۳- اسید پاراآمینو نیروئیک .

چون تفصیل آن اینجا گنجایش ندارد خودداری شده ممکن است ب قسمت (عجائب خوراکیها) مراجعه نمائید .

ص ۲۸۹ - گذرنامه برای یک زندگانی نوین

رویانیدن مو گردو

برای نگهداری

فندق، شیر، ماست، مخمر، گوشت مفید میباشد.

ص ۹۸ - چه باید خورد

پیاز نابودکننده ضد ویتامین (ب) میباشد که در مغز برفنج بوده و ویتامین‌های بدن را رسوب میدهد پیاز دارای گوگرد است و برای رشد موهای بدن بسیار لازم است .

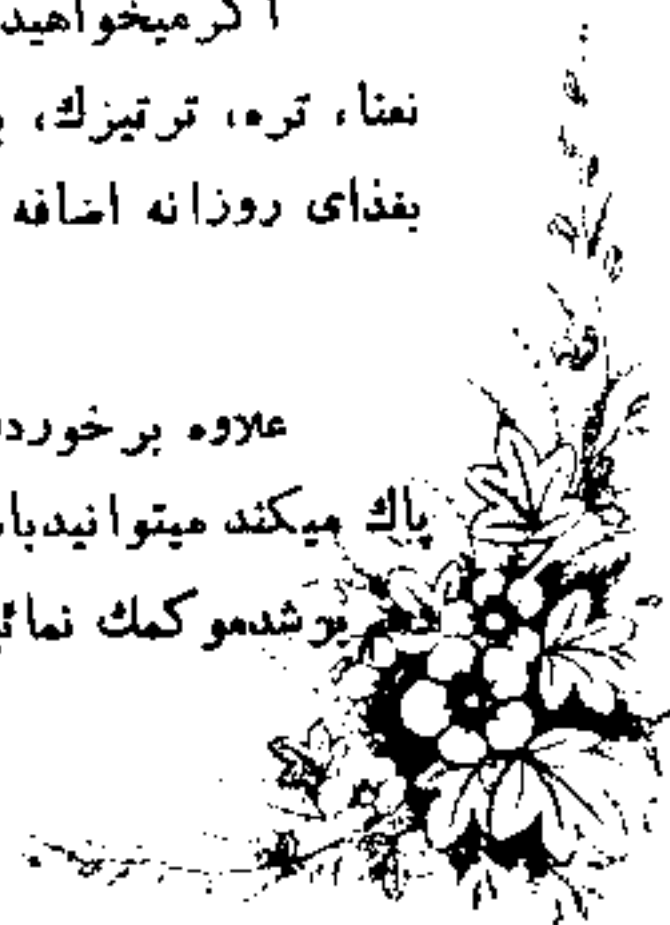
ص ۵۴ - اسرار خوراکیها

اگر میخواهید موهای سر شما پر پشت شود از سبزیجات استفاده نمائید نعنا، تره، ترتیزک، بولاغ اوتی، برگ کلم، تربچه بهتر از همه شنبلیله را پخته بفدای روزانه اضافه نمایند .

ص ۱۲۳ - اسرار خوراکیها

علاوه بر خوردن ویتامینهای (ب) که کلسترل را از اطراف پیاز مو پاک میکند میتواند باضاد ترب نیز جریان خون را بسوی پوست سر بر گردانید و در رشد مو کمک نمائید.

ص ۲۲۷ - اسرار خوراکیها



طاسی سر

آب لیمو از طاس شدن سر جلوگیری میکند و موهای سر را تقویت مینماید و برای این دو مقصود مالیدن آب لیمو بسر مفید است زخمها را هم معالجه کرده التیام میدهد .

ص ۱۴۰ - اسرار خوراکیها

سبوس برنج کپه‌های طاس را پر مو میسازد بشخص نیرو و جوانی میدهد و عمر را طولانی میکند .

ص ۶۰ - ایران آیند.



www.KetabFarsi.com

فصل سی و دوم

علاج واسواس

اگر مغزپسته را بامیوه‌های ترشی بخورند علاج وسواسی رامیکند.
ص ۲۲۲ - اسرار خوراکیها

واریسی

آب لیمو را بمحل درد بمالید و مقدار زیادی آب لیمو بنوشید واریسی را
معالجه میکند.

ص ۱۴۱ - اسرار خوراکیها

مصرف سیرجهت تورم ساق پا مانند واریسی مفید است.
ضماد آنهم مفید است.

ص ۲۵ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

پوست درخت فندق را اگر در آب بجوشانند یا اینکه در مخلوطی به
اندازه‌ای مساوی از آب شراب بپزند میتوان با آن زخمهایی را که در اثر
اولسره‌های واریسی بوجود آمده است معالجه کرد.

ص ۱۷۶ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

حرق آور و رفع بو از بدن

عده‌ای برای اینکه پایشان بو ندهد زیاد آنرا با آب و صابون می‌شویند
چند زیادتر می‌شویند نتیجه معکوس می‌گیرند برای رفع بوی پا بهترین
ابزار ایجاد ترشی است و اینکار را میتوان با دستورات زیر عملی کرد: پس از

استحمام و شستشوی مقدار زیادی بدون جوراب راه بروید تا پای شما عرق کند و عرق آن خشک شود.

دوم ترش کردن پا - می‌توانید از ترش‌بها استفاده کنید و بهترین دستور این است که یک گرم جوهر لیمو را در صد گرم آب حل نمائید و پای خود را با آن شسته بگذارید این آب در آنجا خشک شود اگر برای خشک کردن پا پودر استعمال مینمائید سعی کنید که آن پودر ترش باشد ولی بدانید اینها هیچکدام ترشی طبیعی نمی‌شود پس بهتر است کاری کنید که زیاد عرق نماید و برای اینکار بهترین دستور خوردن غذای معرق است که مهمترین آنها خربزه، خطمی، خبازی، پرسیاوشان، جوز هندی، دارچین، زنجبیل و گل‌گاو زبان دم‌کرده گل‌گاو زبان بالیموی عمانی را میتوان صبح بجای چای خورد زنجبیل، دارچین و جوز هندی جزا دویه است که معمولا بغذا میزنند با خبازی و پرسیاوشان نیز میتوان شربت‌های خوشگوار در دست کرد اثر این مواد بعلت هورمون‌های نباتی است که در آنها بوده و غدد عرق از آنها استفاده مینماید کفش‌های منفذدار یا روباز پوشید و هر روز جورابها را عوض کنید داخل کفش‌های خود کف‌های کلروفیل دار که هم رفع کننده بوی بد پاهست و هم از شدت تعریق میکاهد قرار دهید بطور خلاصه عرق کردن برای انسان لازم است عرق پوست را نرم و جوان نگاه میدارد عرق سموم بدن را خارج میسازد عرق علاج قطعی بیماریهای جلدی است از دم‌کرده دارچین که بجای چای سابق معمول بوده و بسیار نافع است استفاده نمائید زیرا غدد عرق را تحریک میکند.

ص ۱۱۲ و ۱۷۴ - اعجاز خوراکیها

ضماد گردغوره برای خوشبو کردن عرق و جوش‌های بدن و خارش و سستی مفید است.

راه نجات از مرگ مصنوعی

کسانی که عرق نمیکند یا کم عرق میکنند خوردن آب‌لیمو برای آنها مفید است و بایستی دوشاب عسل را با آب‌لیمو مخلوط کرده صبح ناشتا میل کنند.

ص ۱۴۰ - اسرار خوراکیها

سنبله ودانه‌های گل‌فندق معرق میباشد.

ص ۲۲۷ - اسرار خوراکیها

مصرف دم‌کرده چهار تاده گلبرگ‌های گل شقایق که خشک شده باشد در یک لیتر آب ده دقیقه برای تعریق بدن در معالجه امراض که احتیاج به

عرق بدن هست مفید است مقدار بالا سه فنجان در ۲۴ ساعت بایستی مصرف شود.

ص ۱۸۹ - گلها و گیاهان شفا بخش

همه پزشکان بخواس گیاه بادآور اعتقاد داشته وجود آنرا گنجی گرانبها برای خانواده‌ها و درمان فقرا و بیچارگان میدانستند ولی امروز وضع عوض شده و این گیاه را که باینهمه خواص در همه جا و در هر گوشه و کناری بفرادانی میتوان یافت با نظر حقارت مینگرند و به آن توجهی ندارند و فقط چهارپایان مخصوصاً وقتی در صحرا و کوه باین گیاه میرسند با اشتها و میل غریبی آن را میخورند با همه اینها باید بدانیم که گیاه دارویی بادآور دارای خواص تقویت کننده و عرق آور، مدر، تصفیه کننده خون، مقوی دستگاه هاضمه و همچنین دارای خواص ضد سرطان است و برای درمان عفونت‌های کلیه، کبد، معده نیز مؤثر است.

اصل این گیاه از هندوستان بوده و از هند به سایر نقاط دنیا پراکنده شده است و امروز بطور خودرو در جنوب اروپا و غالب نقاط ایران میروید منجمله آذربایجان، تبریز، رضائیه، گیلان و فارس. این گیاه ریشه کوچک و ساقه راست زاویه دار است در وسط چهار برگ ظاهر میشود گل بزرگ بادآور زرد رنگ و بوی نامطبوعی دارد که وقتی خشک شد آن بوی نامطبوع از بین میرود گل و برگهای نزدیک بگل را باید چید و در آفتاب خشک کرد. تنطوری بادآور را در داروخانه‌ها دارند میتوان پنجاه تا شصت قطره از آن را در روز مصرف کرد اینک نسخه آن:

باید با اندازه یک قاشق دسرخوری گلهای بادآور را با برگ آن در یک لیوان آب جوش ده دقیقه دم کنند و قبل از هر غذا یک فنجان از آنرا بخورند تا بهبود محسوسی در حالت عمومی خود احساس کنند.

ص ۲۵ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

دست اشخاصی که همیشه نمدار و تراست

اشخاصیکه اغلب دستشان نمدار و تراست علائمت این است که کم خون باشند باید همیشه دستهای خود را بادم کرده برگ درخت گردو بشویند و بزبان شستشو نیز بان گردلیکوپور که معروف به (گوگرد نباتی) است بزیند و این کار ساده هیچ بوئی ندارد.

ص ۱۸۰ - ۱۵۰ میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش



خواص سبزیها در لکه گیری و نظافت

پاك کردن ظروف مسی

برای پاك کردن ظروف مسی که سیاه شده باشد باید با نصف لیمو که آنرا به دانه های درشت نمك مالیده اید محکم به ظروف مسی سیاه بمالید تا سیاهی آنرا بر طرف کند.

پاك کردن جواهرات

برای پاك کردن جواهرات نقره ای يك برش لیمورا بآن مالید بعد با آب گرم آنرا بشوئید و سپس با پوست آهو آنها را پاك کنید.

پاك کردن سندلی حصیری

برای پاك کردن سندلی حصیری نصف لیمورا روی آن بمالید و بعد با آب سرد آنرا بشوئید و در هوا آنرا خشك کنید.

لکه گیری پارچه سفید

برای پاك کردن لکه ای که روی پارچه سفیدی افتاده است باید يك برش لیمورا بین پارچه گذاشت و آنرا روی لکه و خال بگذارید و يك اتوی داغ را از روی آن عبور دهید و آنقدر این عمل را تکرار کنید تا آن لکه پاك شود. لیمو لکه های آب، سبزیها، میوه، مرکب و جوهر را از بین میبرد.

براقی گفش = کیف = دستکش

گفش و کیف و دستکش اگر دارید و می‌خواهید آنها را براق بازید پوست پرتقال را بآن بمالید و بعد پارچه نرم و لطیفی را بآن بزیند فوق‌العاده براق و با جلا میشود.

ص ۱۵۲ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

پاک کردن تابه و لامپ

اگر می‌خواهید تابه آشپزخانه شما بوی پیاز نهد مقدارزیای قبل نمک بآن بمالید .
اگر لامپ چراغ برق شما کثیف شده است و می‌خواهید آنرا پاک کنید يك پوست پیاز بآن بمالید.

اشیاء مسی

اگر می‌خواهید اشیاء مسی شما زنگ نزنند قلم‌مورا در آب پیاز فرو کنید و آنرا روی ظروف مسی بمالید.

تمیز کردن اشیاء نیکلی

برای برطرف ساختن زنگ‌هایی که روی اشیاء نیکلی پیدا میشود باید يك پیاز را دو قسمت بکنید و آنرا محکم روی آن بمالید.

پنجره و شیشه‌ها

برای پاک کردن آثار انگشت بر روی درها و پنجره‌هایی که بسته میشوند باید پیازی را بدو قسمت کرده و آهسته آهسته بآن بمالید.

گرم چوب

برای از بین بردن کرم چوب و حیواناتی که چوب را سوراخ میکنند

باید قسمت‌هایی که مورد حمله واقع شده‌است دوازده روز متوالی پیاز بآن بمالید .

کمر بند یا کیف

برای اینکه کمر بند یا کیف سیاهی که از ورنی ساخته شده‌است جلادهید پیازی را که دو قسمت شده‌است بآن بمالید .

شیشه و تیغه کارد

پیازی که بدو نیمه شده‌است شیشه‌ها و تیغه کارد و چاقو را که زنگ نازکی روی آن گرفته است پاک کنید .

تهیه مرکب از آب پیاز

آب پیاز تشکیل مرکبی محبت‌آمیز میدهد که وقتی با آن روی کاغذ چیزی بنویسید پیدانگشت همینکه آنرا گرم کنند کلمات ظاهر میگردد .
ص ۹۶ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

ظروف فلزی یا نقره‌ای

برگ ترشک را اگر بظروف فلزی و نقره‌آلات بمالند بخوبی آنرا پاک میکنند و براق و باجلا میسازد .

بطری روغنی

اگر چند ریزه برگ ترشک را در شیشه‌ای که روغن در آن بوده بیاندازید و کمی آب بآن اضافه کنید و حرکت دهید و بعد بشوئید بخوبی آنرا پاک میکند .

برطرف نمودن لکه جوهر از

لباس سفید

برای پاک کردن لکه‌های جوهر از لباس سفید باید برگ ترشک تازه

را بچینند و آنرا بجای لکه بمالید سپس باصابون آنرا بشوئید و اگر لازم شد اینعمل را چند بار تکرار کنید هیچوقت نباید ترشک را در ظرف مسی بخت که تولید مسمومیت میکند.

ص ۹۹ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

لکه‌گیری جوهر از لباس

اگر روی پیراهن و لباس‌شمالک‌های جوهر افتاده است. آب گوجه‌فرنگی را بآن بمالید فوراً لکه‌های جوهر محو خواهد شد. با برگ‌های انجیر ظرف‌های آشپزخانه را میتوان بخوبی شست و تمیز کرد.

ص ۱۰۵ - میوه‌ها و سبزیهای شفا بخش

اگر بچه‌سوزن یا دکمه و یا میخ و سنجاق بیلند بدون اینکه دست و پای خود را گم کنید باو پوره سیب‌زمینی بخورانید تا دور تا دور آن جسم را در معده و روده‌ها گرفته و بر احتی آنرا خارج کند.

پایان

www.KetabFarsi.com

