



نسخه شفابخش

سیر

غلامرضا وکیلی

انتشارات عطر یاس



وکیلی، غلامرضا

نسخه شفا بخش سیب / تالیف غلامرضا وکیلی -

قم : عطر یاس، ۱۳۸۸

۴۸ ص.

ISBN : ۹۷۸-۹۶۴-۲۵۲۶-۷۸-۹

۹۰۰۰ ریال

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

کتابنامه : ص. ۴۶-۴۸ : همچنین به صورت زیر نویس

۱. سیب ۲. سیب - مصارف درمانی . الف عنوان.

۶۳۴/۱۱

۱۳۸۹ هن او / SB ۳۶۳

۱۹۶۳۱۹۵

نسخه شفا بخش سیب

تحقیق، نگارش: غلامرضا وکیلی

زیر نظر: مهدی رفیعیانی

ویراستار: نسرین وکیلی

بامقدمه: مریم وکیلی

ناشر: انتشارات عطر یاس

به سفارش: موسسه‌ی پخش کتاب شهید خیرالله وکیلی

طرح جلد: گرافیک کاغذ

قیمت: ۹۰۰ تومان

نوبت چاپ: اول / بهار ۱۳۸۹

چاپ: ثامن الحجج (ع)

شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه

نمونه خوان: رمضان وکیلی

مشوق: محمد وکیلی

کلیه‌ی حقوق اثر محفوظ و مخصوص «مؤسسه‌ی پخش کتاب شهید خیرالله وکیلی» می باشد.

مراکز پخش:

۱. اصفهان، کوی ولی عصر خیابان استاد شهریار، مجتمع تجاری F،

مؤسسه‌ی پخش کتاب شهید خیرالله وکیلی

تلفن: ۰۳۱۱۷۷۸۸۷۶۷ / همراه: ۰۹۱۳۱۰۴۷۵۹۱

۲. اصفهان، دروازه دولت، ابتدای چهار باغ پایین، جنب شرکت پلار،

انتشارات نقش، ۰۳۱۱ ۲۲۳۷۷۹۹

۳. قم، خیابان چهارمردان، پلاک ۷۴۹، پخش کتاب کاغذ،

۷۷۳۳۵۱۲۰۲۵۱-۰۹۱۹۲۵۳۳۴۷۲-۰۹۱۹۱۹۸۶۲۸۸

۴. تهران، خیابان پیروزی، خیابان نبرد، پخش کتاب فرزنان،

۰۹۱۲۵۵۹۴۴۶۲

۵. مشهد، خیابان امیرکبیر، پخش کتاب انصاری، ۰۹۱۵۸۰۶۰۵۲۰



بوییدن سیب قبل از خوردن

ابوبصیر میگوید: از امام باقر علیه السلام شنیدم که می فرمود: «وقتی که قصد خوردن سیب می کنید، ابتدا آن را بویید و سپس آن را بخورید. زیرا این گونه هر درد و اندوهی از جسدتان خارج می شود و موجب تسکین و آرامش چیزهایی است که از سوی ارواح به وجود می آید.»



فهرست مطالب

۸.....	مقدمه
۱۱.....	سخن مؤلف
۱۲.....	سیب
۱۳.....	ترکیبات شیمیایی
۱۶.....	خواص-کاربرد
۲۴.....	شیوه‌ی اول تهیه‌ی شربت سیب
۲۴.....	شیوه‌ی دوم تهیه‌ی شربت سیب
۲۷.....	احادیثی درباره‌ی سیب
۳۱.....	تحقیقات جدید علمی در مورد خواص درمانی سیب
۳۱.....	تأثیر سیب در تقویت قلب
۳۴.....	اثر سیب در کاهش قند خون
۳۶.....	تقویت حافظه با آب سیب
۳۷.....	سیب دارویی ضد ویروس و ضد سرماخوردگی
۳۹.....	توصیه‌ای به زنان باردار
۴۰.....	لاغری با سیب
۴۶.....	کتابنامه

زندگانی سیبیست

گاز باید زد با پوست

سهراب سهری

مقدمه

در احادیث معتبر نقل شده است: که پنج میوه از بهشت آمده است: انار، سیب، به، انگور و رطب.^۱

سیب از روزگاران قدیم و حتی در زمان آدم ابوالبشر شهرت داشته است، زیرا معروف است که حوا سیبی به آدم داد چون در بهشت در مقابل این میوه نتوانست مقاومت کند و از آن خورد بدین ترتیب سیب مدت‌ها نماد گناه اولیه و میوه‌ی ممنوع بوده است، اما به تدریج خواص دارویی آن موجب شد که تقریباً به عنوان میوه‌ای معجزه‌آسا شناخته شود.

۱- انار، ملس، سیب شامی، به، انگور رازقی و رطب مشان.

ابوعلی سینا می‌گوید: از همه معتدل‌تر سیب شامی است.

در بین مردم انگلیس یک ضرب‌المثل ساده و مشهور وجود دارد که می‌گوید: خوردن یک سیب در روز پزشک را از شما دور می‌کند.

دکتر «لئونس گارلیه» درباره‌ی خواص درمانی سیب می‌نویسد: «سیب دهان را ضد عفونی می‌کند. اسیداوریک و دیگر سموم را که جمع شده‌اند، حل کرده و غده‌های بزاق دهان و ترشحات اسید معده را تقویت می‌کند. به همین جهت سیب برای اشخاصی که در یک جا نشسته‌اند و حرکت نمی‌کنند بسیار مفید است. پزشکان مصرف سیب برای اشخاصی که مبتلا به درد مفاصل و روماتیسم مزمن، تبخال و چاقی، امراض ریوی و کبد شده‌اند، تجویز می‌کنند. سیب سنگ کیسه‌ی صفرا و سنگ کلیه را حل می‌کند.»

1- An apple a day keep the doctors away

نخستین سیب

در کشور نیوزلند هنگامی که بانوان به ششمین ماه بارداری خود وارد می‌شوند مصرف میوه‌جات به‌ویژه سیب را در رأس برنامه‌های غذایی خود قرار می‌دهند و معتقدند با این رژیم دارای فرزندان زیبا خواهند شد که در واقعیت نیز همین اتفاق می‌افتد.

جالب است بدانید بزرگترین سیب جهان ۱۸۴۹ گرم (یک کیلو و ۸۴۹ گرم) وزن دارد که توسط **Chisato Iwasaki** در باغ سیبش در شهر «هیروساکی» در ژاپن پرورش داده شده و در ۲۴ اکتبر ۲۰۰۵ به‌عنوان بزرگترین سیب جهان انتخاب شده است.

مریم وکیلی