

طیب سبز

www.ketab.ir

نویسنده: مریم شاملو

مقدمه

پس پروردگار یکتا را که به ما فرصتی عنایت کرد تا بتوانیم با خلوص نیت و پشتکار مداوم، برای فرهیختگان، دوستان علم و ادب آثار کراتدیری را تهیه و در اختیار ایشان قرار دهیم.

بی شک تعالی عز و جل، بزرگوارترین رکن و ستون دین است. فرهیختگان آن مرز و بوم است. انتشارات قلم شالود در راستای هدف، خود ترویج کتاب و کتاب خوانی و پیداری قلم با حیات ویژه از نویسندگان و همچنین چاپ آثار ماندگار در بخش علمی، ادبی، هنری و... رهنمای این راهنمون است. امید آن است که باعث ارتقاء سطح علمی جامعه و گسترش فرهنگ کتاب خوانی در سطح جامعه گردد. شایسته است که دوستان اهل قلم و فرهیختگان محترم ما را در انتشارات قلم شالود - زمستان ۱۳۹۶

یهمودن این راه همراهی کنند.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۳۹	پیشگفتار.....
۴۵	بخش اول.....
۴۵	مزاج شناسی و اخلاط اربعه.....
۴۵	علت نهفته سرطان.....
۴۶	مطالب زیر را مطالعه کنید: بنی سالم و سلامت داشته باشید.....
۴۸	طب قدیم و جدید.....
۴۸	سخنان بزرگان و مشاهیر درباره خوردن غذا و طب.....
۵۰	گرمی و سردی چیست؟.....
۵۲	لزوم تشخیص گرمی و سردی در علاج امراض چیست؟.....
۵۲	معالجه گرم مزاجان.....
۵۳	در معالجه سرد مزاجان.....
۵۳	مزاج شناسی.....
۵۳	امزجه.....
۵۴	۱- مزاج گرم و خشک.....
۵۴	۲- مزاج سرد و خشک.....
۵۴	۳- مزاج گرم و تر.....
۵۵	علائم گرمی.....
۵۵	اندام های دارای مزاج مرطوب.....
۵۵	علائم راهنمای حالات مزاجی.....
۵۶	اخلاط اربعه.....
۵۷	۱- صفراوی مزاج، طبیعتی گرم و خشک دارد، چون آتش.....

۵۹	۲- بلغمی مزاج
۶۰	۳- سوداوی مزاج
۶۱	۴- دموی مزاج (خون)
۶۲	تأثیر عوامل خارجی بر داروهای گیاهی
۶۲	۱- پختن دارو
۶۲	۲- کوبیدن دارو
۶۲	۳- سوزاندن دارو
۶۳	۴- شستن دارو
۶۳	۵- منجمد کردن دارو
۶۳	۶- مجاورت دارو با داروهای دیگر
۶۳	۷- زمان چیدن برگ بمان نارویی
۶۴	۸- چیدن تخم دارویی گیاه
۶۴	۹- چیدن ریشه
۶۴	۱۰- چیدن ساقه و شاخه
۶۴	۱۱- چیدن شکوفه
۶۴	۱۲- چیدن میوه
۶۴	۱۳- چیدن گیاه کامل
۶۵	تأثیر خواب و بیداری
۶۵	بیداری
۶۵	آب و انواع آن
۶۵	(انواع آب)
۶۷	تأثیرات استحمام
۶۷	تسکین دهنده دردها
۶۷	علت برخی تناقض ها در شرح خواص و مضرات خوراکی ها و میوه ها در کتب قدیم
۷۲	اشاره ای به چند نمونه از درمان ها و داروهای معالج
۷۴	روش های تشخیص نسبی بیماری در قدیم
۷۷	مقایسه حجامت و اهدای خون

۷۹	بخش دوم
۷۹	معهده و گوارش
۷۹	امراض معده و علاج آن
۸۱	امراض معده
۸۱	سوء مزاج گرم معده
۸۱	نشانه سوء مزاج معده سرد
۸۱	نشانه سوء مزاج خشک
۸۲	سوء مزاج آب معده
۸۲	علاج سوء مزاج گرم معده
۸۲	علاج سوء مزاج خشک معده
۸۳	جهت پاکسازی معده
۸۳	شکوفه گور گیاه، ساقه گیاه بلبل، دارچین مفید است.
۸۳	داروهای اشتها برانگیز
۸۴	ازدیاد اسید معده
۸۵	ترش کردن معده
۸۶	سوزش معده
۸۷	عفونت معده
۸۷	قولنج (کولیک) معده
۸۸	نفخ معده و سوء هاضمه
۸۹	نفخ معده و درمان آن
۹۰	درمان بی‌اشتهایی پس از بیماری نقاهت
۹۱	درمان سیر نشدن
۹۱	درمان سوء هاضمه
۹۱	جهت هضم غذا
۹۲	جهت تقویت معده
۹۳	درمان سردی معده

- ۹۳.....رفع باد و گاز معده.....
- ۹۳.....دل بهم خوردگی.....
- ۹۳.....جهت جلوگیری از استفراغ یا قی.....
- ۹۴.....درمان درد معده.....
- ۹۴.....درمان یبوست معده.....
- ۹۵.....درمان ورم معده.....
- ۹۵.....زخم معده.....
- ۹۶.....درمان سرطان معده.....
- ۹۶.....و علاج زخم معده.....
- ۹۶.....داروهای موثر نفخ.....
- ۹۷.....درد قولنج نوزاد.....
- ۹۷.....چگونه معده‌های تنبل را فعال کن.....
- ۹۹.....با کدام یک از میوه‌ها می‌توان معده را تقویت کرد.....
- ۱۰۳.....بخش سوم کبد، کیسه صفرا.....
- ۱۰۳.....کبد.....
- ۱۰۴.....(نشانه‌های ناتوانی نیروی جاذبه کبد).....
- ۱۰۵.....رفع گرفتگی کبد.....
- ۱۰۵.....علاج ورم سخت کبد.....
- ۱۰۵.....ضمادهایی که بر کبد می‌گذارند.....
- ۱۰۶.....کیسه صفرا چیست؟.....
- ۱۰۶.....ورم کیسه صفرا.....
- ۱۰۷.....جهت بکار انداختن کیسه صفرا.....
- ۱۰۷.....تنظیم کیسه صفرا.....
- ۱۰۷.....درمان انسداد و خارج کردن رسوبات کیسه صفرا.....
- ۱۰۷.....درمان سنگ کیسه صفرا.....
- ۱۰۸.....خوراکی‌هایی که می‌توانند از سنگ صفرا جلوگیری کنند.....
- ۱۰۸.....نشانه یرقان زرد یا کیسه صفرا.....

۱۰۹	داروهای شستشوی بدنی برای بیماری یرقان
۱۰۹	رفع درد کبد
۱۰۹	آب کبد
۱۱۰	امراض کبد
۱۱۱	گیاهان دوست کبد را بهتر بشناسیم
۱۱۲	زیتون و روغن آن
۱۱۳	نوسازی کبد
۱۱۳	کاسنی
۱۱۴	کاهو
۱۱۴	آندیو
۱۱۴	پونه
۱۱۴	ریوند یا ریشه ریواس
۱۱۵	درمان زردی و یرقان
۱۱۵	یرقان
۱۱۶	درمان یرقان
	درمان
۱۱۷	گیاهان ضد یرقان
	کرفس
۱۱۸	آرتیشو
۱۱۹	افستین (افستین)
۱۱۹	زرشک
۱۱۹	مامیران
۱۲۱	بخش چهارم کلیه‌ها
۱۲۱	امراض کلیه
۱۲۱	اصلاح و مرمت کلیه‌ها
۱۲۱	علاج سنگ کلیه و مثانه
۱۲۳	آقطی

۱۲۳.....	استسقاء.....
۱۲۴.....	بنفشه سه رنگ.....
۱۲۴.....	تره فرنگی.....
۱۲۴.....	تمشک و توت فرنگی.....
۱۲۵.....	زرشک.....
۱۲۵.....	سنگ مثانه.....
۱۲۶.....	درمان سنگ مثانه.....
۱۲۷.....	درد مثانه.....
۱۲۷.....	جهت زیاد کردن ادرار.....
۱۲۷.....	جهت دفع سنگ های ادراری.....
۱۲۷.....	نارسایی کلیه، قولنج کلیه، کلیت.....
۱۲۸.....	درمان.....
۱۲۹.....	بخش پنجم پوست و مو، چربی و اغری.....
۱۲۹.....	پوست.....
۱۳۰.....	اثر آبله.....
۱۳۱.....	علاج اثر آبله.....
۱۳۱.....	علاج جوش های پوست.....
۱۳۱.....	جوش غرور.....
۱۳۲.....	درمان انواع جوش.....
۱۳۲.....	جوش سر سیاه.....
۱۳۲.....	درمان.....
۱۳۳.....	جوش صورت.....
۱۳۳.....	درمان.....
۱۳۳.....	علاج ترک پوست.....
۱۳۳.....	ترک لب.....
۱۳۴.....	علاج ترک پا.....
۱۳۴.....	نسخه خوب و عجیب.....

۱۳۴	لاغری
۱۳۶	جهت زیاد شدن اشتها یا اشتها آور
۱۳۶	چاقی
۱۳۷	جهت کوچک کردن شکم
۱۳۷	جهت لاغر شدن
۱۳۷	جهت چاق شدن
۱۳۸	لاغری موضعی
۱۳۸	چاقی موضعی
۱۳۸	کوچک کردن تنگی امانی
۱۳۹	کک مک و علاج آن
۱۴۰	کک و مک و راههای از بین بردن آن
۱۴۱	درمان کک و مک صورت بسمله
۱۴۱	برص
۱۴۲	سالک
۱۴۲	درمان سالک
۱۴۳	مو
۱۴۴	رشد مو
۱۴۴	بلند شدن مو
۱۴۴	جهت پیچش مو
۱۴۵	علاج شوره سر
۱۴۵	شوره مو
۱۴۶	ریزش مو
۱۴۶	جهت براق شدن موها
۱۴۶	جهت رفع خشکی و شکنندگی مو
۱۴۶	جهت دراز نگه داشتن مو
۱۴۶	درمان ریزش مو
۱۴۷	جهت رشد و تقویت مو

۱۴۷	جهت رشد موی پلک چشم و ابرو.....
۱۴۷	ابرو.....
۱۴۷	جهت جلوگیری از سفید شدن مو.....
۱۴۸	جهت اینکه همیشه مو سیاه بماند.....
۱۴۸	جهت خشک کردن موهای چرب.....
۱۴۸	جهت سیاه کردن موهای سفید.....
۱۴۸	درمان مو نرینه.....
۱۴۹	جوش سر.....
۱۴۹	خارش سر.....
۱۴۹	درمان مولیسک یا زگیل ناگانی موی سر و صورت.....
۱۵۰	جهت رویان مو در طاسی.....
۱۵۰	درمان کچلی یا خزار.....
۱۵۱	جایی که می‌خواهید مو نروید.....
۱۵۱	رفع چربی پوست سر.....
۱۵۱	درمان شوره سر.....
۱۵۲	جهت سفید شدن پوست دست.....
۱۵۲	خوشبو کردن بدن.....
۱۵۲	جهت نرم کردن دستها و صورت.....
۱۵۲	جهت زیبایی پوست صورت.....
۱۵۳	جهت روشن شدن پوست صورت.....
۱۵۳	درمان چین و چروک صورت.....
۱۵۳	درمان غده‌های زیر پوست.....
۱۵۴	درمان پینه دست و پا.....
۱۵۴	درمان ترک خوردگی پوست.....
۱۵۴	جهت رویاندن گوشت به پوست.....
۱۵۴	جلوگیری از عرق کردن جایی از بدن.....
۱۵۴	بوی بد بدن.....

۱۵۵	درمان بدبویی عرق بدن
۱۵۵	گل مژه یا جوش پلک
۱۵۶	گل مژه
۱۵۶	درمان تبخال
۱۵۶	درمان سرخک
۱۵۶	اوریون
۱۵۷	درمان مخه که
۱۵۷	زگیل
۱۵۸	درمان زئیل
۱۵۸	درمان انواع سوختگی
۱۵۸	درمان زخم سوختگی
۱۵۹	برطرف کردن اثر زخم که پستی مانده باشد
۱۵۹	پوست چرب
۱۵۹	پوست خشک
۱۶۰	تقویت مژه و ابرو
۱۶۱	تقویت مو
۱۶۱	عوامل مفید تقویت مو
۱۶۱	لک صورت
۱۶۲	درمان
۱۶۲	ماسک زیبایی
۱۶۳	ماسک جوان کننده و سفید کننده پوست
۱۶۳	ماسک سفید کننده پوست
۱۶۳	ماسک برنزه کننده
۱۶۳	درمان ماه گرفتگی
۱۶۴	درمان میخچه
۱۶۴	موخوره
۱۶۴	درمان

۱۶۵.....	موهای زائد.....
۱۶۵.....	جلوگیری از سفیدی موها.....
۱۶۵.....	جلوگیری از ریزش مو.....
۱۶۶.....	تقویت موی سر و صورت.....
۱۶۶.....	بلند شدن مو و ریش.....
۱۶۶.....	جهت پرپشت کردن ریش و سییل (کوسه‌ها).....
۱۶۷.....	داروهای مای ریش و سییل.....
۱۶۷.....	پوسته ، سوز ، خشک.....
۱۶۸.....	چند نسخه گیاهی برای تقویت موهای شما.....
۱۶۹.....	علاج جای نیش گزش.....
۱۶۹.....	داروهای حشره کش.....
۱۶۹.....	درمان گزیده حشرات.....
۱۷۰.....	گزش زنبور.....
۱۷۱.....	اگزمای کودکان.....
۱۷۱.....	درمان جرب.....
۱۷۱.....	درمان سودا.....
۱۷۲.....	درمان گال.....
۱۷۵.....	بخش نهم قلب.....
۱۷۵.....	قلب.....
۱۷۶.....	جهت تقویت قلب.....
۱۷۶.....	رفع درد قلب.....
۱۷۷.....	درمان کم خونی یا فقر الدم.....
۱۷۷.....	چربی خون.....
۱۷۷.....	رفع چربی خون.....
۱۷۸.....	فشار خون.....
۱۷۸.....	پایین آوردن فشار خون بالا توسط خوراکیها.....
۱۷۸.....	درمان فشار خون.....

- ۱۷۹..... جهت فشار خون دستور عمل زیر انجام شود
- ۱۷۹..... بزرگی قلب
- ۱۸۰..... تپش قلب
- ۱۸۰..... سکنه قلبی
- ۱۸۱..... سکنه مغزی
- ۱۸۲..... گرفتگی عروق کرونر قلب
- ۱۸۲..... گرفتگی شانه ماهیچه‌ها
- ۱۸۳..... بخشش مفتاح سردرد و تب
- ۱۸۳..... تب‌ها
- ۱۸۴..... سردرد ناشی از تب
- ۱۸۴..... بی‌خوابی تب‌داران و غیر تب‌داران
- ۱۸۴..... سردرد
- ۱۸۵..... درمان سردرد
- ۱۸۶..... میگردن
- ۱۸۶..... درمان
- ۱۸۶..... درمان سردرد نیمه سر یا میگردن
- ۱۸۷..... درمان سردرد که علتش معلوم نباشد
- ۱۸۸..... درمان سردرد کهنه و مزمن
- ۱۸۸..... سردرد ناشی از زکام
- ۱۸۸..... درمان سینوزیت
- ۱۸۸..... درمان سردرد عصبی
- ۱۸۹..... درمان سردرد، آفتاب زدگی، گرما
- ۱۸۹..... سردرد ناشی از خستگی
- ۱۸۹..... درمان سردردهای سرما خوردگی
- ۱۸۹..... سردرد جلوی سر
- ۱۹۰..... درد پشت سر
- ۱۹۰..... علاج سردرد در طب الصادق

۱۹۰	درمان درد گردن.....
۱۹۱	درمان سرگیجه.....
۱۹۱	اقسام سردرد و علاج آن.....
۱۹۶	خوراکی‌هایی که باعث سردرد می‌شوند.....
۱۹۹	بخش هشتم.....
۱۹۹	امراض چشم.....
۱۹۹	چشم.....
۲۰۰	چشم درد زکام و سرماخوردگی.....
۲۰۱	لک سفید چشم.....
۲۰۱	آبریزش چشم.....
۲۰۱	آب مروارید.....
۲۰۲	زردی چشم.....
۲۰۲	شب کوری.....
۲۰۲	معاینه چشم و زبان.....
۲۰۳	درمان آب آوردگی چشم.....
۲۰۳	درمان ناراحتی‌های چشم.....
۲۰۳	درخشندگی و جلای چشم.....
۲۰۳	درمان زردی چشم.....
۲۰۳	رفع میکروب‌های چشم.....
۲۰۴	در درمان درد چشم.....
۲۰۴	درد چشم از زکام.....
۲۰۴	درمان درد و قرمزی چشم از ورم.....
۲۰۴	ورم چرکی چشم.....
۲۰۴	درمان تراخم چشم.....
۲۰۵	درمان کبودگی زیر چشم.....
۲۰۵	درمان پف زیر چشم.....

۲۰۵	آبریزش چشم طفل
۲۰۵	آب سیاه و مصرف روغن ماهی
۲۰۷	بخش نهم امراض گوش
۲۰۷	جهت حفظ سلامت گوش
۲۰۷	جهت پیشگیری از گوش درد
۲۰۷	درمان گوش درد
۲۰۸	درمان گوش درد از سرما خوردگی یا آب و باد سرد
۲۰۸	درمان رگ گوش
۲۰۸	جهت بیرون آوردن از گوش
۲۰۸	جهت بیرون آوردن هذاب از گوش
۲۰۸	جهت کشتن کرم گوش
۲۰۹	درد گوش و علاج آن
۲۰۹	ضربه خوردن گوش
۲۰۹	ضعف گوش / شنوایی
۲۱۰	گوش درد
۲۱۰	آب در گوش
۲۱۱	آب درمانی
۲۱۲	عفونت گوش: و حساسیت غذایی
۲۱۳	بخش دهم اسهال و استفراغ و یبوست
۲۱۳	احساس درد شکم
۲۱۳	اسهال ساده و اسهال خونی
۲۱۴	علاج اسهال زیاد
۲۱۴	اسهال ناشی از خوردن آنتی بیوتیک
۲۱۴	اسهال از گرما زدگی
۲۱۴	اسهال خونی
۲۱۴	علاج اسهال
۲۱۵	درمان اسهال

۲۱۶	 استفراغ
۲۱۶	 درمان استفراغ هنگام حاملگی
۲۱۷	 درمان اسهال
۲۱۷	 درمان اسهال خونی
۲۱۷	 اسهال کودک
۲۱۷	 مسمومیت
۲۱۸	 درمان
۲۱۸	 ضد اسهال خونی
۲۱۸	 درمان اسهال استفرغ
۲۱۹	 از فواید خاکشیر
۲۱۹	 اسهال و شکم درد
۲۲۰	 قی و استفراغ
۲۲۰	 استفراغ
۲۲۱	 استفراغ حاملگی
۲۲۱	 اسهال
۲۲۲	 اشتها آور
۲۲۲	 اسهال زنان باردار
۲۲۳	 یبوست بزرگسالان
۲۲۴	 درمان یبوست
۲۲۴	 عوامل ایجاد و تشدید کننده یبوست کودکان
۲۲۵	 اسهال و رژیم غذایی
۲۲۵	 داروهای موثر نفخ
۲۲۶	 درمان ورم و خروج مقعد
۲۲۷	 بواسیر
۲۲۷	 درمان بواسیر
۲۲۸	 رفع درد بواسیر
۲۲۹	 بخش یازدهم

۲۲۹		امراض دهان
۲۲۹		جهت خوشبو کردن دهان
۲۲۹		رفع بوی بد دهان
۲۳۰		رفع بوی سیر از دهان
۲۳۰		جهت ضدعفونی کردن دهان
۲۳۰		درمان خشکی دهان
۲۳۰		جهت رفع اخی دهان و برقک
۲۳۱		درمان خوشبوی دهان
۲۳۱		درمان دیر به رون آید دندان‌های کودکان
۲۳۱		جهت سفید شدن دندان‌ها
۲۳۱		رفع درد دندان
۲۳۲		جهت تقویت لثه
۲۳۲		درمان خویزی لثه
۲۳۲		آبسه دندان
۲۳۳		کاهش آب دهان
۲۳۵		بخش دوازدهم
۲۳۵		مادر و نوزاد
۲۳۵		درمان سستی کمر در موارد مختلف (شهوت)
۲۳۵		درمان ناتوانی جنسی
۲۳۶		درمان درد رحم
۲۳۶		درمان درد قاعدگی
۲۳۷		اختلاف قاعدگی
۲۳۷		غده خوش خیم سینه
۲۳۷		شیر مادر
۲۳۸		بسته شدن و عقب افتادن قاعدگی
۲۳۸		باز کردن قاعدگی

۲۳۸.....	درمان بندآمدگی قاعدگی در اثر سن زیاد
۲۳۹.....	درد دل و کمر دختران
۲۳۹.....	درمان زنانی که حامله نمی‌شوند
۲۴۰.....	آزمایش برای اینکه زن بداند حامله است یا نه
۲۴۰.....	جهت جلوگیری از سقط شدن جنین
۲۴۰.....	درمان وپار زن حامله
۲۴۰.....	جهت اولاد
۲۴۱.....	دستورالعمل غذا در مواقع حاملگی
۲۴۱.....	آسانی زایمان
۲۴۲.....	طرز تهیه کاجی انو
۲۴۲.....	جهت ازیاد شیر مادر
۲۴۲.....	نکاتی در مورد نوزاد
۲۴۳.....	جهت زیاد کردن شیر
۲۴۴.....	آبسه
۲۴۴.....	آبسه پستان
۲۴۵.....	جهت بازشدن زبان طفل
۲۴۵.....	بازشدن زبان کودک
۲۴۵.....	درمان لکنت زبان
۲۴۵.....	خوش صدایی و صاف شدن صدا
۲۴۶.....	گرفتگی صدا
۲۴۶.....	جهت رفع انگل روده
۲۴۶.....	جهت رفع کرم روده کودکان
۲۴۶.....	ضد انگل‌های معده
۲۴۷.....	دفع کرم‌های ریز مقعد
۲۴۷.....	دفع کرم کدو
۲۴۸.....	ضد عفونی کردن میکروب‌های روده
۲۴۸.....	خوراکیهایی که خاصیت هورمونهای استروژنی دارند

۲۴۸	فرونشاندۀ درد: چگونه خوراکیها درد را متوقف میکنند.....
۲۴۹	جهت پسر شدن نوازده.....
۲۴۹	جهت دختر شدن نوزاد.....
۲۴۹	علامت دختر بودن نوزاد در حاملگی.....
۲۵۰	جهت پیش گیری از چپ شدن چشم نوزاد.....
۲۵۰	جهت زیاد شدن موی سر نوازده.....
۲۵۰	جهت مشکی شدن موی سر نوزاد.....
۲۵۰	جهت خنثی شدن موی نوزاد.....
۲۵۰	جهت طلایی شدن موی نوازده.....
۲۵۰	جهت آبی شدن چشم نوازده.....
۲۵۰	پیشگیری از ماه گرفتگی نوازده.....
۲۵۱	جهت جلوگیری از زایمان به نوازده.....
۲۵۱	درمان ادرار کودک در رختخواب.....
۲۵۱	جهت پیش گیری از اگزمای نوزاد.....
۲۵۱	جهت پیش گیری از لکنت زبان نوزاد.....
۲۵۱	جهت تبدیل کردن چشم رنگی و زاغ و مشکی در نوازده.....
۲۵۱	درمان ضعف بیضه.....
۲۵۲	درمان ورم بیضه کودک که زیاد گریه می کند.....
۲۵۲	درمان کمر درد.....
۲۵۲	درمان تورم دیسک های بین مهره های ستون فقرات.....
۲۵۳	درمان درد کمر تا زانو یا سیاتیک یا عرق انساء.....
۲۵۳	درمان پادرد.....
۲۵۳	درمان نرمی استخوان بچه ها.....
۲۵۴	آرتریت (التهابات مفاصل).....
۲۵۵	بوکی استخوان.....
۲۵۶	علاج پادرد مزمن.....
۲۵۶	آرتریت.....

۲۵۷	آرتروز
۲۵۸	یائسگی
۲۵۹	واریس
۲۶۰	فلج
۲۶۱	درمان فلج
۲۶۳	بخش سی زدهم
۲۶۳	سرمایه گی و رماتیسیم
۲۶۳	رفع درد مصل
۲۶۴	درد رماتیسیم یا مصل
۲۶۵	درمان رماتیسیم
۲۶۶	جهت صاف کردن خون
۲۶۷	درمان انواع تب
۲۶۷	رفع عفونت ریه
۲۶۷	درمان سرما خورگی
۲۶۸	آبریزش فصلی
	درمان سرفه
۲۶۹	آنزین
۲۷۰	درمان گلو درد
۲۷۰	درمان درد سینه
۲۷۱	اختلاط سینه
۲۷۱	مان گرفتگی یا کیپ شدگی بینی
۲۷۲	درمان زکام
۲۷۳	زکام سینوزیت
	درمان زکام
۲۷۴	درمان برونشیت
۲۷۵	مبارزه با آسم

۲۷۵.....	درمان آسم تنگی نفس.....
۲۷۶.....	رماتیسم مفصلی.....
۲۷۷.....	رماتیسم.....
۲۷۸.....	رماتیسم قلبی / تب رماتیسم.....
۲۷۸.....	آسم.....
۲۸۰.....	بی اختیاری دفع ادرار: کافئین مضر.....
۲۸۱.....	بخش چهاردهم.....
۲۸۱.....	اعصاب و سردگی.....
۲۸۱.....	جهت نشاط روح.....
۲۸۲.....	خوراکی‌هایی که تدبیر مغز بیداری و هوشیاری را بالا می‌برند.....
۲۸۳.....	خوراکی‌هایی که روحیه را تقویت می‌کنند.....
۲۸۳.....	جهت تقویت اعصاب.....
۲۸۴.....	جهت تقویت هوش و حافظه.....
۲۸۴.....	درمان بی‌خوابی.....
۲۸۵.....	بی‌خوابی.....
۲۸۵.....	خواب و بیخوابی با شکر و شیر.....
۲۸۵.....	درمان خواب وحشتناک.....
۲۸۶.....	درمان ترس و وحشت.....
۲۸۶.....	درمان کینه و حسادت.....
۲۸۶.....	بیماری عصبی تکان خوردن سر و گردن، دست و پاها.....
۲۸۶.....	بیماری‌های عصبی و روانی.....
۲۸۶.....	استرس و ضعف حافظه.....
۲۸۷.....	استرس و افسردگی.....
۲۸۷.....	افسردگی.....
۲۸۸.....	درمان.....
۲۸۹.....	خستگی.....

۲۸۹	 نسخه تقویت اعصاب
۲۹۰	 خوراکیهای مفید
۲۹۰	 نسخه ضد افسردگی
۲۹۰	 آلزایمر
۲۹۱	 آلزایمر (پیری زودرس)
۲۹۳	 بخش پانزدهم
۲۹۳	 هپاتیت ام اس
	 هپاتیت ب
۲۹۳	 هپاتیت رود
۲۹۴	 سرطان روده بزرگ
۲۹۴	 هپاتیت کبدی / ورم (بزرگی) کبد
	 درمان
۲۹۵	 اختلال کبد
	 پروستات و مشکلات آن ، کدو حلوائی و حاصله درمانی
۲۹۵	 پارکینسون
	 ام . اس . MS
	 ام . اس تصلب منتشر M.S
۲۹۸	 تصلب متعدد ام . اس آیا علت چربی است ؟
۲۹۸	 دیابت
۲۹۹	 ایدز
۳۰۱	 بخش شانزدهم
۳۰۱	 گیاهان دارویی و خواص آنها
۳۰۱	 آب قاشق (گیاهی برای جوان ماندن)
۳۰۲	 ابریشم
۳۰۲	 ابرق
۳۰۲	 ابله

۳۰۳	ایدالبحر (کف دریا).....
۳۰۳	اترج ترنج.....
۳۰۳	آذرگون (آذریون).....
۳۰۴	اذخر.....
۳۰۴	آراشید (پسته زمینی).....
۳۰۴	آرتیشو (کنگر فرنگی).....
۳۰۵	ارده.....
۳۰۵	ارز (برنج).....
۳۰۵	ارزن.....
۳۰۶	ارنیکا.....
۳۰۶	ازگیل.....
۳۰۷	اسطوخودوس.....
۳۰۸	اسفناج.....
۳۰۹	اسفند یا اسپند.....
۳۱۰	اسفیداج (سفید آب).....
۳۱۱	آسیوس (نمک چینی).....
۳۱۱	آس.....
۳۱۱	اشق.....
۳۱۲	اشقیل.....
۳۱۳	اشنه (واله).....
۳۱۳	اصابع الصفر.....
۳۱۳	آفتابگردان.....
۳۱۴	افتیمون.....
۳۱۴	افستتین.....
۳۱۶	انیمدیون (افیمیدون).....
۳۱۶	اقحوان (بابونه گاو چشم).....
۳۱۶	افیون.....

۳۱۷	آقطی.....
۳۱۷	آبالو.....
۳۱۸	آلونه ورا.....
۳۱۹	آلو بخارا.....
۳۲۰	اکلیل کوهی.....
۳۲۱	اکلیل الملك.....
۳۲۲	اوکالیتوس.....
۳۲۳	انار.....
۳۲۳	انجیر (تین).....
۳۲۵	انگور.....
۳۲۶	انسان.....
۳۲۶	انیسون.....
۳۲۷	آنقوره.....
۳۲۷	املج (آمله).....
۳۲۷	انارون (اسارون).....
۳۲۷	آناناس.....
۳۲۸	انبه.....
۳۲۸	انجدان (انگدان).....
۳۲۹	انجره (گزنه).....
۳۲۹	اونومالی (اورمالی، عسل داوود).....
۳۲۹	آویش کوهی.....
۳۳۰	آویش شیرازی.....
۳۳۱	ایرسا.....
۳۳۲	بابا آدم.....
۳۳۲	بابونه.....
۳۳۳	بادام (لوز).....
۳۳۴	بادام زمینی.....

۳۳۴.....	باد آورد.....
۳۳۴.....	بادرنجبویه (بادرنجبویه).....
۳۳۴.....	بادیان.....
۳۳۵.....	بادمجان.....
۳۳۵.....	بارهنگ.....
۳۳۶.....	باریس (زرشک).....
۳۳۶.....	باقلا.....
۳۳۷.....	بالنگ.....
۳۳۷.....	بامیه.....
۳۳۷.....	بذر کتان (تخم آمان).....
۳۳۷.....	بردی (پایروس).....
۳۳۸.....	برگ بو.....
۳۳۸.....	برنج.....
۳۳۸.....	بسفایج.....
۳۳۹.....	بنفشه.....
۳۳۹.....	بلا دان (شاه بیزک).....
۳۳۹.....	بلال.....
۳۳۹.....	بلسان.....
۳۴۰.....	بلوط.....
۳۴۱.....	بهار نارنج.....
۳۴۲.....	بو آرو.....
۳۴۲.....	بورق (بورک).....
۳۴۲.....	بو مادران.....
۳۴۳.....	بید.....
۳۴۳.....	بید گیاه.....
۳۴۴.....	بید مشک.....
۳۴۴.....	بیروح (مهر گیاه).....

۳۴۵	پامچال
۳۴۵	پر سیاوشان
۳۴۶	پر تقال
۳۴۶	پسته
۳۴۷	پنیر
۳۴۷	پنیرک
۳۴۷	پنج انگشت
۳۴۸	پونه
۳۴۹	پیاز
۳۵۰	پیچ امین الدوله
۳۵۰	پیچک
۳۵۰	تخم پرندگان
۳۵۱	تخم ریحان
۳۵۱	ترب
۳۵۲	تر تیزک: شاه تره
۳۵۳	ترخون
۳۵۳	ترشک (حماض)
۳۵۴	ترنجان (باد نجویه)
۳۵۴	ترنجبین (ترنگین)
۳۵۵	تمر هندی
۳۵۵	توتون و تنباکو
۳۵۵	تیول (زیر فون)
۳۵۶	نعلب
۳۵۶	جاوشیر (گاوشیر)
۳۵۷	جعفری
۳۵۷	جو
۳۵۷	جوز هندی

۳۵۸	جین سینگ کره‌ای
۳۵۹	جنتا نیا
۳۶۰	جای
۳۶۱	جای مکه
۳۶۱	چنار (دلب)
۳۶۱	چغندر
۳۶۲	حسان
۳۶۳	حنا
۳۶۴	خار مقدس (اشتر خا)
۳۶۵	خارخسک
۳۶۵	ختم ذهبی
۳۶۶	ختمی
۳۶۶	خربزه
۳۶۷	خشخاش
۳۶۷	خرزهره (دقلی)
۳۶۸	خردل
۳۶۹	خرفه
۳۷۰	خرما
۳۷۱	خرمالو
۳۷۱	خرمای کال
۳۷۱	خلنگ
۳۷۲	خولنجان
۳۷۲	خون
۳۷۳	خیار
۳۷۳	دارچین
۳۷۴	دم گیلان و آلبالو
۳۷۴	رازک

۳۷۵	رازبانہ
۳۷۶	روغن (دھن)
۳۷۶	ریحان
۳۷۷	ریواس
۳۷۷	زاج
۳۷۷	زاج سفید
۳۷۸	زالزالک
۳۷۸	زبان گنجشک
۳۷۹	زرد آلو
۳۷۹	زرشک
۳۸۰	زرد چوبہ
۳۸۰	زعفران
۳۸۱	زفت
۳۸۱	زنبق
۳۸۲	زنجبیل
۳۸۲	زونا
۳۸۳	زیتون و روغن آن
۳۸۳	زیرہ
۳۸۴	زیرہ سیام
۳۸۴	سدر
۳۸۴	سرو کوهی
۳۸۵	سماق
۳۸۵	سنا
۳۸۵	سنبل ختائی
۳۸۶	سنبل الطیب
۳۸۶	سوسنبر
۳۸۶	سیاہ دانه

۳۸۷.....	سیب.....
۳۸۷.....	سیب زمینی.....
۳۸۸.....	سیب زمینی ترشی.....
۳۸۹.....	سیر.....
۳۹۰.....	شاهدانه.....
۳۹۰.....	شاه تره.....
۳۹۱.....	شاه سپند.....
۳۹۱.....	شاهی.....
۳۹۱.....	شبدرد.....
۳۹۱.....	شراب.....
۳۹۲.....	شقاق.....
۳۹۲.....	شلغم.....
۳۹۳.....	شوکران.....
۳۹۳.....	شوید.....
۳۹۳.....	شنبلله.....
۳۹۴.....	شیر خشت.....
۳۹۴.....	شیر گیاه.....
۳۹۴.....	شیرین بیان.....
۳۹۵.....	صبر.....
۳۹۵.....	عدس.....
۳۹۵.....	عرعر.....
۳۹۶.....	عسل.....
۳۹۶.....	علف قاصدک.....
۳۹۶.....	عناّب.....
۳۹۷.....	غاز یاغی.....
۳۹۷.....	غافت (دوای جگر).....
۳۹۸.....	فلوس.....

۳۹۸	فيل گوش
۳۹۹	فرنجمشک
۳۹۹	فندق
۳۹۹	فلفل
۴۰۰	فلفل سبز
۴۰۰	فلفل سیاه
۴۰۰	قدرمه
۴۰۰	قرنفل
۴۰۱	قره قات
۴۰۱	قهوه
۴۰۱	کاسنی
۴۰۲	کاسنی وحشی
۴۰۲	کافور
۴۰۳	کاکائو
۴۰۳	کاکل ذرت
۴۰۳	کاکوتی
۴۰۴	کاهو
۴۰۴	کتان
۴۰۵	کدو
۴۰۵	کدو سبز
۴۰۵	کدو حلوائی
۴۰۶	کرچک
۴۰۶	کلم
۴۰۶	کمداریوس (مریم نخودی)
۴۰۷	کندر
۴۰۷	کهربا
۴۰۷	گردو

۴۰۸	گزنه
۴۰۸	گشنیز
۴۰۸	گللابی
۴۰۹	گلپر
۴۰۹	گل ارضی
۴۰۹	گلرنگ
۴۱۰	گل ختمی
۴۱۰	گل سرخ (رود)
۴۱۱	گل شقایق
۴۱۱	گل طاووس
۴۱۱	گل زبان (لسان الثور)
۴۱۲	گل گندم
۴۱۲	گل لادن
۴۱۲	گل ماهور (خرگوشک)
۴۱۳	گل همیشه بهار
۴۱۳	گندم
۴۱۳	گندم سفید
۴۱۳	گنه گنه
۴۱۴	گوجه جنگلی
۴۱۴	گوجه فرنگی
۴۱۴	گوشت (لحم)
۴۱۵	گردو (جوز)
۴۱۵	لاجورد
۴۱۵	لاسن
۴۱۶	لوبیا
۴۱۶	لیمو ترش
۴۱۶	لیمو شیرین

٤١٧	مارچوبه
٤١٧	ماش
٤١٧	مرزنگوش
٤١٨	مخمر آبجو
٤١٨	مصطكى
٤١٩	مغیلان
٤١٩	ملكه چمن
٤١٩	مورد
٤٢٠	موز
٤٢٠	موسير
٤٢٠	میخكا
٤٢١	نرگس
٤٢٢	نمك طعام
٤٢٢	نیلوفر
٤٢٢	نیشكر
٤٢٣	نخود
٤٢٣	نعناع
٤٢٣	وانیل
٤٢٤	ورون
٤٢٤	هزار چشم
٤٢٤	هفت بند
٤٢٥	هل (قاقله)
٤٢٥	هلو
٤٢٥	هلیله
٤٢٦	هندوانه
٤٢٦	هندوانه ابو جهل
٤٢٧	هویج

۴۲۷	یونجه.....
۴۲۸	انواع روغن‌ها.....
۴۲۸	روغن سنبل.....
۴۲۸	روغن سوسن.....
۴۲۸	روغن رامش داد.....
۴۲۹	روغن کوشنه.....
۴۲۹	روغن کرچک.....
۴۲۹	روغن کنجد.....
۴۲۹	روغن ریحن.....
۴۲۹	روغن زعفران.....
۴۲۹	روغن بادام تلخ.....
۴۳۰	روغن گل.....
۴۳۰	روغن زنبق.....
۴۳۱	بخش هفدهم.....
۴۳۱	ویتامین‌ها و مواد معدنی.....
۴۳۱	ویتامینها و مواد معدنی و منابع آن.....
۴۳۲	ویتامینهای محلول در آب.....
۴۳۲	ویتامینهای C, B.....
۴۳۲	ویتامین محلول در چربی A, D, E, K.....
۴۳۲	اسید پانتوتنیک.....
۴۳۲	چه موادی در چه خوراکیهایی یافت می‌شود؟.....
۴۴۲	منابع و مآخذ.....

پیشگفتار

بنام خداوند تبارک و تعالی، جل جلاله، که نامش فرخنده‌ترین نام‌ها و احکامش - ادلانه‌ترین احکام است و به جز او خدایی نیست، که سزاوار پرستش باشد و ارتباط و عنایتی که به زمره آدمیان داشته، از ازل بر نیازمندیهای زندگی او آگاه بوده است.

پس از تحقیق و بررسی، علاقه‌ای که نسبت به داروهای گیاهی داشتم، سعی کردم تا مطالبی خاص در مورد داروهای گیاهی را گردآوری کرده، شاید بتوانم با نوشتن این کتاب از درد و بیماری هم‌نوعان کم کنم. کسانی که شاید تهیه دارو و درمان بیماری برایشان سخت باشد، می‌با دانستن مطالب این کتاب و خواندن و عمل کردن به دستورات آن بتوانند، بیماری خود را با هزینه‌ای اندک و با ایمان به خدا درمان کنند. چون تا خدا خواهد حتی برگ خشکیده - ای از درخت نمی‌افتد.

ای خواننده عزیز به او ایمان داشته باش، که جزء او کسی دیگری حامی و مراقبت نیست. اگر به نور اویقین داشته باشی، می‌توانید حتی به آوردن نامش کوهی را از جا بلند کنی، تا چه رسد، به درد و درمان این تن خدائی. اول ایمان به ذات مقدس او داشته باش و بعد هم از نعمت‌هایی که خدایه شما ارزانی داشته به خوبی استفاده کن.

برگ گل و گیاهی که در دل کوه، میان صخره ها می‌روید، با آن ظرافت و تازگی، می‌تواند درمانگر درد تو باشد. آیا این برگ کوچک اشک شوق را در سیمای اندوهگین یک بیمار نمایان نمی‌کند، وقتی که سلامتی خود را به دست

می آورد؟ پس شک نکنید، به راستی همین طور است. سالهاست که پدران و اجداد ما از این گیاهان برای درمان دردهای خود استفاده می کردند و همیشه بنیه ای قوی و دلی پرایمان داشتند. پس خواننده عزیز این کتاب را بخوان و به آن عمل کن و به لطف و رحمانیت خدا ایمان داشته باش.

حقیقت تکان دهنده این است، که انسان به خودی خود مریض و بیمار نمی شود. بیماری ممکن است، در اثر اندیشه های منفی در وجود انسان شکل بگیرد. البته این مطلب را نمی شود انکار کرد، که بیماری ها گاه جنبه ارثی و ژنتیکی دارد. که حتی آن را هم می توان با اندیشه های مثبت از خود دور کرد. فکر و اندیشه منفی باعث بروز بیماری ها می شود. برای مثال شخصی که بین چند همکار سرما خورده باشد، دائم به خود تلقین می کند، که او هم سرما خواهد خورد، به زودی خواهد دید، که او هم مریض شده است.

پزشکی را می شناسم، که سال هائی عمل خود را بین بیماران مبتلا به جذام گذرانده، ولی خود بیمار نشده. این به دلیل اندیشه های مثبت او بوده. او همیشه با خود می گفت: سلامت الهی در وجود من است و من هیچ گاه مریض نخواهم شد، او مرا حمایت می کند و من در پناه قانون عشق الهی هستم! و با گفتن همین جملات مثبت همیشه بیماری را از خود دور می کرد. عشق الهی اگر از عمق و جان انسان باشد، و به آن ایمان داشته باشد، در هیچ کاری شکست نمی خورد.

مسیح روی آب راه می رفت. یکی از شاگردانش که خیلی تعجب کرده بود، از او خواست که این کار را به او یاد بدهد. مسیح به او گفت: روی آب بایست! او ایستاد و چند قدمی راه رفت، ولی چون از این کار خودش خیلی تعجب کرده بود و ترسید و شک کرد. بعد از چند قدم راه رفتن در آب فرو رفت و کمک خواست. این نشانه ضعف ایمان او را در برابر یگانه معبودش بود.

مسیح می‌گوید:^۱ اگر تو به اندازه ذره‌ای به خداوند ایمان داشته باشی، خداوند این قدرت را به تو داده است، که حتی کوهی را از جا بلند کنی، انسان قدرت ماورایی خود را نمی‌شناسد، اگر دریابد که چه قدرت عظیمی دارد. با قدرتش خود را درمان می‌کند و خود را به تیغ جراح نمی‌سپارد.

همیشه در همه کارها از عشق الهی کمک بگیرید. کسی که تمام وجودش پراز کینه، خشم و نفرت است، چطور باید بیماری و رنج را از خود دور کند، مسلماً در آن حالت می‌ماند، تا سرانجام جسمش را هم ترک کند.

یعنی انسانی که با درد و رنج و کینه و نفرت مدتی زندگی درد آوری داشته بعد از کشیدن رنج و عذاب جسمی، تازه باید به رنج و عذاب روحی برسد.

پس برای اینکه بدن سالم داشته باشید، ابتدا باید ذهن را از بدی‌ها پاک کنید. هر آنچه از بدی‌ها در ذهن است بیرون بریزید.

این جملات را مرتباً تکرار کنید: هر کس که به من بدی کرده، او را می‌بخشایم و رهاش می‌کنم تا برود. هر کسی که من ناخودآگاه به او بدی کردم به طرز مثبتی مرا می‌بخشاید.

پس در ابتدا همه چیز و همه کس را که موجب عذاب روحی شما شده می‌بخشید و رهایش می‌کنید، تا به حال خود زندگی کنید؛ البته این‌طور فکر نکنید که مثلاً: اگر کسی انسانی را کُشت و شما از او گذشت کردید، پس اینک به عذاب الهی دچار نمی‌شود. اصلاً این‌طور نیست، شما او را بخشیداید و اعمالش در کارنامه اعمالش ثبت شده و حقیقت الهی این است، که خداوند او را مجازات می‌کند، هم در این دنیا و هم در آخرت، چون دنیا دار مکافات است. پس از پالایش روح و رها کردن هر چه بدی و افکار منفی است، به سراغ افکار

مثبت می‌روید، البته که هر چه در ذهن بتوانی تصور کنی، به عینه آن را خواهی یافت.

روزگاری شاهزاده‌ای با کمر قوزی شکل در شهری زندگی می‌کرد. او همیشه در اتاقش تنها بود و به خاطر شکل ظاهرش نمی‌توانست بیرون برود و دوستانی داشته باشد. حتی ازدواج کند. چون ظاهر او خیلی رعب‌آور بود. تا اینکه بالاخره توانست بهر اندیشه‌های خود غلبه کند. به مجسمه‌ساز گفت: از او مجسمه‌ای در وسط میدان شهر بسازد، ولی قوز نداشته باشد. سالم و قوی و شاد باشد.

مجسمه‌ساز این کار را کرد. هر روز شاهزاده از پنجره اتاقش به آن مجسمه خیره می‌شد. آرزوها، زادی در ذهنش مجسم می‌کرد؛ دوستان زیاد، ازدواج، حتی اسم بچه‌هایش را انتخاب کرده بود.

تا اینکه روزی در شهر شایعه شد، که دیگر شاهزاده قوز ندارد، بلکه با هیکلی تنومند و زیبا و شاد در خیابان‌ها در حال قدم زدن است.

با این خبر تعجب‌آور همه رفتند، که او را ببینند. بلکه حقیقت داشت. پشت شاهزاده دیگر قوز نداشت.

بلکه کمرش صاف شده بود. این نتیجه افکار مثبت، جسم و روح آدمی است. هیچ تعجب نکنید، وقتی می‌بینید که کسی شفا یافته، بیماری، سختی را پشت سر گذاشته، این مسئله نتیجه افکار مثبت و نوری است، که خداوند در قلب و جسم او تابانده، البته که خوب بودن لایق تمام انسان‌هاست.

پس بدی‌ها را از خود دور کرده، به نور الهی که در قلب ما است و هدیه خداوند است و تنها انسان لایق اوست، فکر کنید. انسانی که روزگاری در بهشت اشرف مخلوقات بوده، با اندکی تغییر به زمین آمده، ولی هنوز همان نور را در وجودش دارد. پس چرا از این نور و ایمان استفاده درست نکنید.

در کتاب مقدس آمده است "عشق هرگز شکست نمی‌خورد" اگر نتوانید با دیگران کنار بیایید، این همه تحصیلات و آموزش و توانائی‌ها و استعدادها و تلاش‌هایتان بیهوده است.

ای حبیبان به یکدیگر محبت نمائید. زیرا که محبت از خداست و هر که محبت می‌کند، از خدا مولود شده است و خدا را می‌شناسد و کسی که محبت نمی‌کند خدا را نمی‌شناسد، زیرا خدا محبت است. اگر به یکدیگر محبت نمائید، محبت الهی در شما کامل شده است.

در طول روز نیز به هنگام رویارویی با مشکلات در دلتان آرام بگوئید: بادا عشق الهی در من تجلی می‌شود. به لباسی که به تن می‌کنید، به اتومبیلی که سوار می‌شوید، به فنجان که در آن چای می‌نوشید، قلم و کاغذ، میز تحریر، به خانه یا اداره و به پولی که دریافت می‌کنید و خلاصه در همه چیز، آگاهانه عشق الهی را زنده کنید.

حتی برای جاهای خالی زندگی‌تان با موهبت‌هایی که طلبیده‌اید، یا هنوز پدیدار نشده‌اند؛ برای همه چیز و همه کس عشق الهی را بطلبید، گویی همیشه زمین و زمان به اندیشهٔ محبت آمیز پاسخ مثبت می‌دهد؛ پس در دلتان آرام و خاموش بگوئید: بادا عشق الهی در من زنده می‌شود و من نعمت من می‌آید و من را راهنمایی و هدایت می‌کند.

تهران- آبان ماه ۱۳۹۳

مریم شاملو