

انجیر و زیتون

(کاشت، داشت، برداشت)
و خواص درمانی آن ها

تألیف:

محمد هاشم حنفی، امین حنفی، نسreen حنفی و آفرین حنفی

SB انجیر و زیتون، کاشت، داشت، برداشت و خواص درمانی آنها/ تألیف

محمد هاشم حنفی (و دیگران)

۳۶۵ - بیرجند، رزقی، ۱۳۸۶.

۸ الف / ۹۵ ص: مصور.

۱. انجیر - ۲. زیتون. الف. حنفی، محمد هاشم،

۸۵ - ۱۰۲۱

مرکز اطلاع رسانی و کتابخانه مرکزی دانشگاه بیرجند

شناسنامه کتاب:

نام: انجیر و زیتون، کاشت، داشت، برداشت و خواص درمانی
آن‌ها

تألیف: محمد هاشم حنفی، نسرین حنفی، امین حنفی و آفرین حنفی
صفحات: ۹۱

ناشر: رزقی

شابک: ۹۶۴-۸۵۴۰-۲۸-۴

چاپ: دقت مشهد ۳۸۱۰۲۵۲

سال انتشار: ۸۶

نوبت انتشار: اول

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

قطع: رقعی

قیمت: ۱۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

صفحه	عناوین
۹	پیشگفتار
۱۲	انجیر
۱۴	انواع انجیر
۱۵	انجیر بر
۱۵	انجیر خوراکی
۱۵	انجیر از میر
۱۶	انجیر سبز
۱۶	انجیر سیاه
۱۷	شاه انجیر
۱۷	انجیر متی
۱۸	انجیر المی
۱۸	انجیر برگ چناری
۱۹	انجیر رونو
۱۹	انجیر کشکی
۱۹	انجیر سان پدرو
۲۰	انجیر معمولی
۲۰	تکثیر درخت انجیر
۲۱	کاشت خزانه ای
۲۱	کاشت مستقیم
۲۲	پاجوش
۲۲	مرحله ی داشت انجیر
۲۲	پاک کردن جوی ها و اطراف تنه ی درخت
۲۳	کندن اطراف تنه ی درختان
۲۳	مبارزه با علف های هرز
۲۳	گرده افشانی
۲۴	سمپاشی
۲۴	کرم کشی

۲۵	خاک دادن درختان
۲۵	هرس
۲۵	هرس فرمی
۲۵	تشکیل درخت به شکل بوته
۲۸	تشکیل درخت به شکل پابلند
۲۸	هرس بهره برداری
۲۸	هرس تابستانه
۲۹	هرس پاییزه
۳۰	هرس سبز
۳۰	هرس سیاه
۳۱	برداشت انجیر
۳۲	تهیه ی انجیر خشک
۳۳	استفاده از گوگرد
۳۵	درجه بندی انجیر
۳۵	انجیر صدیک
۳۶	انجیر خرمنی
۳۶	انجیر منگ
۳۶	مقدار محصول درخت انجیر
۳۷	تسریع رسیدن میوه ی انجیر
۳۸	ارزش غذایی انجیر
۴۱	خواص دارویی انجیر
۴۳	درمان زگیل و میخچه
۴۳	درمان زخم ها و جراحات و تسریع در التیام آن ها
۴۳	درمان ورم غدد بناگوشی (اوربون)
۴۳	جرم گیری و سفید کردن دندان
۴۳	درمان آماس لثه و دهان و آسهی دندان ، آماس غدد بناگوشی
۴۴	درمان سوءهاضمه بالغین و اطفال
۴۴	ضد ریزش موی سرو ابرو و ضد شوره یا سبوره
۴۵	درمان یبوست

۴۶	زیتون
۴۶	مقدمه
۴۹	ارزش غذایی و بهداشتی زیتون
۵۱	مواد موجود در صند گرم زیتون تازه
۵۲	مشخصات گیاه شناسی درخت زیتون
۵۷	ترکیب شیمیایی روغن زیتون
۵۷	ترکیب شیمیایی برگ‌های زیتون
۵۷	خواص درمانی روغن زیتون
۵۹	درمان نرمی استخوان یا راشی‌تسم
۵۹	درمان پیوره
۵۹	تسکین دردهای روماتیسمی و عصبی و دررفتگی‌ها
۵۹	جلوگیری از ریزش موی سر
۵۹	درمان نفرس
۶۰	درمان سودا
۶۰	رفع خراش‌های پوست
۶۰	درمان یبوست‌های تشنجی
۶۰	پوست و برگ درخت زیتون
۶۲	تقویت موی سر و ضد شوره، ضد ریزش موی سر
	پیشگیری از سفید شدن موی سر، موی ریش، درمان مواردی که یک یا چند
۶۲	موی ریش، مژه، ابرو و سر سفید است
۶۳	درمان زونا (هر پس زوستر)
۶۳	درمان سوختگی‌ها
۶۳	تسکین فوری سوزش سوختگی‌ها و پیشگیری از بروز تاول
۶۴	درمان گزش زنبور و عقرب و رتیل
۶۴	درمان برص ناخن
۶۴	درمان سر مازدگی و آفتاب‌زدگی دست و پا
۶۴	جلوگیری از تعریق زیاد بدن
۶۴	تقویت بینایی، رفع خارش چشم، رفع قرمزی چشم و اشک‌ریزش
۶۴	درمان نزله یا ترشحات بینی در هنگام گریب
۶۴	ضد درد و ورم مفاصل، ضد محدود شدن حرکت مفاصل

- درمان جوش‌های دهان، خونریزی لثه و شلی دندان، درمان تبخال ۶۵
- درمان بی‌بوست به عنوان ملین و مسهل (رفع انسداد روده). ۶۵
- درمان قولنج روده ۶۵
- درمان بواسیر داخلی و شقاق مقعد ۶۵
- درمان سنگ‌های صفراوی ۶۵
- درمان و جلوگیری از پیشرفت سفتی جدار شرایین (تصلب شرایین) ۶۶
- درمان فشار خون بالا ۶۶
- درمان خونریزی لثه ۶۶
- تسکین درد نفرس ۶۶
- افزایش میل جنسی ۶۶
- نتایج حاصله از تحقیقات جدید در مورد برگ‌های زیتون ۶۷
- خواص آنتی‌اکسیدان برگ زیتون ۶۷
- خواص ضد مکملی برگ زیتون ۶۷
- خواص پایین آورنده‌ی قند خون برگ‌های زیتون ۶۸
- خواص ریلکس یا شل کنندگی ماهیچه‌های صاف برگ‌های زیتون ۶۸
- بررسی‌های بالینی در مورد عصاره‌ی برگ زیتون ۶۹
- فشار خون بالا ۶۹
- موارد استفاده و مصرف برگ‌های زیتون ۷۰
- موارد استفاده و مصرف روغن زیتون ۷۰
- منع استعمال ۷۰
- هشدارها و عوارض جانبی ۷۱
- تداخل دارویی ۷۱
- میزان مصرف یا دوزاژ برگ‌های زیتون ۷۱
- پروپاراسیون ۷۱
- میزان مصرف روزانه‌ی برگ‌های زیتون ۷۱
- میزان مصرف روزانه‌ی روغن زیتون ۷۲
- آب و هوای مطلوب برای درخت زیتون ۷۲
- خاک مطلوب برای درخت زیتون ۷۳
- تکثیر درختان زیتون ۷۳

۷۳		کاشت هسته
۷۴		کاشت پاجوش
۷۵		کاشت قلمه ها
۷۶		آفات و بیماری های زیتون
۷۷		شپشک های سیاه زیتون
۷۸		پسیل یا عسلک زیتون
۷۸		سپردار بنفش زیتون
۷۸		کرم سفید ریشه ی زیتون
۷۹		بیماری لکه طاووسی زیتون
۷۹		برداشت زیتون
۸۰		روش های مختلف برداشت زیتون
۸۱		جمع اوری محصول از روی زمین
۸۲		برداشت زیتون با دست
۸۲		زدن با چوب
۸۲		سایر روش های برداشت
۸۳		روش های برداشت زیتون در ایران
۸۴		دلایل باردهی نوبتی درختان زیتون
۸۶		کنسرو زیتون
۸۶		تهیه ی زیتون شکسته ی شور به طریق سنتی
۸۷		زیتون سبز کنسروی
۸۹		کنسرو زیتون سیاه (میوه ی رسیده)
۸۹		زیتون کنسروی سیاه آبدار
۹۰		زیتون سیاه کشمش
۹۱		منابع

به نام خداوند بخشندهی مهربان

پیشگفتار

وَالَّتَيْنِ وَالزَّيْتُونَ .

قسم به انجیر، قسم به زیتون

در سوره‌ی تین (انجیر) خداوند به انجیر و زیتون قسم یاد می‌کند؛
حتماً حکمتی وجود داشته که خداوند به این دو گیاه یا دو درخت یا
میوه‌ی آنها سوگند یاد کرده است.

مفسرین در این مورد نظریات مختلفی دارند که ذیلاً به گزیده‌ی
برخی از آنها اشاره می‌کنیم:

۱- گزیده‌ای از تفسیر نمونه، جلد پنجم ص ۵۳۴

انجیر دارای ارزش غذایی فراوانی است و لقمه‌ای است مغذی و
مقوی برای هر سن و سال، و خالی از پوست و هسته و زواید. در
روایتی از حضرت علی ابن موسی الرضا (ع)، نقل شده است که:
«انجیر بوی دهان را از بین می‌برد، لثه‌ها و استخوانها را محکم می‌کند،
مو را می‌رویاند، درد را بر طرف می‌سازد و با وجود آن نیاز به دارو
نیست». و نیز فرمود: «انجیر شبیه‌ترین اشیاء به میوه‌ی بهشتی است».

دانشمندان و متخصصین تغذیه برای زیتون و روغن آن اهمیت
فوق‌العاده‌ای قایلند و معتقدند، کسانی که می‌خواهند همیشه سالم
باشند باید از این اکسیر حیاتی استفاده کنند.

روغن زیتون دوست صمیمی کبد آدمی بوده و برای رفع عوارض
کلیه‌ها و سنگ‌های صفراوی و قولنج‌های کلیوی و کبدی و رفع
یبوست بسیار موثر است. روغن زیتون سرشار از انواع ویتامین‌ها است
و دارای کلسیم، فسفر، پتاسیم و منگنز می‌باشد.

۲- تفسیر کشف الاسرار ص ۵۴۲، تألیف ابوالفضل رشیدالدین
مبیدی، انتشارات امیرکبیر، ۱۳۷۱

«تین و زیتون، ابن عباس، مجاهد، مقاتل کلبی، عطاء ابن ابی رباح می گویند:
منظور از تین و زیتون؛ انجیری است که می خورند و زیتونی که
روغن زیت را از آن می گیرند. زیتون درخت مبارکی است که در
حدیث آمده است: «هی ثمره و دهن یصلح الاصلطباغ»؛ یعنی زیتون
میوه و روغنی است که از آن خورش درست می شود.

«تفسیر المیزان، جلد ۲۰، ص ۷۳۸، نشر بنیاد علمی و فکری علامه
طباطبایی، چاپ علامه طباطبایی پاییز ۱۳۶۳»

بعضی از این مفسرین گفته اند، مراد از کلمه ی تین - انجیر و زیتون
دو میوه ی معروف است که خدای تعالی به آن ها سوگند یاد کرده ، به
خاطر این که در آن ها فواید بسیار زیاد و خواص و منافع ی سراغ
داشته ؛ ولی بعضی دیگر گفته اند: منظور از تین، کوهستانی است که
بیت المقدس بر بالای یکی از کوه هایش بنا شده و اطلاق نام دو
میوه ای انجیر و زیتون بر این دو کوه شاید برای این بوده که این دو
میوه در این دو منطقه می روید و سوگند خوردن به این دو منطقه هم
شاید به خاطر این بوده که عده ی بسیاری از انبیا در این دو نقطه
مبعوث شده اند؛ بعضی دیگر احتمال های دیگری داده اند.

۴- (تفسیر المنیر جلد ۳۰ ص ۳۰۴)

نوشته ی استاد دکتر زحیلی؛ چاپ بیروت ، دار الفکر معاصر
بیروت، دار الفکر دمشق، ۱۹۹۱ میلادی

علامه بیضاوی مفسر می گوید : «انجیر میوه ی خوشمزه و پاکیزه ای
است که به سرعت هضم می شود، داروی پر منفعتی است که طبع را
ملایم کرده و بلغم را کاهش داده و برای تصفیه ی کلیه مفید است ،
سنگ مثانه را دفع نموده بدن را چاق کرده، منافذ کبد و طحال را باز

می کند و مواد زاید بدن را دفع می نماید. در حدیث آمده است که: «بواسیر را از بین می برد و برای بیماری نقرس مفید است». به علاوه زیتون، میوه، خورش و دارو است که از آن روغن زیتون گرفته می شود در بعضی از مناطق از زیتون به عنوان روغن و غذا استفاده شده و با بسیاری از داروها مخلوط می شود. در حدیثی آمده است که: «کلوا الزیت وادهنوا به فانه شجرة مبارکه»؛ یعنی زیتون بخورید و از آن روغن بگیرید چون درخت با برکتی است.

این کتاب می تواند برای دانشجویان دانشکده های کشاورزی و مروجین وزارت جهاد کشاورزی و بالاخره برای عموم مردم قابل استفاده باشد؛ زیرا در آن درباره ی مباحث کاشت، داشت و برداشت این دو محصول بحث شده است. برای تالیف این کتاب از منابع خارجی و داخلی سود برده ایم.

این دو گیاه و میوه های شان خواص غذایی و دارویی فراوانی دارند که بخشی از این ویژگی ها تا به حال توسط گیاه پزشکان شناخته شده و برای پی بردن به دیگر فوایدشان پژوهشگران به مطالعات خود ادامه می دهند. در این کتابچه سعی کرده ایم مختصری از تحقیقات انجام شده در مورد کاشت، داشت و برداشت و خواص غذایی و درمانی این دو درخت و میوه های شان را گردآوری نموده و در اختیار خوانندگان گرامی قرار دهیم.

در پایان بر خود لازم می دانیم از جناب مولوی حبیب الرحمن قهستانی که گزیده ای از تفاسیر مختلف را در رابطه با انجیر و زیتون در اختیار ما قرار داده اند و هم چنین از آقای سید محمد دستگردی به خاطر طراحی جلد کتاب و از زحمات خانم ها خدیجه باغبان شوکت آباد و کبری باغبان شوکت آباد برای تایپ این کتاب تشکر و قدردانی نماییم.