

الفصل

الخامس

شجرة المورينجا

منذ الثورة الصناعية ١٨٦٠ بدأت الحياة تسير بأيقاع سريع وحاول الانسان مسايرة هذا الايقاع بثتي الطرق ومع مطلع كل شمس جديدة كانت الرفاهيه تزداد وتنتشر بصورة رهيبه وقد ظهرت صناعات الدواء في تلك الأثناء ولسنا ننكر ما قدمته من نفع وخير للبشرية ولن نتجاوز إذا قلنا إنه علي مقدار ما كانت المنفعة كانت الخسائر فلقد تدني جهاز المناعة للجسم وظهرت بعض الأدوية والعقاقير التي تعالج علاجاً وقتياً بل عاجلت بعض العقاقير أمراضاً وأعراضاً علي حساب أمراض أخرى ظهرت بعد العلاج.



وهذه الشجرة معجزة
من الله بمعنى الكلمة لما
تحوية من فوائد عظيمة
وأدعو الله أن نهتم
بزراعتها في كل مكان في
مصر لتعم الفائدة وتعود

بالنفع على شعبنا العظيم كما كانت شهرتها في عصر
الفراعنة وإليك معلومات عن الكنز العظيم المورينجا الرائعة

فالعائلة والأسم العلمي وشجرة البان - شجرة اليسر - شجرة الحياة - أسماء لشجرة المورينجا من صنف وهي أشجار سريعة النمو يصل إرتفاعها إلى أكثر من عشرة ، وتتكاثر بالبذر وتنمو فى الاراضى القاحلة والحارة حيث تتحمل الجفاف وتمتاز بسرعة النمو ، وتعتبر من أسرع الأشجار فى النمو حيث يصل إرتفاعها الى أكثر من مترين فى أقل من شهرين وأكثر من ثلاثة أمتار فى أقل من عشرة أشهر من زراعة البذور وقد يصل ارتفاعها إلى ما بين ٩ و ١٢ متراً خلال ثلاث سنوات. تحتوى عائلة المورينجا على ١٤ صنف من أصناف المورينجا المختلفة ، ولها عدة أسماء حول العالم ، فيما يطلق عليها في بعض المواقع الغربية اسم شجرة الحياه أو الشجرة المعجزة لانها تحمل جوانب انسانية عديدة للفقراء لما يمكن أن تمثله من مصدر غذائي كامل لهم لاسيما أنها تنمو برياً وتنتشر فى بلاد عديدة من قارتى آسيا وأفريقيا وتحتوى على كالسيوم يوازى محتوى أربعة أمثال من الحليب ومن البوتاسيوم ما يوازى ثلاثة أضعاف محتواه فى الموز وتحتوى على فيتامين ج بما يوازى سبعة مرات من عصير البرتقال وفيتامين أ أربعة أضعاف محتواه فى الجزر ومن الحديد ما يوازى ثلاثة أضعاف ما فى السبانخ ومن البروتين ما يعادل مرتين فى الحليب أو ما يعادل بيضة ويطلق على شجرة المورينجا من صنف *Moringa Peregrina* شجرة البان وقد تغنى بها الشعراء ونالت إهتمام العديد من الباحثين

ولها فوائد عديدة نظراً لقيمتها الغذائية ومازال العلماء يعملون على اكتشافها، وشجرة البان يطلق عليها بالعربية اسم اليسر أو الحبة الغالية أو شجرة الفقراء

ويقال أن زيت هذه الشجرة يفوق في قيمته الغذائية زيت الزيتون



وهذه الشجرة تساعد على علاج
أنيميا الدم وأمراض القلب
والمخ والأعصاب والسرطان
والسكر إلى جانب مفعوله في
الوقاية من الإصابة بفقدان البصر
الناتج من نقص فيتامين أ فيما

أجمع عدد من الأطباء على القيمة الفعالة للشجرة في علاج أمراض
التهاب المثانة والبروستاتا والسيلان والزهرى والحمى الصفراء
والروماتيزم والشجرة المعجزة تتميز بالآتى:-

- تنقية المياه: معالجة مياه الشرب ومياه الصرف .
- إستخدامات طبية :ورد عنها في الطب الشعبي الهندي أنها تعالج ٣٠٠ مرض لإحتوائها على الحمض الدهني الغير مشبع مثل حبة البركة .
- غذاء للإنسان :يستخلص من جميع أجزاء الشجرة مواد غذائية عالية القيمة وتطبخ أوراقها كالسبانخ ونسبة الحديد بها أكثر .
- للحيوان : يصنع منها علف جيد للحيوانات .

أسماء: تم استخراج غذاء للأسماك في نيكاراغوا من الشجرة النحل: نظراً لنضارة الزهرة طوال العام أصبحت مرغى مفضل للنحل - إستخدامات زراعية - : جذور الشجرة المتشعبة مثل الشمسية تزيد نسبة الرطوبة في التربة حتى في أوقات الجفاف- تستخدم كحاجز للرياح والأتربة بين القطع الزراعية وتلقى بظل كبير نظراً لإرتفعها؛ فقد يصل لـ ١٢ متر- يستخرج منها سماد أيضاً

- الزيت: لأن ورقها يحوى نسبة ٤٠ % من زيت يضاهاى زيت الزيتون- الورق من خشب جزع الشجرة.



- وقود: من الزيت والخشب

- النسيج : خشب الشجرة المميز يساعد في صناعة ألياف تستخدم في النسيج

- المشروبات: تقوم بعض الشركات الآسيوية بصناعة مشروب منعش مثل المشروبات الغازية

- مستحضرات التجميل: من الزيوت وتطحن بعض الأجزاء لصناعة بودرة تجميل

الشجرة يصل إرتفاعها إلي خمسة أمتار في عامها الأول وعند

زراعتها زراعه كثيفه تعطي انتاج خضري قدر في بعض التجارب ب ٢٧٠ إلى ٣٠٠ طن/ فدان سنوياً باجمالي تسع حشاشات في السنه بما يعادل ٦٥٠ إلى ٧٠٠ طن سنوياً ومن العجيب أن أوراقها وأزهارها وثمارها تؤكل خضراء وتطهي أو تجفف وتشرب كالشاي أو تستخدم كالبهارات والتوابل في إعداد الطعام ذكرها كثير من مؤلفي الطب الشعبي ومن أمثال داوود الأنطاكي وأيضاً ابن البيطار كما أجريت عليها العديد من الأبحاث في مختلف دول العالم وثبت أن لها تأثير معالج لأكثر من ثلاثائه مرض مختلف وهنا تجدر الاشاره الي أهم الأمراض التي تتفاعل معها وتعالجهم بشكل ممتاز السكر- الزهايمر - هشاشه العظام -الضعف الجنسي عند كلا من الرجال والنساء - بعض أنواع من السرطانات- أمراض القلب -علاج الجروح والحروق وغيرها الكثير .

ومن عجائبها التي لا تنتهي أن مخلفاتها تستخدم في العلف الحيواني وأعطت زيادة في اللحم ٣٢% وفي إدرار اللبن من ٤٣:٦٥% وتم إجراء تجارب في كلية الطب البيطري جامعة القاهرة علي استخدامها كاضافه لعلف الدواجن والنتائج مرضية حيث اعطت فروق معنويه طيبة وكذلك تم تجربه العصير الناتج من الافرع الغضه في عمليات التسميد المختلفه وخاصه الورقيه واعطت فروق معنويه عاليه زياده في المحصول من ٢٥% الي ٣٥% كل هذا وأكثر والمتعارف عليه أنها هي مصدر للبان الذكر والذي كثيراً ما استخدم لعلاج الكثير من الأمراض

شعبياً وطريقة التحضير ملعقة شاي علي كوب من الماء ويغلي علي النار جيداً ثم يترك ١٠ دقائق ويشرب ويمكن إضافة سكر أو عسل نحل. ولشجرة المورينجا فوائد طبية مثل:-

- إن أوراقها غنية المحتوى بالبيتاكاروتين وفيتامين أ و ج والحديد والبروتين والبوتاسيوم والفسفور، وهي تشكل غذاء متكامل في بعض مناطق أفريقيا، وتستخدم الأوراق أيضاً كمكمل غذائي لمصابي مرض نقص المناعة في بعض بلدان أفريقيا؛ وذلك لما تحويه من نسبة عالية من الفيتامينات.

- يستخدم مسحوق الأوراق بعد تجفيفها كتوابل تضاف للوجبات الغذائية.

- أثبتت التجارب أن إضافة أوراق المورينجا إلى غذاء النساء المرضعات أدى إلى زيادة إدرار الحليب لديهن، وعصير الأوراق يخفض ضغط الدم العالي، وهو فعال في إدرار البول.

- تحتوي الأوراق على سبعة أضعاف فيتامين ج الموجود في البرتقال، وثلاثة أضعاف محتوى الموز من البوتاسيوم، وأربعة أضعاف ما يحتويه الحليب من الكالسيوم، وأربعة أضعاف محتوى الجزر من فيتامين (أ) وضعفاً محتوى الحليب من البروتين كما سبق.

- السيقان تستخدم كحطب وقود في المجتمعات الريفية.

- ينتج اللحاء مادة صمغية تستخدم في بعض صناعات الدواء، وتستخدم

أيضاً في علاج الإسهال .

- جذور المورينجا، علاج للروماتيزم في بعض المناطق

- وأما البذور، فهي تعتبر الجزء الأهم في هذه الشجرة؛ حيث تتعدد استخداماتها، ومنها في مقاومة البكتيريا المسببة للأمراض الجلدية، كما تستخدم كمنشط جنسي، وتحتوي البذور على ما يقدر بنحو ٣٥ بالمئة من مكوناتها زيت حلو المذاق غير لزج يستخدم في أغراض الطبخ، إضافة إلى كونه زيتاً هاماً في صناعة بعض العطور، وكريمات العناية بالشعر، ومصدر للطاقة والوقود الحيوي ويتميز الزيت باحتوائه على مواد مضادة للبكتيريا تستخدم في الأغراض الطبية والعلاجية، كما يتميز أيضاً بعدم قابليته للترنخ، واحتراقه بغير انبعاث دخان منه، وعدم وجود طعم مميز له؛ مما يجعله من أفضل، بل وأوائل زيوت الطعام.

- استخلاص الزيت من البذور يتم بعد تحميصها وجرشها، ثم غليها في الماء؛ حيث يطفو الزيت فوق سطح الماء، ويتم تجميعه، أما ما يتبقى من البذور فيستخدم كمخصب للتربة.

- ومن أهم استخداماته تنقية المياه بما تبقى من البذور بعد استخلاص الزيت، عن طريق إضافته لخزانات المياه؛ وذلك لما له من خاصية تجميع وترسيب الشوائب الصلبة العالقة بالمياه بما يشبه المصيدة، فيعمل على تنقية المياه من الشوائب ومن البكتيريا في آن واحد .

وقد وجد أن للمستخلص المائي لبذور المورينجا قدرة عالية على إزالة العكارة، والمواد العالقة، ومعظم الطحالب والبكتيريا الموجودة بالمياه. يمكن أن تؤكل الأوراق leaves إما طازجة أو مطبوخة مثل السبانخ، كما يمكن أن تجفف وتطحن في صورة مسحوق يمكن إضافته إلى الصلصات أو الشوربة كما يمكن الاستفادة من القرون pods وهي خضراء، ويمكن أن تؤكل كاملة، وعندما تجف يمكن أن نستخدم البذور المكونة في الأكل كالبسلة والحمص والمكسرات .
