

الفصل الثالث

أسماء النباتات
ومرادفاتها
وفوائدها

الفصل الثالث

أسماء النباتات ومرادفاتها وفوائدها

وفي هذا الفصل نبين أسماء النباتات ومرادفاتها ، وفوائدها حتى يتضح لك عزيزي القارئ الأسماء المختلفة لبعض النباتات وأوصافها المهمة في التداوي ، وأسمائها في بعض البلدان العربية والأوروبية ، وذلك للتيسير على طالب النبات الذي يعاني المشقة والجهد في طلبها ؛ نظرًا ولاختلاف اللهجات والأسماء في كل قطر ، لعل ما نقدمه دليلًا سهلًا للعطار والمعالج ، وطالب العشب كل على حدة وأدعوا الله أن يوفقنا إلى ما نصبو إليه .
وإليك هذه الموسوعة النباتية :

- الآس (حملاس - ريحان - ميرسين - myrte)
- إخيليا (أم ألف ورقة - عشبة النجارين - أهذاب فينوس - الخلة)
- أفستين (دمسيسة - رشكا - شيبة العجوز)
- إكليل الجبل (حصالبان - روز ميري - روزمارينو - rosmarini)
- إيكي دنيا (بشملة - مشمشية - زعرور بستاني - nehlier)
- بابونج (خاماميان - عين القط - تفاح الأرض - منسيلية - camomille)
- بذر قاطونا (عشبة البراغيث - فسيليون - قطونا - ربله - لسان الحمل)
- ترنجان (مليسيا - حشيشة النحل - حشيشة الليمون)
- تمر حنة (الحنة - الفاغية)
- جزر برى (نهشل - حنزاب - دوخ - بسباس)
- حرف (قرنوخ - قرة العين - حب الرشاد - جرجير الماء - الثفاء)
- حلبة (فريقة)
- حمحم (لسان الثور)
- حندقوق (إكليل الملك - درق)

- خبازة برية (خبيزة)
- خردل أسود (لفسان - صناب - حذر - أسفندان)
- خطمي
- خرشوف (حرشف - أرضى شوكى)
- زيزفون (زيتون عطري - تيليو - خلاف)
- سحلب (قاتل أخيه - خصى الثعلب)
- سنا (سنامكى - سلمكة)
- سوس (عود السوس - عرق سوس)
- شبت (سنوت - سذب البر - شمر كاذب)
- شمر (رازيانج - بسباس - الحلوة)
- صريمة الجدى (سلطان الغابة - أم الشعراء - زهر العسل - لحية الماعز)
- طرخشقون (هندباء برية - جلوين - خس بري)
- عرعر (سرو جبلي - أبهل)
- العكوب (شوك الجمل - خرفيش الجمال)
- عود الوج (قصب الذريرة - ايكرا)
- الغار (الرند - اللوره - عصى موسى)
- فوقس حوصلي
- قراص (قريص - حريق)
- قرطم (زعفران زائف - عصفر)
- قصعين (مرمرية - نعمة مخزانية)
- كاكنج (حرنكش - عنب الثعلب)

- كراويا (كمون أمني - كمون الجبال)
- المرو (بردقوش - مردقوش - مرزنجوش - دوش)
- نعناع
- ونكا (العناقية - زهرة العناق)
- الرجل (البقلة المباركة - فرفاحين - البقلة الحمقاء)
- شعير (خبز الأنبياء)
- قلقاس (وذن الفيل)
- كبر (تفاحة الغراب - عنب الحية - شفلح)
- ليمون (بنزهير - قاتل السموم)
- صبر (الوة)
- قرفة
- قرنفل - مسمار
- كركم
- هال (حبهان)

* * *

الآس "Myrte"



يسمى في بلاد الشام بالجمبلاس ، أما في المغرب العربي يقال لحب الآس (الريحان) عشبة السكر وكذلك في اللغة الفارسية يطلق عليه المرد ، وفي اللغة اليونانية يطلق عليه : ميرسين .

- وموطنه حوض البحر الأبيض المتوسط .

- وهو من النباتات المقدسة عند الإغريق ، وتصنع منه أكاليل النصر والزواج ، وإلى الآن يوضع كالإكليل على رؤوس الفائزين في الدورات الأولمبية .

- يستخدم خشبه كبخور، وتقطر أزهاره وأوراقه لاستخراج ماء شهير هو " ماء الملاك " الذي يدخل ضمن مستحضرات العناية بالبشرة .

- وفي كورسيكا حيث ينبت بكثرة ، يحضّر منه شراب هاضم منعش يسمى " الميرتي " بنقع ثماره في الماء البارد .

* خصائصه :

هاضم - مطهر - مضاد للأكسدة .

* * *

إخيليا *Achillea Millefolium*



- تسمى في مصر : أم ألف ورقة ، وتسمى أيضًا الخلة .
- وتسمى في بلاد الشام بعشبة النجارين ، وتسمى أيضًا بأهداب فينوس .
- اسمها هذا مشتق من اسم المحارب الإغريقي إيجليوس الذي استعملها في تضميد جرح مليكه لخاصية أوراقها الطاهرة المطهرة .
- بذورها مفيدة جدًا في إدرار البول وتفتيت الحصوات .

* خصائصها :

مطهرة ، مضادة للتشنجات ، قابضة ، لاصقة للجروح ، مدرة للبول ، قاطعة للنزف ، منشطة .

أفستين *Artemisia Ebsinthium*



- * يطلق عليها في مصر اسم : دمسيسة ، وفي بلاد المغرب العربي اسم : راشكة ، وشيبة العجوز في بلاد الشام .
- يمنع تناولها منعاً باتاً للمرأة الحامل فقد يسقط الحمل . أو يصاب الجنين بالتشوهات .
- لا يداوم عليها في العلاج لفترة طويلة .
- مفيدة جدًا للعلاج من الديدان فلم أر مثيلاً لها في ذلك .
- وكذلك العلاج من حبس البول فهي مفيدة للغاية .

إكليل الجبل *rosmarinus Officinalis*



- يسمى في مصر : حصا لبان ، وفي بلاد المغرب العربي بإكليل الجبل . وفي بلاد الغرب وخاصةً إيطاليا يطلق عليه " روز مارينو " كذلك يطلق عليه روزميري omanin .

* وهذا النبات جليل الفوائد عظيم القيم وافر النفع ؛ إذ أنه يؤثر على الجهاز العصبي . فهو مقوي للذاكرة ، ومنشط عام ومفتت لحصى المرارة والكلى ، ومن التوابل الجيدة التي تعطي المشويات رائحة عطرة لا مثيل لها ، ويجتني النحل من زهوره عسلًا شهياً لا مثيل له .

* خصائصه :

مطهر ، مضاد للتشنج ، مفرغ للصفراء ، مدر للبول ، مفتت للحصوات .

* * *

إيكي دنيا Nespilus Germanica L



يطلق عليه في مصر اسم : بشملة ، وفي فرنسا يسمى : Neflier وفي بلاد الشام يسمى : زعرور بستاني - مشمشية بالمغرب العربي.

- وهو شجرة مثمرة ، بهيجة المنظر ، لزهرها عطر فواح ، طيب الرائحة ، يعشقه النحل .

- ثمارها قريبة الشبه بالبندورة ولكن صفراء .

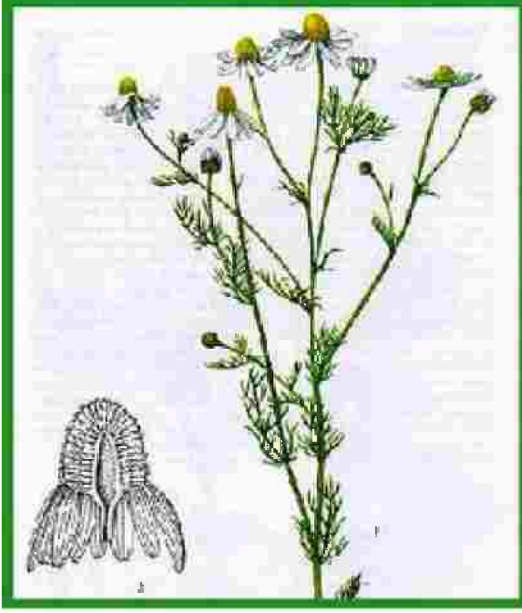
- عند تمام نضجها تحتوي على خمسة بذور بحجم الفول ، ناعمة جداً ، حلوة الطعم ، توقف الإسهال ، وتدر البول .
- مغلي أوراقها في الماء يهدئ السعال .

*** خصائصها :**

قابضة ، مدرة للبول ، مهدئة .



البابونج "رومانى"



- وتسمى : Camomille
romaine في اللغة الرومانية .

- وتسمى أيضا باليونانية
" خاماميان " .

- وكذا يطلق عليها اسم
" عين القط " .

- وتسمى في الجزائر :
منسيلية ، وتفتح الأرض .

* هذا النبات هو صيدلية
الطبيعة فتستخدم جميع أجزائه
الهوائية زهوره وأوراقه ،

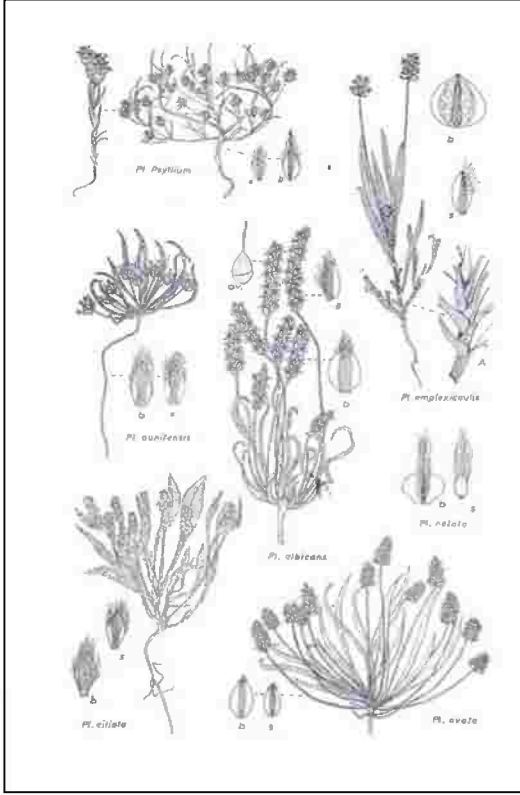
وجذوره ، وسيقانه - ويستعمل بطرق عديدة ، وفي مداواة كل الأمراض .

- رائحة زهوره مميزة ، تشبه رائحة التفاح ولذلك يسمى تفاح الأرض .

* **خصائصه :** مهضم ، منشط ، مطهر ، مقشع ، طارد للبلغم ، مطمث (يدر
الطمث) ، مقاوم للحمى ، مضاد للتشنج .

* * *

بذرقطونا Plantago Psylum



يسمى عشبة البراغيث ،
وفسيلون ، قطونا .

ويطلق عليه في السعودية اسم :
ربلة - لسان الحمل .

* وهذه النبتة بريّة ، تنتشر في
الأراضي الزراعية الرملية في فصل
الربيع ، تُقبل عليها الماعز والأغنام ،
أوراقها تنقي الدم وبخاصة إذا أضيفت
إلى أوراق الطرخشقون (الجلوين) فإنها
تنقي الدم ، وتدر الصفراء .

- بذورها مليّنة ، وإذا نقعت في
الماء تعطي مادة جيلاتينية تنفع في أقنعة
للوجه لعلاج جميع مشاكل البشرة .

* خصائصه :

ملطف ، ملين ، نافع لأمراض البشرة .

الترنجان *Melissa Officinalis* L



يطلق عليه في سوريا اسم : ملسيا
وبالفرنسية لويزا ، ويسمى أيضًا حبق
ترنجاني ، وكذلك حشيشة النحل ،
وكذلك يطلق عليه حشيشة الليمون .

* هي شجيرة جميلة ، أوراقها ذات
رائحة ليمونية ، وذات زهور صغيرة
بيضاء ، يرغبها النحل و ينتج منها عسلًا
شهيًا أوراقها نافعة جدًا لأمراض البرد
والإنفلونزا .

* خصائصه :

مضاد للتشنج ، مدر للصفراء ،
مضاد للغازات ، مهضم مهدئ للسعال ،
منظم ضربات القلب .

* * *

التمر حنة L Ligustrum Vulagre



- وتسمى الحنة ، والفاغية .

وأوراق هذه الشجرة تطحن ويتخذ منها خضاب ملون للجلد والشعر ؛ لاحتوائها على مادة اللوزون الملونة.

* وفي الصيف ، والخريف تعطي زهورًا عنقودية كأجمل ما يكون الزهر

وأعطر ما يكون العطر ، وهي من ربح الحنة (الفاغية)، وتعطي ثمارًا (جهاجم) ذات تأثير شديد على إدرار البول ، وتفتت الحصوات .

- وتسقط الحمل من شدة تأثيرها .

* تمضغ أوراقها فتذهب القلاع من الفم ، وتقتل الفطريات داخليًا ، وخارجيا ، وتساعد على الشفاء القروح وتطهيرها وتقوي الجلد وتقوي على الجماع إذ يبلغ تأثير خضابها على الجهاز العصبي المركزي .

- وإذا خضبت قدميك بالحناء وجدت أثرها في ماء البول (ملونة) .

- كذلك من مميزاتها : أن الجان يكرهها وخاصة الجان الخبيث لذا كان من عادات أهل مصر ولا يزالون يخضبون العروس بالحناء قبل زفافها (ليلة الحنة) حتى لا يمسه شيطان .

* وعن تجاربي أنا شخصيًا : أنني لم أر مثل الحناء في علاج القرح وأنصح بها أصحاب دوالي القدمين والشرخ الشرجي مع الصبر المروءاء القرض .

* خصائصها :

قابضة ، مطهرة ، تلتئم الجروح بها .

الجزر البري *Daucus Carota L*



- ويسمى في اللغة الفارسية: نهشل ،
حنزاب ، دوخ .

- ويسمى في السعودية: بالبسباس .

* وهذا النبات ينمو في البراري في الأرض
الرمليّة والمختلطة ، ويظهر بعد أمطار
الخريف ، ويزهر بالربيع زهوراً خيمية بيضاء ،
تجف بالصيف وتعطي بذوراً داخل كاس
شوكي؛ لذا تسمى ضرس العجوز عند
البعض ، أوراقه تعطي طعم أوراق الشبت
وجذره أبيض بطعم الجزر الأصفر لذا سمي
الجزر البري .

- أزهاره يقبل عليها النحل بشراهة ،
ويعطي عسلاً فيه مرارة بعض الشيء ولونه

أحمر دموي، ورائحة عسله مثل المسك وهذا العسل عن تجربة شخصية نافع مع اللوكيميا
(سرطان الدم) .

* خصائصه :

مضاد للإسهال ، مدر للبول ، مدر للطمث ، خافض للسكر ، مضاد للأكسدة .

الحرف Nasturtium Officimalis



يسمى في بلاد المغرب : قرنوخ ،
وكذلك قرّة العين ، وأيضاً يسمى :
حب الرشاد ، والثفاء وجرجير الماء
والحرف - بضم الحاء - .

- هو نبات طبي من الدرجة الأولى
وقد ذكره المصطفى ﷺ في حديث:
«ما لكم في الأمرين من الشفاء الصبر
والثفاء»^(١) .

- ويستعمل مثل الجرجير كمقبل ،

ومنشط ، وبذور حب الرشاد مضاده للالتهابات ، ومضاده للنقرس ، وعلاج السكر .

- وهو يعد علاجاً أكيداً لقرحة المعدة ، والإثنى عشر ، ومن أنفع علاجات
الاستسقاء ، وهو منشط جنسي .

* خصائصه :

منق للدم ، منبه ، مدر للبول ، مقاوم للحمى معين على الباءة.

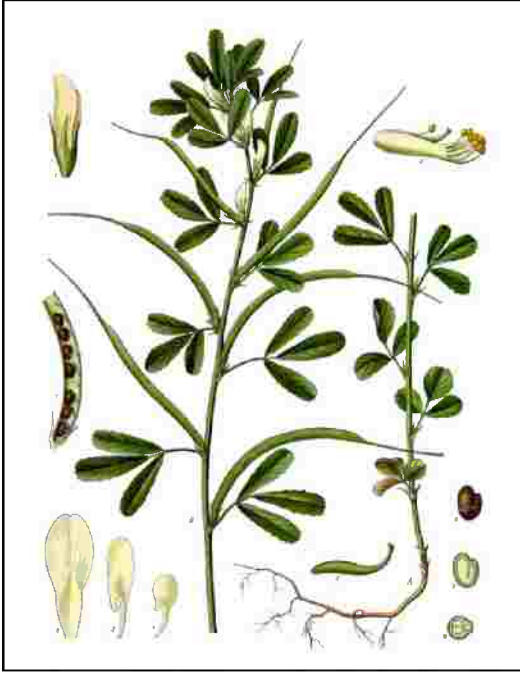
* * *

(١) مراسيل أبي داود .

الحلبة *Trigonella Foenum*

وتسمى أيضًا : فريقة ، وعند الفارسيين تسمى : سنبلد .

* والحلبة نبات معروف منذ القدم ، ومعروفة فوائده الصحية فهو مسمن ، ومقوي



عام ، مضاد للحميات ، ومدر للبول ، ومدر للبن الأمهات ، ومضاد لمرض السكري .

* يحضر منه طبق يمني يسمى بالسلطة مكون من :

طحين الحلبة ، وقليل من الثوم والكراث والنعناع وقليل من عرق الحلاوة . (ويسمى بعود الحلبة) بسبب هذا الطبق لأن عرق الحلاوة مع الحلبة لا يظهر لها رائحة في العرق ، وإذا ما وضع طحين الحلبة كضمادة على الحرايرج والالتهابات يعجل في شفائها .

* خصائصها :

فاتحة للشهية ، مليئة ، خافضة للسكر ، منشطة .

Borrago Officinalis L **الحمام**



ويسمى : لسان الثور .

وهو نبات بري ينمو على حواف الطرق ، والأماكن المهملة .

- أوراقه كبيرة ذات زغب لذا سمي بلسان الثور وله أزهار زرقاء تزهر بالصيف وتطول فترة إزهاره . وهذا النبات تقبل عليه الإبل في فصل الربيع ، فإذا أكلت منه ظهر عليها نشاط غير عادي ، فيعتبر منشطاً جنسياً لها ، فعرف بتلك القدرة .

- كما أن زهوره تنقع في الماء فتهدئ الاضطرابات وتنظم ضربات القلب .

خصائصه :

ملطف ، منق للدم ، مدر للبول والعرق ، مسهل .

* * *

الحندقوق *Melilotus Officinalis*



ويسمى أيضًا : إكليل الملك ،
درق .

* وهي نبتة برية تظهر بالأماكن
التي يتجمع فيها ماء المطر وتكثر على
جنبات الطرق الزراعية وبين الحقول .

* ويسمى بالحندقوق الحقلي ؛ لأنه
يكثر بين الحقول وهو أكبر قليلاً في
الأوراق من الحندقوق البري ، وله
زهور صفراء عنقودية لا يفارقها
النحل .

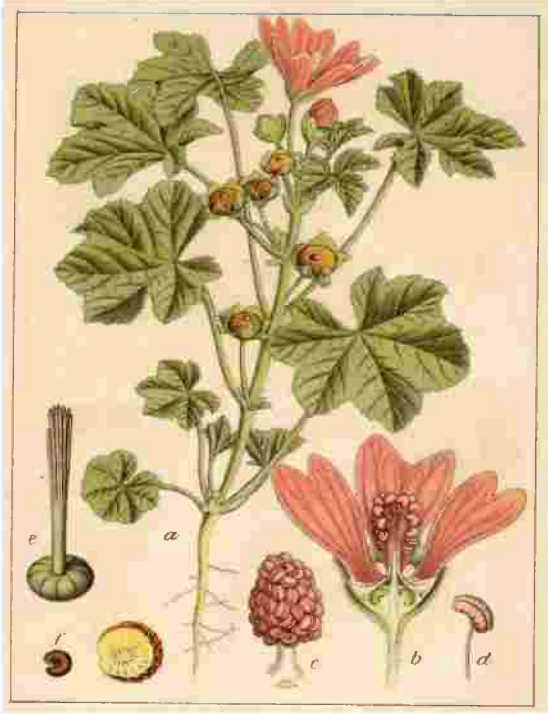
* يفيد في التهاب الكلى ، وعلاج
السكر . كما يفيد إذا نقع في الماء الحار
ووضع كمادات على العيون المجهدة
فيريحها .

خصائصه :

مهدئ ، مضاد للتشنج ، مدر للبول ، مضاد للالتهابات .

* * *

الخبازة البرية *Malva Silvestris* L



وتسمى في مصر : بالخبيزة .

- وهو نبات بري شائع ،
واسع الانتشار ، يعشق الماء لذا
يزيد انتشاره على جنبات الطرق
وأماكن تجمع مياه الأمطار .

- تطبخ أوراقها كغذاء عالي
القيمة ، وكحساء للنقاه ، وتؤخذ
زهورها وقت الإزهار ، وتجفف
وتؤخذ كمشروب ساخن لالتهاب
الحلق وأمراض البرد .

الخردل الأسود Brassica Nigra



- وتسمى باليونانية :
لفسان ، صناب ، وتسمى أيضًا
حذر .

- وتسمى بالفارسية :
أسفندان .

* وهو معروف كتابل بطعمه
الحار ، وهو غير الخردل الأبيض
الذى تصنع منه المسطرة ،
وكلاهما بنفس الطعم ، ولكن
الأسود أشد حدة ، وهو المستعمل
طبيياً ، فتطحن بذوره وتعجن
بعسل النحل ويضمدها لأمراض
البرد .

* والجزء المستعمل طبيياً : البذور عند نضجها حوالي عامًا كاملاً .

* خصائصه :

مضاد للالتهابات ، فاتح للشهية ، موسع للأوعية ، ومسخن .

الخطمي *Althaea officinalis* L



ويعتبر أفضل الزينة ، جميلة المنظر ،
عظيمة الفائدة ، كل أجزائها تعطي
نفعًا ؛ فالأوراق نافعة وكذا الجذور،
والأزهار والبذور ، وهي تنمو في كل
المناطق .

* الزهور تنفع من قرحة المعدة
والأمعاء ، والأوراق يصنع منها شايًا
لالتهابات اللوزتين واحتقان الحلق ، أما
الجذور فيدلك بها اللثة .

هذه الشجيرة لا غنى عنها لأي
إنسان ، وهي تعطي جمالاً للحدائق
والمتنزهات وغير مكلفة ولا تحتاج لخدمة .

* خصائصها :

ملطفة ، مهدئة للسعال ، مليئة ملمة للجروح .

* * *

الخرشوف Cynara Scolymus

ويسمى أيضًا : حرشف ، وهو أرضي شوكي .



* وهو من أفضل النباتات التي تعالج الكبد لخاصيته المدرة للصفراء ، والمنشطة للكبد ، وهو أسرع نبات لتخليص الدم من الكوليسترول ، غير أن تأثيره سلبي على إفراز اللبن لذا لا بد من منعه عن المرضعات .

* الجزء المستعمل في علاج الكبد والسكري هو الثمرة والزهرة .

- ويفضل طبخ الخرشوف على درجة حرارة بطيئة حتى يسهل هضمه ولا تضيع فوائده ، وماء طبخه مفيد جدًا لتخليص الجسم من

الكوليسترول ، فهو مفيد لعلاج الضغط المرتفع ، وتصلب الشرايين ويفضل تناوله مباشرة بعد طبخه ؛ لأنه يفسد بعد فترة قصيرة من الطبخ لسرعة تأكسده ، جذورها يحضر منها مشروب مضاد لرائحة العرق .

خصائصه:

مزيل للكوليسترول ، مضاد للسكري ، مدر للصفراء ، منشط ، فاتح للشهية ، معين على الباءة .

الزيتون *Tilia Cordata Mill*



- يسمى أيضًا : زيتون عطري ، وخلاف .
- ويطلق عليه في مصر : تيليو .
- يقال : أن اسمها مختصر من (زي زتون) أي مثل الزيتون ؛ لأنها قريبة الشبه من شجرة الزيتون.
- وهى شجرة عظيمة ، تزهر زهورًا ذات عطر أخاذ ، أوراقها تهدئ السعال إذا غليت في الماء ، وللزهور نفس التأثير ، كما أنها مدرة للصفراء ، نافعة للكبد ، والأمراض الروماتيزمية .

* خصائصه :

مضاد للتشنج ، منشط لافراز الصفراء ، ملين ، مهدئ .

السحلب *Qrchis Masula*

- ويسمى أيضا : قاتل أخيه ، وخصي الثعلب .
- كما يسمى في سوريا : سحلب أيضا كما تسميه مصر .
- * يزرع السحلب في كردستان (العراق ، سوريا ، تركيا ، إيران) .
- وهو نبات بري وبستاني ، الجزء المستعمل طبيًا هو درناته الجذرية فهو ينتج درنتان إحداهما أكبر من الأخرى يشبهان الخصي ولذلك سميت بهذا الاسم ، وحُرِّفَ إلى سحلب ، وسمي بقاتل أخيه ؛ لأن درنة تكبر على حساب الأخرى .
- * وهذه الدرنات تجفف وتطحن ويتخذ منها شراب السحلب الغالي الثمن ، أما ما يباع الآن يسمى خلطة بيضاء ، أما السحلب نفسه إذا أضيف إلى تلك الخلطة لعظمت الفائدة ، وهو منشط لهرمون الذكورة ، ويبيح الدفء فهو مشروب شتوي .
- * وخصائصه : منعش ، مضاد للإسهال ، ملين ، ومعين على الباءة .

السنا Cassia Acutifolia



يسمى في مصر : سنامكي ، سنا
إسكندراني ، ويسمى في السعودية :
بالعشرق، وقد حدث خلاف حول
نبات السنا المذكور بالحديث الشريف
عن السنا والسنوات ، واحتج الباحث
بأن السنا ليس هو السنا المكي ، لأن
نبات السنامكي مسهل فكيف يصف
الرسول ﷺ نبات السنامكي بـ المسهل
معتقداً بأن السنا هو بذر الشبت . ولي
هنا اعتراض حيث إن رسول الله ﷺ
وصف السنا للتمشي (مسهل) عندما
سأل امرأة بماذا تستمشين ؟ قالت
بالشبرم . فقال : حار حار ، ألا

تستمشين بالسنا ؟ والتمشي بمعنى أخذ المسهلات التي تجعل الإنسان يمشى دائما إلى
دورة المياه ، وهو عشب يفرش الأرض ولا يزيد ارتفاعه عن (ستين سنتيمتر) وله
زهور صفراء جميلة المنظر يجتنيها النحل وثمارها عبارة عن قرون دقيقة هي في التسهيل
أقوى من الأوراق ، يؤخذ بجرجات صغيرة .

* خصائصه :

مسهل ، مطهر ، مدر للصفراء .

السوس Glycyrrhiza Glabra



يسمى في سوريا : عود السوس ، وفي مصر يطلق عليه : عرق سوس .

* وهو من النباتات المتوسطة أي التي تزرع في حوض البحر المتوسط يكثر في مصر وسوريا ، والجزء المستعمل طبيًا هي الجذور تجمع ، وتجفف ، ثم تدق وتجرش ، ويتم تخميرها بطريقة معينة ، ثم ينقع في الماء ويشرب مثلجًا كمشروب ملطف ، ويقطع العطش ، وهو مفيد جدًا لقرحة المعدة ، إذا استحلب وشرب ساخنًا ، كما أنه مفيد جدًا في محاربة فيروسات الكبد ، غير أن الإكثار منه يرفع الضغط الدموي ، لذا وجب الاعتدال في تناوله .



* كما أنه يتسوك بعيده ، وتمسك بالفم للمساعدة في الإقلاع عن التدخين .

* خصائصه :

ملطف ، مضاد للتشنج ، مدر للبول ، طارد للبلغم ، منق للدم ، منعش ، منشط ، مدر للصفراء .

الشبت *Anethum Graviolens*

ويسمى أيضًا : سنوت ، سذب البر ، شمر كاذب .

* وهي نبتة صغيرة تشبه الشمر ، ولها زهور صفراء خيمية ، يعشقها النحل ، وهو من التوابل الخضراء التي لا غنى عنها لكل بيت ، وهو من أعمدة المطبخ المصري ، والسوري إذ لا غنى عنه في المحاشي والسلطات .

* كما تفيد بذوره في التوابل الجافة ، ويسمى أهل الخليج (بعين الجراة) لشدة الشبه بينهما ، وهي تابل ممتاز للفلفل والكفتة ، كما يتخذ من زيتها دواءً طارداً للغازات ، ومضاد للتشنج ، ويستخدم دهاناً كمنشط للعضلات .

* خصائصه :

هاضم ، طارد للرياح ، مضاد للتشنج .

الشمر *Foeniculum Vulgare*

* وهو في اللغة الفارسية يسمى : رازيانج ، وفي بلاد المغرب يطلق عليه : بسباس ، وفي السعودية يسمى : الحلوة .



- وهو نبات خيمي يعشق الماء ، يعطي زهوراً صفراء خيمية ، تعطي بذوراً تشبه بذور الكراويا ، ولكن مذاقها حلو ، ورائحتها عطرية مميزة ، وكل ما في النبات يستعمل حتى الجذور والأوراق الخضراء التي تضاف إلى المخللات فتعطيها طعماً ورائحة مميزتان .

* خصائصه :

مدر للحليب ، مهضم ، طارد للريح ، مدر للبول ، فاتح للشهية ، طارد للبلغم ، طارد للديدان ، شافي للجروح ، منفث .

صريمة الجدى *Lonicera spp* (شبر فايد)



- يسمى أيضًا : سلطان الغابة ، أم الشعراء ،
زهر العسل ، لحية الماعز . ويسمى في مصر :
شبر فايد .

* وسمي بهذا الاسم : لقوته في التسلق مثل
الماعز ، وهو من نباتات الزينة العطرية ، يستفاد منه
كسياج ، أو مظلة تعطي عطرًا أخاذًا كالياسمين ،
يعطي ثمارًا عنبية صغيرة تشبه عنب الدب فيها
بعض السمية فلا تؤكل .

* تستعمل الأوراق ، ولحاء العيدان ، والزهور ، فالزهور تجفف وتستعمل شايًا
للربو (حساسية الصدر) .

* خصائصه :

منفث ، طارد للبلغم ، مدر للبول ، معرق .

الطرخشقون Taraxacum Officinale



- ويسمى أيضًا : هندباء
برية ، وجلوين ، وميرير ، خس
بري ، كما يسمى عند عامة
الناس : الجعضيض

* وهو نوعان : بري ،
وبستاني ، والبستاني هو المعروف
عندنا في مصر بالجلوين أو
الجعضيض ، وأما البري فهو أكثر
مرارة وأحد شكلاً ، وأصغر
حجمًا ، وأشد نفعا ، وهو من
أفضل علاجات الكبد على
الإطلاق ، كما أنه مضاد للأورام
السرطانية لخاصيته المضادة
للأكسدة ، ويستعمل النبات كله

من جذوره وحتى زهوره ، ويؤكل غصًا في الشتاء والربيع ، ويعصر في الصيف
والخريف .

* خصائصه :

مضاد للأسقربوط ، مضاد للأكسدة ، مدر للصفراء ، منق للدم ، فاتح للشهية ،
مدر للبول .

Juniperus Communis L العرعر

- ويسمى أيضًا : السرو الجبلي .



- وهي أشجار كبيرة تنمو في أعالي الجبال ، تجود في الأماكن الباردة تنتج ثمارًا عنبية تشبه النبق ، حادة الطعم ، تفيد في علاج النقرس والقولون العصبي نظرًا لخاصيتها المطهرة ، المنقية للدم ، كما يتخذ منه خلاصة تضاف إلى ماء فطر الكمبوشة .

- ويستعمل هذا الماء لعلاج النقرس ، والأمراض الروماتيزمية والقولون العصبي .

* خصائصها :

منقية للدم ، مطهرة ، فاتحة للشهية ، مدرة للطمث ، مدرة للبول ، دافعة للريح .

* * *

العكوب Chardon marie



- وتسمى أيضًا : شوك
الجمال ، يطلق عليها في سوريا اسم
خرفيش الجمال ، وتسمى :
حرفش بري .

- وهو نبات شوكي ، أوراقه
إذا يبست صارت شوگا حادًا ، وله
بذور تؤكل وأوراقه خضراء داكنة
مشبعة بالبياض ، وكأنه حليب
مسكوب عليها .

- وفوائده الطبية عظيمة جدًا
فهو مفيد لأوعية القلب وخاصة
الشريان التاجي ، كما يعد من أهم
أدوية الكبد العشبية ، وكذلك هو
منشط لإفراز الصفراء .

* خصائصه :

منشط ، مدر للصفراء ، مدر للبول ، منقي للدم .

عود الودج Acore Odorant

ويسمى أيضًا : عرق أكر ، وقصب
الذريرة ، عود الريح ، إيكير .



* وهو نبات مائي يشبه البوص
(الغاب) غير أن جذوره هي المستعملة
على نطاق واسع ، فهي تجفف وتطحن
وتؤخذ سفوفاً لدفع الريح ، لذلك من
أسمائه عود الريح ، أوراقه لها رائحة
ممتازة تشبه رائحة المندرين ، وجذوره
إذا أمسكتها بالفم تقوي على البقاء ،
وإذا طحنت وأضيفت إلى زيت زيتون
ساخن ، وتركت ليومين ثم صُفِّيَ هذا
الزيت وُطِّلِيَ به الإحليل طال انتصابه ، ويؤخر القذف .

* وإذا مضغت قطعة منه يجعلك تكره التدخين ؛ فهو يساعد على الإقلاع عن
التدخين .

* خصائصه :

دافع للريح ، فاتح للشهية ، مدر للطمث ، قاطع للنزف .

الفار Laurier D' apollon



ويسمى في الجزائر : الرند ، وكذا يسمى : اللورة ،
وعصا موسى .

* وهي شجرة كبيرة تصل إلى عشرة أمتار من حيث
طولها ، أوراقها إذا طبخت مع اللحم أسرع في نضجه ،
وهي من توابل اللحوم المشهورة بورق اللورو ، كما يصنع
من قطرانها وزيته صابونًا مطهرًا مضاد للطفيليات
والفطريات ، ويستخرج من ثماره زيت للتدليك يريح
المفاصل.

* خصائصه :

مطهر ، مهدئ ، مُعَرِّق .

الفوقص الحويصلي Fucus Vesiculosus



هو طحلب بحري يلتصق بالصخور،
ولوريقاته فقاعات هوائية تجعله يطفو على
سطح الماء تعرف بالحويصلات الهوائية لذا
سمي فوقص حويصلي ، وهو من أهم أدوية
الغدد الدرقية ، ولديه قدرة على امتصاص
الشحوم لذا يستخدم في تركيبات التخسيس ،
ولأنه طحلب بحري فله رائحة غير مرغوب

فيها (أي زفرة) وخاصة عند الغليان لذا يدخل في تركيبه أعشاب أخرى تعزز قدرته
وتذهب برائحته مثل المرمرية والبردقوش .

* خصائصه : منق للدم ، مسهل ، منبه .

القراص *Urtica Dioica*



ويسمى أيضًا : قريص ، أنجرة ،
حريق .

وهو نبات ينمو في الشتاء والربيع
في البساتين ، إذا احتك به البستاني
سبب له حكة شديدة ؛ لذا سُمي
بالقراص ، وكذلك لوجود مادة في
عصارته تسبب هياجًا لجلد الإنسان .

* ومع ذلك فهذا النبات يعتبر
صيدلية كاملة ، فهو غني جدًا بفيتامين
C ، والحديد ، والكالسيوم ،
والبوتاسيوم ، والكبريت ، والمنجنيز .

* خصائصه :

مقوي للدم ، مضاد للسكري ،
قابض ، منق للدم ، مدر للبول ، مدر
للحليب ، قطاع للنزف .

القرطم *Carthamus tinctorius*

ويطلق عليه : الزعفران الزائف لقوة وجه الشبه بينهما .



ويطلق عليه في مصر : العصفور ، وكذا من أسائه : إحريض ، شجرة الشيوخ ، وهو نبات مهم جداً زهره ملون (صابغ) باللون الأحمر ، وبذوره تسمى بالقرطم .

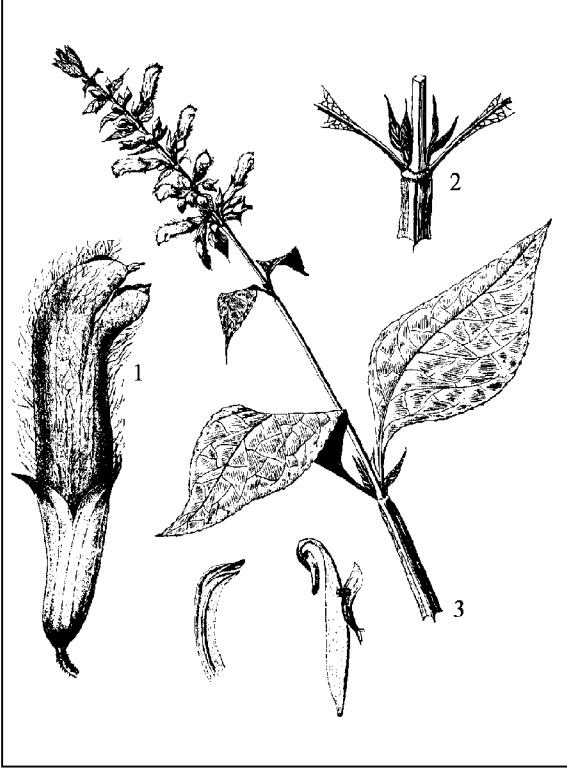
* يستعمل في مصر بكثرة ، وهو مقوي للبابة ، وزهوره تستخدم بكثرة في تحليل الليمون مع الحبة السوداء ويسمى بالليمون المعصفر .

* كما لبذوره وأوراقه فائدة تحويل الحليب إلى جبن تماماً مثل الأنفحة ، وهو مسهل مثل السنامكي ، ولزهوره خاصية في تنظيم ضربات القلب فهو يعمل على تهدئة الروعة .

* خصائصه :

مهدئ ، مسهل .

القصعين . Salvia Spp.



وتسمى في لبنان بالناعمة
المخزينة ، ويطلق عليها في الشام
اسم : الميرامية ، وفي مصر تسمى
المرمية .

* يقال في شأن هذا النبات :
" لماذا يموت الإنسان الذي
يعيش وفي بستانه ينبت
القصعين ، لولا استحالة وجود
علاج ضد سلطان الموت ؟ " .

* فقيمه في الشفاء عظيمة
جداً ، ويطيب الأطعمة كتابل من
التوابل وهو مضاد للأرق ،
والقلق النفسي ، ومهدئ لنوبات
الربو ، ولكن يؤخذ باعتدال .

* خصائصه :

مطهر ، مضاد للتشنج ، خافض للسكر ، مضاد للعرق ، دافع للريح ، منشط لإفراز
الصفراء ، مدر للطمث ، مضاد للسمنة .

الكاكنج Physalis Elkekengi L.

ويسمى أيضًا : عنب الثعلب ، وكذا كرز الشتاء ، وعرف الديك ويطلق عليه في مصر اسم : الحرنكش .

* وهو نبات من الفصيلة الباذنجانية ، يزهر بالصيف زهورًا صفراء ثم تنتفخ هذه الزهور وتصبح كالمصباح الورقي ، عجيبة الشكل تشبه نبات "الباميا" وبداخلها ثمرة مثل العنبة ، ولها بذور دقيقة جدًا مثل بذور حبات الطماطم ، والثمرة صفراء كمونية ذات طعم حامضي حلو ، تؤكل لعلاج النقرس ، وحصى الكلى والمرارة ، ومضاد للسكري .

* خصائصه :

منق للدم ، مدر للبول ، ملين ، مقاوم للحمى .



* * *

الكروياء. Carum Carvi L.



ويطلق عليها : كمون أرمني ، كمون الجبال ، وتسمى في اليمن بالقعس ، وهو نبات عطري يستعمل زهره في صنع الطعام والخبز ، وتستعمل بذوره في إدرار الحليب ، وإذا ما خلطت بعلف الحمام لا يهجر الحمام بيته وبذوره تشبه الكمون إلى حد كبير .

* خصائصه :

دافع للريح ، مهدئ ، مدر للحليب .

المرو. Origanum Vulgare L



* ويسمى أيضًا : مردقوش ،
وبردقوش ، ومرزبخوش ، ويطلق عليه في
المملكة العربية السعودية اسم : دوش .

كأفضل ما يكون العشب ، وأفضل ما
يكون التابل ، فهو شراب منعش منفث عظيم
الفائدة للضغط المرتفع وحساسية الصدر ،
ويساعد على الفطام ؛ لأنه قابض للحليب ،
ومدر للطمث ، زهوره تعطي النحل عسلًا
شهياً ، وهو تابل ممتاز للأسماك .

* خصائصه :

منفث ، مسكن للآلام ، مطهر ، مضاد للتشنج ، مدر للطمث ، مبيد للفطريات ،
منشط ، هاضم .

* * *

النعناع Mintha



نظراً لانتشاره ، وكثرة استعماله ، وأهميته عرف في كل بقاع الأرض باسمه هذا : " النعناع " ، ولتعدد صفاته وأشكاله يسمى أسماء مركبة منها : النعناع البلدي ، نعناع المدينة ، نعناع فلفلي ، نعناع كافوري وهكذا ، إلا أن صفاته ، واستعمالاته تكاد تكون واحدة ، والاسم مشتق من اليونانية "Mintha" أي : الحورية ، يستخرج منه زيت المنثول الطيار ، والمنثث.

* يفتح سد الأنف ، ومضاد لآلام العضلات ، ودافع للريح ، ومهدئ للمغص ، ومشروب منعش ، ومحسن للأطعمة والمشروبات ، كما يضاف إلى السلطة وبعض الوجبات الخفيفة .

* خصائصه :

منعش ، منفث ، هاضم ، دافع للريح ، مهدئ .

* * *

الونكة Vinca major



* وتسمى أيضًا : العناقية ،
وزهرة العناق .

- وكثيرًا ما تزرع في منطقتنا
العربية بغرض الزينة لأنها تكاد
تكون مزهرة طوال العام ،
وأوراقها تكون بديعة المنظر مع
اختلاف ألوان زهرها فمنها
الأبيض ، والبمبي ، والأحمر ،
والبنفسجي .

- وصنفت هذه النبتة قديمًا لالتهاب اللوزتين ، كما يتخذ منها دواءً للرعاف (نزيف
الأنف) وهي منشطة جيدة ، وتفيد في الإصابة بفقر الدم ، وهي تحتوي على مادة قلووية
تسمى وينكامين .

- وقد تبين من بعض الدراسات الحديثة بأن زهور الونكة مفيدة ضد أنواع
السرطان .

* خصائصها :

مضادة للسكري ، توقف إفراز الحليب ، تمدد الأوعية الدموية ، مضادة للأكسدة .

* * *

الرجلة. *Portulaca oleracea* L.



وهذا هو اسمها في مصر ، أما في لبنان فيطلق عليها : (فرفحين) وتسمى أيضًا بالبقلة الحمقاء ، والفرفخ ، والبقلة المباركة .

* سميت بالبقلة الحمقاء ؛ لأنها تقف في وجه السيل ، وسميت بالبقلة المباركة لدعاء النبي ﷺ لها ومباركته إياها كما روي : " أنبتي أنى شئت " أي : كيف شئت ، فهي حقا كذلك

تنبت في أي مكان ، وتعيش طويلاً حتى بعد قطفها ، وهي أنفع ما تكون لقرحة المعدة ، والإثنا عشر ، وتضاف إلى السلطة فتعطيها طعمًا حمضيًا مرغوبًا فيه ، وهي توقف النزف من الجروح ، وبذورها تخرج الديدان ، ومضادة للسكري وتساعد في أنظمة التخسيس .

* خصائصها :

قاطعة للنزف ، لائمة للجروح ، مضادة للسكري ، منقية للدم ، طاردة للديدان .

* * *

الشعير Hordeum Vulgare

(خبز الأنبياء)



كان أكثر خبز النبي ﷺ من الشعير وهو خبز الفقراء والمساكين ، وأهل البوادي هم أعرف الناس بفوائده ويتخذ من طحينه حساءً مفيداً يعرف "بالتلبينة" ذكرها رسول الله ﷺ مثنيًا عليها مقسمًا بالذي نفسه بيده إنها لتغسل البطن كما تغسل إحداكن وجهها من الوسخ ، ودلت الأبحاث الحديثة على صحة ذلك وعظيم فائدة التلبينة ، كما يتخذ من الشعير شراباً معروفاً هو " البيرة " ومنها ما هو بدون كحول فيعد حلالاً ، كما يصنع من دقيق الشعير شراب مختمر طازج (البوظة) ولكن البوظة إذا ظلت لليوم الثالث أصبحت

خمرًا مسكرًا يحرم شربه ، أما في يومه الأول فهو لذيذ الطعم عظيم النفع ، كثير الغذاء ، والشعير نبات ينبت في جميع الأجواء ، ويجود في كل أنواع الأراضي الزراعية ، ولا يحتاج لكثير الماء ، لذا يزرعه أهل البوادي على ماء الأمطار ليكون كلاً لمواشيهم ، وهو لا يحتاج إلى مجهود في الريّ أو التسميد ، وهذه دعوة لأولي الأمر للاستفادة من خصائص الشعير وزراعته والاستفادة من محصوله الوفير لسد الفجوة الغذائية ، وتوفير عملة صعبة .

- كما يحمص الشعير ويطحن ويصنع منه مشروب صحي مشابه للبن ، يضاف إليه الحليب فيصير لذيذ الطعم ، عظيم النفع ، كما أن مغلي الشعير يعد من أفضل وأنفع المشروبات المضادة للحميات على الإطلاق .

* خصائصه :

لا تحصى ولا تعد .

القلقاس *Heliamthus tuberosus* L.

* أوراقه كبيرة وتسمى (وذن الفيل) تصلح علفاً للماشية ، ودرناته هي المستعملة في الغذاء ، وهو مفيد جداً لمرضى السكري ، وذلك لأن نسبة الجلوكوز فيه تكاد تكون معدومة ، وهو غذاء مولد للطاقة ويزيد في إدرار الحليب ، كما يزيد في المنى ، ومعين على الباءة إعانة بالغة (عن تجربة) .

* خصائصه :

ملين ، مضاد للسكري ، معين على الباءة ، مدر للبن .

* * *

الكبر. Capparis Spinosa L.



* ومن مسمياته : تفاحة الغراب ، وعنب الحية ، ويسمى في السعودية بـ : شِفْلَحْ .

- وهو عبارة عن شجيرة شوكية تنبت في حوض المتوسط ، والجزيرة العربية ، لحاء جذورها يفيد في علاج أمراض الكبد والطحال ، ثمارها تؤكل لعلاج السكري ، وهي تشبه التين غير أنها حامضية قليلاً .

- أوراقها ، وزهورها يتخذ منها شراباً ساخناً لتفتيت ودفع حصوات المرارة والكلى ، وذلك عن تجربة شخصية ، أزهاره يجتنيها النحل بشراهة ، ويعطي منها عسلاً بنياً مر الطعم غالي الثمن ، شديد النفع .

* خصائصه :

مدر للصفراء ، منشط للكبد ، مضاد للسكري ، مفتت للحصى ، مدر للبول ، مضاد للتشنج .

الليمون Citrus Limonum riss



* تعتبر آسيا الجنوبية الشرقية موطن الحمضيات الأصلي ، إذ تنبت فيه تلقائيًا كأشجار برية ، وهي تجود بالأراضي الطينية والرملية وفي الأراضي الرملية جيدة الصرف أفضل ، وهي شجرة متوسطة الحجم شوكية ، ومنها صنف عديم الشوك ، وثمارها حمضية اللب ، وقشرتها عطرية وتحتوى على زيت الليم

الذى يدخل في تركيب العطور ويدخل في صناعة الصابون ، ويطلق على ثمرة الليمون : بنزهر . باللغة الفارسية ، ومعناها : (قاتل سم) أي مضاد للسموم ، وهي بحق كذلك باستعمال القشرة واللب ، والبذور .

* يصنع منها مشروبًا منعشًا مع إضافة قليل من السكر أو العسل ، ويسمى : ليموناته . وهو غني جدًا بفيتامين C المضاد لداء الحفر .

* أزهاره جميلة ذات رائحة عطرية ، يصنع منها خلال التقطير ماء كولونيا ، وزيت عطرية .

* خصائصه :

مقاوم للحمى ، منعش ، مطهر ، يوقف النزف ، منشط ، مضاد للسموم.

* * *

الصبر Aloe Vera



* ويطلق عليه : ألوه ، ويطلق عليه
في مصر اسم : صبار بلدي .

- وأجود ما يكون بجزيرة سوقطرة
باليمن ، تقطع أوراقه وتشق طولياً ،
ويؤخذ الجيلاتين (لب الورقة) ويعصر
ثم يركز بالغليان ثم يبرد فيتجمد فينتج
مادة صلبة بنية اللون ، سهلة التفتت ،
وهذه المادة لائمه للجروح ، مفرغة

للصفراء ، مقوية للعظام ، ممتازة لعلاج قرحة المعدة ، والإثنى عشر ، وهي مسهل قوي ،
ذكرها رسول الله ﷺ مع الثفاء في حديث : « ما لكم في الأمرين من الشفاء : الصبر
والثفاء » .

* خصائصه :

مفرغ للصفراء ، لائم للجروح ، مسهل .

* * *

القرفة Cinnamomum Zeylanicum nees



- وهي شجرة متوسطة الحجم ترتفع ما بين خمسة إلى ستة أقدام أو ٥ : ٦ أمتار ، يتخذ من لحائها شراب شعبي واسع الانتشار كما تدخل في توابل المطبخ .

- خصائصها : مهضمة ، معرقة ، قابضة للمعدة ، مسخنة ، تساعد على طلق الولادة ، منقية للدم .

* ملحوظة مهمة :

لا تعطى للحامل .

القرنفل Eugenia Caryophyllata Thunb



هي شجرة عظيمة ، جميلة المنظر ، أجود ما تكون في مدغشقر وجزر القمر ، وأندونيسيا ، وكينيا .

- الجزء المستعمل : برعم أزهارها المجففة (كباش القرنفل) ويقطر ويؤخذ منه روح القرنفل الذي يدخل في كثير من معاجين الأسنان ، والحشو المؤقت للأسنان ؛ لخاصيته المسكنة للألم ، ولكن الحذر كل الحذر من استعمال روح القرنفل في أمراض اللثة وخاصة الاستخدام العشوائي لأنه يلهب اللثة .

- وكباش القرنفل يضاف إلى التوابل ، وبعض المشروبات كالشاي فيكسبها طعمًا منعشًا ولذيذًا .

* خصائصه :

يسهل الولادة ، منق للدم ، مسكن للألم وخاصة آلام المفاصل إذا استخدم كدهان .

* * *

الكركم Curcuma Xanthorrhiza



* وهو من أهم
علاجات الكبد ، وهو
الحافظ الأمين للكبد
 والمرارة .

- تؤخذ جذوره
وتجفف ثم تسحق ،
وتدخل في التوابل ، ولا
أرى في جنوب شرق آسيا

أحدًا يستطيع العيش بلا كركم ، فهو يدخل في معظم أغذيتهم ، وحلوياتهم ،
وأصباغهم ، كما يدخل في المعاجين خاصة لبعض الأمراض الجلدية ، فهو مطهر ،
ومضاد للتقرح ، ويخلط بالجير الحي والعسل ويضمده لقرحة (الليشمانيا) ، والكركم
إذا أضيف إلى الحليب وعسل النحل يريح المعدة ويشفي قروحها ، وينقيها عن تجربة
شخصية .

خصائصه :

لائم للقروح ، منق للدم ، مفتت للحصى ، مدر للصفراء ، منشط للكبد .

الهال Elettaria Cerdamomum



* ويطلق عليه بالجزيرة العربية
حب هيل ، ويسمى بالحبهان .

- تنتشر زراعته في سريلانكا ،
والهند ، وجواتيالا ، والمستعمل منه
الثمار التي تحتوي على بذور سوداء
صغيرة ذات رائحة عطرية ، ومذاق رائع
يضاف إلى الحساء والقهوة فيزيدهما
روعة ولذة ، ويحضر منه شراباً ساخناً
ضد الفواق (الزغطة) .

- كما أنه منفث ، ومطهر للأمعاء ، ومهضم ، ومنشط جنسي رائع .

خصائصه :

هاضم ، منق للدم ، دافع للريح ، طارد للبلغم ، مطهر للفم .

* * *

