

معجزه ی

طبیعت

مؤلف : حکیم فرج ... آصف

سرشناسه	: آصفی، فرج الله، ۱۳۴۳ -
عنوان و نام پدیدآور	: معجزه ی طبیعت / مولف فرج... آصفی.
مشخصات نشر	: گرگان: انتشارات نوروزی، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۱۲۶ ص
شابک	: 978-600-449-775-6
وضعیت فهرست نویسی	: قیفا
یادداشت	: کتابنامه: ص: ۱۴۰.
موضوع	: پزشکی سنتی Traditional medicine
موضوع	: گیاه درمانی Herbs -- Therapeutic use
موضوع	: داروهای گیاهی Materia medica, Vegetable
رده بندی کنگ	: R۱۳۹۷۱۳۵R / ۱۶م
رده بندی دیویی	: ۶۱۰
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۱ ۶۰

معجزه ی طبیعت

تألیف: حکیم فرج... آصفی

نوبت چاپ: اول- ۱۳۹۷

مشخصات ظاهری: ۱۲۶ ص

قطع: وزیری

شمارگان: ۲۰۰

شماره شابک: ۶-۷۷۵-۴۴۹-۶۰۰-۹۷۸

چاپ و نشر: نوروزی-۱۷۳۲۲۴۲۲۵۸

قیمت: ۱۲۰۰۰ تومان

حق چاپ برای نویسنده محفوظ می باشد.



نشانی: گلستان، گرگان، خیابان شهید بهشتی، بازار رضا(ع)، ۰۱۷-۳۲۲۴۲۲۵۸
 دورنگار: ۰۱۷-۳۲۲۲۰۰۴۷ آدرس الکترونیکی: Entesharate.noruzi@gmail
 سایت انتشارات: www.Entesharate-noruzi.com

پیش گفتار

از آن زمان که بشر به بلاغت فکری و شعور باطنی رسیده، بهواره در فکر سلامتی و فرار از رنجوری و مرض بوده و نیز در اندیشه
 ی حفظ سلامت جسم خویش و دستیابی به زیبایی، شادابی، نشاط و طول عمر بوده که بدین جهت مجبور به جستجوی و جمع آوری گیاهان
 دارو مصرف آن گردید. در بین مردم کسانی بودند که زندگی خود را صرف جمع آوری گیاهان دارویی نموده به مرور از خواص معجزه
 آفرین آنها مطلع گشتند و برای دیگران تعریف و تجویز نمودند. هر چه زمان بیشتر گذشت، آدمی با در نظر گرفتن تجارب دیگران به
 شناخت بیشتر دست پیدا کرد. پسا انسان های زیادی جان خود را در این راستا فدا کردند و کم کم پیاپی که دار علم طب و توسی روز
 افزون آن گردیدند.

پزشکانی همچون ابوعلی سینا و رازی که سائر کوشش و جالایس و نهایت و تفحص در آثار اسادان خود، نظرات آنان را مورد و نقد و
 بررسی قرار داده اند. آثاری که زحمات فراوان آن اسادان عزیز نسل به نسل آموخته شده تلمیه مشرف علم و تجارب به نسل های
 بعدی کماثر گردد و بر حسب و غنیه ای انسانی که برگردن داریم، باید آموختن و یادگیری و به دیگران بیاموزیم تا به نواره خود را به زیر خاک
 مدفون نسازیم. بنده ی حقیر حکیم فرج... آصفی از شهرستان سیرم از توابع استان خراسان، پیش از زحمات بیست ساله ی
 خود را در امر طبابت با داروهای گیاهی و آنچه در چغتری خود اشتهام مکننداری نمودم و اینک خداوند زیر را را در روپاس گزارم که نظر لطفت
 خود را بر این حقیر نموده تا فرصتی دیگر بشکد که بتوانم آموخته ها و تجارب خودم را گردآوری کنم و در این کتاب به شاعران تقدیم نمایم.

۱۱	 مقدمه:
۱۳	 داروی گیاهی برای درمان سینوزیت
۱۳	 سینوزیت
۱۴	 اندر خواص زنجبیل
۱۴	 خواص سرکه سیب
۱۵	 روش تهیه درمان خانگی سینوزیت با سرکه سیب و زنجبیل
۱۶	 درمان کبد چرب با بیاضیل دارویی
۱۸	 کبد چرب چه علائمی دارد؟
۱۸	 هرگز ناشتا، آب سرد ننوشید
۱۸	 اگر غذا را نجوید ضرر می کنید
۱۹	 کمتر غذاهای سرد و غلیظ و لزج بخورید
۱۹	 نگذارید بدن تان سرد شود
۲۰	 خوراکی ها را با مصلح شان بخورید
۲۰	 گوشت غلیظ نخورید
۲۱	 خوراکی های دوست کبد
۲۲	 درمان روماتیسم با ترخون
۲۳	 درمان فشار خون با گیاهان دارویی
۲۴	 عللی که فشارخون سراغتان می آید
۲۵	 فشارخونتان را اینگونه پایین بیاورید
۲۵	 گیاهان موثر بر کاهش فشار خون
۲۸	 درمان زخم معده با گیاهان دارویی
۳۱	 گیاه درمانی در بیماری های قلبی - عروقی
۳۴	 درمان استرس و اضطراب با گیاهان دارویی
۳۷	 درمان ریزش مو با استفاده از طب سنتی

۴۰	درمان میگرن با گیاهان دارویی
۴۱	درمان کاهش میل جنسی با گیاهان دارویی
۴۶	اندر خواص زنجبیل
۴۶	روش های استفاده از زنجبیل برای سوزاندن چربی های شکم
۴۹	معجون ضد سرطان
۵۰	روش استفاده از داروی ضدسرطان خانگی
۵۳	شربت زعفران برای تمرکز بیشتر
۵۳	در مصرف، خرما صرفه جویی کنید!
۵۳	رزماری، سبیل حافظه
۵۴	کندر، اکسید حافظه
۵۴	عسل و انواع مومها، بوی های مغزی
۵۴	اسطوخودوس از گذشت تا اکنون
۵۶	گیاهان موثر در درمان التهاب دررم معده
۵۹	درمان های خانگی هموروئید
۶۲	علائم درد سیاتیک
۶۳	درمان کمردرد و سیاتیک با چای زنجبیل
۶۶	درمان طبیعی غلظت خون
۶۸	درمان گیاهی و سنتی زخم معده
۷۰	خوبی روغن زیتون برای پوست و مو
۷۰	روغن پاک کننده برای پوست های حساس
۷۲	شگفتی های روغن آرگان
۷۲	روغن بادام شیرین برای زیبایی
۷۵	فواید کرفس کوهی برای جلوگیری از فشارخون
۸۱	معجزه آویشن
۸۲	اگر پوستی حساس دارید
۸۲	اسفرزه چگونه لاغر می کند؟
۸۷	درمان خارش با گیاهان

۸۸	 انگور فرنگی
۹۲	 گیاهان دم کردنی
۹۵	 آواکادو و سویا
۹۸	 درمان گیاهی بیماری صرع
۱۰۰	 درمان آسم با گیاهان دارویی و طب سنتی
۱۰۱	 علت به وجود آمدن آسم
۱۰۴	 درمان آسم
۱۰۷	 توصیه های برای بیماران آسمی
۱۰۷	 خواص عسل در طب
۱۰۹	 نحوه ی مصرف عدس در افراد مختلف
۱۱۰	 فواید نوشیدن آبلیمو و عسل
۱۱۳	 چگونه در منزل آبلیمو و عسل تهیه کنیم؟
۱۱۳	 گیاه خرنوب چیست و چه خواصی دارد؟
۱۱۴	 خواص خرنوب (طبیعت و خواص درمانی)
۱۱۵	 گیاه شناسی خرنوب
۱۱۶	 مضرات خرنوب (موارد احتیاطی و منع مصرف)
۱۱۶	 روغن جوجوبا برای چین و چروک
۱۱۷	 فواید روغن جوجوبا
۱۱۹	 جوز هندی دانه ای پر خاصیت
۱۱۹	 فواید جوز هندی
۱۲۴	 منابع

مقدمه:

یکی از مبانی و اصول مهم طب سنتی این است که طبیعت بدن هر یک از انسانها دارای مزاج خاص خود است و وظیفه طبیب این است که با شناخت این مزاج با تدابیر بهداشتی در مورد نوع غذا و نحوه زندگی و محیط و شغل شخص، سلامتی او را به بهترین و معتدلترین حالت حفظ نماید تا شخص از نظر جسمی و روحی در بهترین شرایط باشد و هنگام بیماری مهمترین وظیفه درمانگر این است که مزاج بدن و عضو درگیر را به حالت طبیعی و اصلی خویش برگرداند و لذا باید بگوئیم که بهتر است به جای واژه طب سنتی از واژه طب مزاجی در مورد این مکتب طبی استفاده کنیم. اگر چه در آن زمان میکروب و ویروس و عوامل انگلی به شکل امروزی شناخته شده نبوده است ولی اطباء آن زمان با تقویت و تعادل مزاج بدن قدرت دفاعی بدن را بالا می برده اند و محیط را برای رشد و بقاء عوامل مضر ناسازگار می نموده اند ضمن اینکه امروزه ثابت شده است برخی داروهای طب سنتی مثل گیاه آویشن دارای خواص آنتی بیوتیکی قابل قبول و موثر هستند. در مورد تشریح نکته شگرف و قابل توجه آن است که در هزار سال گذشته علیرغم نداشتن وسایل و تجهیزاتی مثل میکروسکوپ تراسته اند اعصاب مغزی و محیطی و لایه های مختلف کره چشم را توضیح دهند و تشریح نمایند. لایه هایی که ضخامت بعضی از آنها حتی کمتر از ۰/۵ میلی متر می باشد که اکنون بعد از گذشت قرن‌ها و وجود وسایل پیشرفته همان یافته ها با اندک تفاوتی تأیید می شود. یکی از مباحث بسیار جالب در طب سنتی مبحثی به نام بهداشت عمومی و چگونگی حفظ و تعادل سلامتی و پیشگیری از بیماریها در سنین مختلف - مزاجهای مختلف - شرایط مختلف اقلیمی و آب و هوایی می باشد. به طور مثال، طب سنتی در مورد بهداشت مواد غذایی و نوع مواد مصرفی در سنین مختلف، فصول مختلف، و حتی در مورد ترتیب مصرف مواد غذایی و آشامیدنی و بیماریهای حاصل از عدم رعایت این ترتیب بحث می نماید و همچنین این شیوه طبی در هر بیماری و ضعف بدنی برحسب شرایط بیمار و نوع بیماری دستورات غذایی و رفتاری خاص و ویژه دارد و همچنین در این روش از انواع حالات روحی و نفسانی شامل غم و شادی و فرح و خشم و غضب و ... و بیماریهای مرتبط با آنها و نحوه درمان آنها توضیحات جالبی دارد و سلسله آموزشهای بهداشتی طب سنتی در مورد ظریفترین برنامه های زندگی مثل خواب و بیداری - محل زندگی و نوع مهندسی ساختمان، تذکرات

بهداشتی قبل و بعد از استحمام، چگونگی استحمام، طول مدت استحمام در بیماران مختلف، خواص عطرها و روایح و رنگها و... تاثیر آنها در افراد مختلف و چگونگی بهره گیری از این موارد در درمان بیماران به بحث می پردازد در کتب طب سنتی از چگونگی تغییرات جوی و تاثیرات کیهانی و نجومی و تغییرات فصول بر روی کره زمین و بدن انسانها صحبت به میان می آید و مباحثی بیان می شود، نظریه ای که تا مدتی قبل توسط عده ای از تحصیلکردگان به تمسخر گرفته می شد ولی اکنون به این تاثیرات و تغییرات اذعان می شود.

در بررسی بیماریها نیز طب سنتی ابتدا به علل بروز و ظهور بیماریها می پردازد سپس راههای پیشگیری از آنها و در نهایت به بیان شیوه های درمان هر بیماری با توجه به علل بیماری می پردازد. طب سنتی برای هر یک از مواد غذایی، دارویی، گیاهی، نباتی، معدنی و حتی سموم، مزاج و خواص و تاثیرات جداگانه قائل است که بعد از ورود به بدن می توانند منشا واکنشهای متفاوت باشند. طب سنتی مختلف قابل پیش بینی در بدن باشند که در تشخیص و درمان بیماریها از این خواص بهره می گیرند و از علائم و دلایلی که طیب برای تشخیص از آنها استفاده می کند بهره می برند. موارد زیر اشاره کرد:

- ۱- ادرار ۲- نبض ۳- عرق ۴- مدفوع ۵- رنگ چهره و زبان ۶- حرارت، برودت و رنگ پوست ۷- خون و...