
(٣٩) أطعمة منشطة للطاقة الجنسية

البصل onion :

- البصل منشط للباء والقوة الجنسية خصوصاً البصل النيئ.

الجرجير Rocket :

- مقو للطاقة الجنسية.

الزيتون olive :

- مقو للطاقة الجنسية لما يحتويه على E, Vit A.

الكراث leek :

- منشط للطاقة الجنسية - يزيد الدورة الدموية التي تغذي الآلة التناسلية والخصيتين.

الفطر- الكمأة mushroom- the truffle :

- يعتبر الفطر منشطاً للطاقة الجنسية.

اللفت turnip :

- منشط قوي للطاقة الجنسية.

الملوخية :

- تنشط الطاقة الجنسية بسبب وفرة فيتامين A.

التمر Date :

- ينشط التمر الطاقة التناسلية.

الدراق peach :

- منشط للرجولة والطاقة الجنسية.

الزعرور Hawthorn berry :

- منشط للطاقة الجنسية.

الفراولة strawberry :

- ينشط الجسم بسبب احتوائه على C, vit salicylicacid.

الموز Banana :

- مفيد لزيادة النطف المنوية.

الحمص pea chick :

- يقوي الطاقة الجنسية بما يحتويه من فيتامين A, E.

القمح wheat :

البرغل Borghul :

- يمنع العجز الجنسي والعقم لوجود فيتامينات B-complex والفسفور

والحديد وفيتامين E التي تعمل على حصانة الأجهزة التناسلية خصوصًا فيتامين E.

البندق cob Nut :

- منشط للطاقة الجنسية.

الجوز walnut :

- مقو للطاقة الجنسية (يستعمل الجوز الصغير الأخضر الطري).

الصنوبر pine :

- منشط للطاقة الجنسية، يزيل الضعف والارتخاء وذلك بالمزج مع العسل.

الفسق pistachio :

- يعالج الأمراض التناسلية، وينشط الطاقة الجنسية.

الكاجو cashew :

- ينشط الطاقة الجنسية عند الرجل لاحتوائه على الزنك.

اللوز Almond :

- ينشط الطاقة الجنسية ويزيد في تعداد النطف المنوية (يكافح العقم).

التمر الهندي tamarinds :

- بعض الهنود يقترحون استعمال التمر الهندي لعلاج البرود الجنسي عند

النساء وتسريع بلوغ النشوة - كما تعالج بعض حالات العقم التي سببها نسائي

(أمراض الرحم والمبايض) بالتمر الهندي «مغاطس».

البابونج chamomile :

- مقو للطاقة الجنسية.

بذر الكتان flax- linseed :

- يزيد في تعداد الخلايا المنوية عند الرجل، خاصة بالمزج مع العسل،

ومنشط للرجولة.

الزعفران saffron :

- ينشط الطاقة الجنسية.

الزنجبيل Ginger :

- ينشط الباءة والطاقة الجنسية.

الصعتر thyme Garden :

- يعالج العجز الجنسي وينشط الطاقة الجنسية.

القرفة cinnamon :

- ينشط الطاقة التناسلية للرجال.

السّمك fish :

- يقوي ويغذي الجسم وخاصة الطاقة الجنسية وبشكل خاص بيض سمكة «الحفش» المسمى بالكافيار، كذلك سمك «البطرخ» ينشط الطاقة الجنسية وهو عبارة عن «رحم السمك المملوء بيضًا» ويؤكل مع الثوم وزيت الزيتون والزنجبيل لزيادة الفائدة.

الدجاج chicken :

- يعتبر الدجاج مفيدًا للرجال بسبب تأثيره في تكاثر تعداد الحيوانات المنوية وخاصة لحم الديكة الشابة النشيطة.

الحليب milk :

- ينشط الطاقة الجنسية خصوصًا إذا شرب بعد عملية الجماع بين الزوجين فهو يمنع الآثار السلبية للجماع وينشط ويجدد الطاقة خاصة إذا مزج بالعسل الأفضل يؤخذ بعد الجماع مباشرة.

الجبن cheese :

- الجبن مثل الحليب يقوي الباءة.

العسل Honey :

- يعالج ضعف المبايض، ضعف الرجولة، يقوي الحيوانات المنوية.

اللقاح pollens :

- لوجود مركبات oestrogen فهي تعالج الأمراض النسائية الناتجة عن

ضعف المبايض.

- يعالج الضعف الجنسي.

الغذاء الملكي (العسل) Royal jelly :

- منشط عام للطاقة الجنسية.

الحلبة Fenugreek :

تشرب الحلبة يوميا مع تحليتها بالعسل حيث تفيد للبرود الجنسي عند

الرجل والمرأة.

