

بِنام خداون مهربان

تجربه ثابت کرده است که ...

(گیاه درمانی با چای و شربت)



تهیه و تنظیم: شهلا گل محمدی

۱۳۹۲

WWW.chaychay.blogfa.com

سرشناسه	گل محمدی، شهلا، ۱۳۵۴ -
عنوان و نام پدیدآور	تجربه ثابت کرده است که... (گیاه درمانی با چای و شربت) / تهیه و تنظیم: شهلا گل محمدی.
مشخصات نشر	تبریز: انتشارات آلتین، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	۸۸ ص: مصور.
شابک	۳۰۰۰ ریال ۵-۹3501-600-978
وضعیت فهرست نویسی	بیا
یادداشت	کتابنامه.
عنوان دیگر	گیاه درمانی با چای و شربت.
موضوع	گیاه درمانی
موضوع	جوشانده های گیاهی
رده بندی کنگره	۱۳۹۲ ۳۸۷/۱۰۴ RS
رده بندی دیویی	۶۱۵/۱۲
شماره کلاسیکاسی ملی	۳۱۲۹۴۳۸



شناسنامه

عنوان کتاب: تجربه ثابت کرده است که... (گیاه درمانی با چای و شربت)
تهیه و تنظیم: شهلا گل محمدی
ویراستاران: ابولفضل غالب، میلاد غالب، اکبر رضایی
ناشر: انتشارات آلتین
نوبت چاپ: اول
سال چاپ: ۱۳۹۲
لینتوگرافی: آذین
چاپخانه: پرریان
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد قطع: قعی
محل چاپ و نشر: تبریز
تعداد صفحات: ۸۸

isbn:978-600-93501-5-5

شابک: ۵-۵-۹۳۵۰۱-۶۰۰-۹۷۸

بر موجب مصوب ۱۱/۱۰/۱۳۹۸ هجری ۵۵ حجت از مولفان کیری حقوق این کتاب برای انتشارات آلتین محفوظ می باشد.

مرکز پخش: تلفن مستقیم ۰۹۱۴۴۱۲۷۴۹۹-۰۹۳۸۱۴۳۱۱۸۵
تهران: چهارراه کورستان رویروی انزلی کل لو شاد دلتشهر

سپاس و قدردانی

حمد و سپاس خداوند منان را که دنیایی به این زیبایی با نعمتهای فراوان آفریده و برای هر آفریده خود حکمتی نهاده، باشد که بتوانیم حکمت نعمات خداوند را هر چند که به اندازه قطره ای کوچک باشد دریابیم.

این مجموعه تقدیم به افرادی که دنبال دریافت حکمت نعمات خداوند و استفاده از این نعمات برای حفظ سلامتی خود هستند و سپاس و تشکر از تمامی دوستان و آشنایان که مرا ترغیب به گردآوری مجموعه کردند.

و سپاس فراوان از استادم جناب آقای اکبر رضایی که مرا در این راه قدم بقدم مشاوره و یاری نمودند.

پیشگفتار

این مجموعه دورنمایی از کتاب‌های نفیس گیاهی، از استادان زبده‌ی کشور می‌باشد.

شیوه‌ی درمانی غرب اغلب توأم با ناراحتی است چنانکه غالباً با آمپول، کیسول و دارو سروکار دارد. برعکس طب شرق روش ملایم‌تری دارد و به جای کشتن میکروب سعی می‌کند محیط را برای میکروب نامساعد کند که خودبخود از بین برود. لذا سعی بر این است با آشنایی بیشتر مردم با گیاهان دارویی و جایگزینی آنها به جای نوشیدن چای و غیره گامی در بهبود وضع جسمانی مردم عزیز برداشته باشیم. ملت ما عادت به استفاده زیاد از چای سیاه دارد در حالی که می‌توان از بسیاری از گیاهان معطر به جای نوشیدنی گرم و یا به صورت شربت استفاده کرد یا می‌توان از افزودنی‌های مختلفی داخل چای استفاده کرد. مانند عسل، لیموترش، هل، دارچین و ...

شربت را می‌توان با عرقیات گیاهی درست کرد به گونه‌ای که مقداری عرق گیاهان را با آب و شکر یا عسل ترکیب کرده میل نمود. در مجموعه‌ی حاضر سعی نموده‌ایم که با گردآوری مطالب ارزشمند استادان گرامی در یک مجموعه‌ی کوچک، دوستان را هر چه بیشتر با خواص دم‌کردنی‌ها و شربت‌های گیاهی آشنا سازیم.

- ۱- فصل اول: انواع نوشیدنیهای گرم..... ۱
- ۲- فصل دوم: انواع نوشیدنیهای سرد..... ۲۵
- ۳- فصل سوم: آب سبزیجات مفید برای درمان بیماریها..... ۳۹
- ۴- فصل چهارم: نکاتار میوه ها..... ۴۵
- ۵- فصل پنجم: انواع شیرهای گیاهی..... ۵۱
- ۶- فصل ششم: نوشیدنیهای میوه ای..... ۵۵
- ۷- فصل هفتم: ماسک های گیاهی..... ۶۸