

عائدة أحمد الرواجبة

العلاج بالزيت والزيتون

دار الحضارة

جميع حقوق الطبع محفوظة

الادعاء القانوني: 1510 / 2002

ردمك: 92-907-9961

دار الحضارة

ص ب 04 بئرالتوتة / الجزائر

هاتف / فاكس: 41 34 44 (021)

المقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم

لا أدري ماذا أقدم لهذه الشجرة المباركة التي أقسم المولى عز وجل بها في قوله تعالى من سورة التين: (والتين والزيتون وطور سنين)...

والتي قد مدحها المولى سبحانه وتعالى في سورة النور: (يوقد من شجرة مباركة زيتونة لا شرقية ولا غربية يكاد زيتها يضيء ولو لم تمسه نار...)...

وقوله تعالى: (وشجرة تخرج من طور سيناء تنبت بالدهن وصبغ للأكلين) □ المؤمنون: ٥٢.

وقد ذكرها الله سبحانه وتعالى من جملة النعم التي أنعم بها علينا فقال تعالى: (والنخل والزروع مختلفاً آكله والزيتون والرمان...) □ الأنعام: ١٤١.

وقال تعالى: (ينبت لكم به الزرع والزيتون والنخيل والأعناب) □ النحل: ١١٠.

وقال تعالى: (فأنبتنا فيها حباً . وعنباً وقضباً . وزيتوناً ونخلاً...) □ عبس: ٢٧-٢٩.

وقد ورد من المروي عن رسول الله صلى الله عليه وسلم من طريق عمر بن الخطاب وأبي أسيد وأبي هريرة وابن عباس رضي الله عنهم قوله صلى الله عليه وسلم: «كلوا الزيت وادهنوا به فإنه من شجرة مباركة».

وقد تناول هذه النبتة الطيبة أطباء العرب وبيّنوا فوائدها العلاجية إلى أن ظهر الطب الحديث فأضاف الكثير الكثير من الفوائد العلاجية للزيت والزيتون أقدمها لك أخي القارئ والله الموفق.

obeikandi.com

« الزيتون »

شجرة مثمرة بطيئة النمو، مديدة العمر، ساقها ضخمة عجاء، قشورها سنجابية، مغلقة، كامشة، أغصانها غليظة، أفنانها مستدقة، أوراقها عروية صغيرة، معنقة متقابلة، سنانية النصل الكامل، البسيط الجامد ازهارها سنبلية التجميع، ابطي الارتكان، سنبلته تُدعى سبلة، أزهارها خنشوية صغيرة، لونها أصفر، كؤوسها رباعية التفريخ، تويجاتها جلجية الشكل، ثمارها لحمية السوذنق، خضراء اللون، بيضية أو مستطيلة، عجامها خشبية صلبة، بذورها لوزية. (٧)

الزيتون غني جداً بالكارتين والفيتامينات وخاصة فيتامين «هـ» فيتامين الأعصاب للرجل والمرأة على السواء وفيتامين «ث» و«ف»، حامض لينولييك ١٥٪ بوتاسيوم كبريت فسفور حديد ماغنيزيوم غلويور بروتين وكلوروفيل.

يُذَق الزيتون الناضج ويوضع على الدم والخراج فيعجل في شفائهما. زيت الزيتون مضاد للسموم يُشرب لمنعه من التسرب خارج المعدة ولكن لا يسوغ شربه إلا بعد اليأس من الأدوية المقيئة، غير أنه لا يسوغ شربه في حال التسمم بالفسفور أو القروح.

إنَّ شرب ملعقة طعام من زيت الزيتون على الريق علاج ناجح للعلل الكبدية ويسهل بالتالي انزلاق الطعام دون أي عائق، ويضاد التخمير، ومن يعاف شربه فليمزجه بعصير الليمون الحامض.

ولسقوط الشعر يُدلك بزيت الزيتون الجيد مساءً ويترك حتى الصباح فيُغسل بالماء الفاتر وصابون مرسيليا - يوجد في الصيدليات - وذلك مدة ١٠ أيام.

وللنقرس الحاد أو المزمن مقدار من زهر البابونج مع ٨ أضعافها من زيت الزيتون تسخن في حمام ماريا.

وللتشقق يمزج زيت الزيتون مع مثله من الغليسرين ويُدلك الموضع به .
وللضغط الدموي المرتفع تُغلي ٢٠ ورقة زيتون في ٣٠٠ غ ماء وتُغلى
حتى يتبخر الثلث. يُشرب صباحاً ومساءً مدة ثمانية أيام.
انقطاع أسبوع وإعادة الشرب عند الاقتضاء.

التركيب:	أخضر	جاف
ماء	٤٧,٥٠	-
مواد أزوتية	٠,٧٦	٣,١٠
مواد دهنية	١٤,٤٨	٥٨,٨٥
مواد استخراجية	٨,٠٤	٣٢,٧٦٥
سليولوز	,٩٠	٣,٦٨
زئاد	٠,٤١	١,٧٠

أملاح معدنية، فوسفور، كبريت بوتاسيوم ١٪ غ ماغنيزيوم، كلسيوم،
كلور، حديد، نحاس، منغانيز، كاروتين، فيتامين «أ» ٨٠٪ ملغ، وفيتامين «ب» -
«ث» - «هـ» ٨٪ ملغ و«ف».

الحريريات ٢٢٤ / ١٠٠ غ، في الزيت ١٠٠ .

الميزة: مفيد، مفرز للصفراء والكبد، ملين . يوصف لنقص الإفراز الكبدي،
الحصى الحرارية، القبض التشنجي، يوصف للمصابين بالسكري.

من الخارج: الدم، الخراج، فقر الدم، الأكزيما، التشقق، البثور، الكساح،
استسقاء اللثة، سقوط الشعر ولآلام مختلفة (١).

(١) - انظر : «معجم النباتات الطبية» وديع جبر.

«فوائد الزيتون الطبية»

عرف الفراعنة قيمة أشجار الزيتون، واهتموا بزراعتها وكانت شجرة الزيتون مقدسة ولها علاقة دينية خاصة بالآلهة بتاح وتحوت وحوريس وست وجاء في بردية هاريس: أن رمسيس الثالث أنشأ مزرعة كبيرة لأشجار الزيتون حول معبد الشمس في مدينة «أون» - منطقة عين شمس حالياً - وأدرك الفراعنة الفوائد الغذائية والطبية لثمار الزيتون وجاء في بردية ايبرز الطبية أن زيت الزيتون علاج للكبد، طرد الديدان من المعدة والأمعاء ولعلاج الإمساك.

كما استعملوا زيت الزيتون كدهان لعلاج حالات سقوط الشعر وبعض الأمراض الجلدية.

أما العرب فقد عرفوا قيمة وفوائد أشجار الزيتون العريقة المعمرة التي تعيش حوالي ألفي عام، وظلت تلك الشجرة تزامح النخل على لقب شجرة العرب، سواء في الغذاء والعلاج.

فشجرة الزيتون تشكل المؤونة الأساسية في بيت الغني والفقير على السواء، واستعمل الزيت في الطب العربي الإسلامي مليئاً وترياقاً لكثير من السموم الكاوية، وعنصراً هاماً في المراهم والدهانات الطبية.

«تحليل علمي آخر لفوائد الزيتون الطبية»

التحليل العلمي والفوائد الطبية:

أكدت الأبحاث أن الزيتون يحتوي على نسبة عالية من الماء تبلغ حوالي

٣٠٪ وعلى زيت من ١٥ إلى ٥٠٪ ومواد بروتينية حوالي ٥٪ ومواد كربوهيدراتيه حوالي ١٠٪ وأملاح معدنية أهمها الفوسفور والحديد والكالسيوم، كما يوجد به فيتامينات «أ» بكميات كبيرة وفيتامين «ب» الغني بالمواد المعدنية .

ويمتاز الزيت بلونه الأصفر المائل للإخضرار وله رائحة مستحبة مميزة وهو من الناحية الطبية يعتبر ملطفاً ومليناً كما يفيد في علاج بعض أمراض المرارة، ويدخل في صناعة بعض أنواع الصابون الطبي والبلاستر والدهانات الطبية.

أما أوراق الزيتون فتحتوي على مواد قابضة، أهمها مادة التانين القابضة وتستعمل كغرغرة ومقوية ومضادة للحميات، ويقال أن مغلي أوراق الزيتون يفيد في إيقاف الغرغرينا وقد اتضح علمياً أن لأوراق الزيتون نفس خواص الراوند تقريباً نظراً لاحتوائها على المواد المرة ومن المعروف أن مادة التانين المستخرجة من أوراق الزيتون تستخدم أيضاً في عملية دباغة الجلود.

أثبتت الدراسة العلمية التي استغرقت سنوات طويلة تحت إشراف منظمة الصحة العالمية أن زيت الزيتون يوفر لمستهلكيه ٣٥٪ من الوحدات الحرارية ويذيب الكوليسترول في مجرى الدم - الكوليسترول هو مادة دهنية تؤثر في عمل القلب والدورة الدموية - ومن ثم يساعد زيت الزيتون على صحة الإنسان سواء في شبابه، أو في كهولته لأن هذا الزيت يعتبر من أفضل أنواع الزيوت على الإطلاق، لأنه لا يترسب على جدران الشرايين بالإضافة إلى أنه يساعد في علاج كسل الكبد وينشط افراز الصفراء وينظف الجهاز الهضمي.

أما بالنسبة لدهن الجسم بزيت الزيتون فيكسبه ليونة ومرونة ولهذا يعتبر الصابون الذي يدخل في تركيبه زيت الزيتون هو أفضل أنواع المنظفات المفيدة للجسم ... هذا بالإضافة إلى أنه من الناحية الغذائية وجد أن زيت

الزيتون أكثر فائدة من السمن صحياً وأرخص منه مادياً.

الاستخدام الداخلي:

لعلاج الإمساك وطرده الحصوات المرارية وتنشيط إفراز الصفراء - كسل الكبد - يستخدم زيت الزيتون بمعدل ملعقة واحدة صباح كل يوم على الزيق.

لحالات ضعف المعدة والحميات والغرغرينا ... يستخدم مغلي أوراق الزيتون بمعدل كوب.

لارتفاع نسبة الدهون في الدم يستعمل زيت الزيتون في الطعام بدلاً من السمن والزيوت الأخرى صباحاً على الزيق.

الاستخدام الخارجي:

لازالة أورام، والتهابات اللوزتين والبواسير تستخدم ثلاث حبات من الزيتون بعد اخراج النواة، ثم تهرس وتستعمل على هيئة لبخات موضعية.

ضد خشونة البشرة وضعف الشعر يستعمل الزيت كدهان موضعي مع التدليك.

كحالات ترهل اللثة والنزيف يستخدم مغلي أوراق الزيتون على شكل مضمضة ثلاث مرات يومياً.

التين والزيتون غذاء ودواء:

بما أن الزيتون يحتوي على كمية عالية من الدهون والبروتينات والأملاح المعدنية سهلة الهضم فإن التين والزيتون معاً يحتويان على سكريات وبروتينات و«دهنيات وفيتامينات وأملاح وأحماض أمينية أساسية وبذلك تكون هاتان الثمرتان مجتمعتين معاً توافران للجسم كل ما يحتاجه من غذاء وسعرات حرارية بالإضافة إلى أهميتها في وقاية الإنسان من الإصابة بالأمراض^(١)

(١) - «الطب الإسلامي» مختار سالم.

«فوائد الزيت والزيتون العلاجية عند ابن سينا»

ابن سينا الزيت والعلاج بالزيت والزيتون :

الزيتون شجرة عظيمة يوجد في بعض البلاد وقد يعتصر من الزيتون الفج الزيت، وقد يُعتصر من الزيتون المدرك، وزيت الأنفاق هو المعتصر من الفج وقد يُعتصر من زيتون أحمر متوسط بين الفج والمدرك وفعله متوسط بين الأمرين.

الزيتون النضيج حار وزيته إلى رطوبة، والفج بارد وخشبه وورقه بارد، وإذا عتق زيت الأنفاق الفج جداً صار في طبع زيت الزيتون الحلو.

جميع أنواع الزيت مقو للبدن مبسط للحركة، ماء الزيتون المملح أقوى من ماء الملح في التنقية، والزيتون مما يغذوا قليلاً، ورق الزيتون البري جيد للداحس، ويمنع العرق تمسحاً بزيت الزيتون البري، وهو كدهن الورد في كثير من المعاني، ويحفظ الشعر ويمنع سرعة الشيب إذا استعمل في كل يوم.

البري نافع للحمرة والنملة والأورام الحارة ويحلها. وعكر الزيتون دواء للأورام الحارة في الغدد خصوصاً مع ورقه. زيت الزيتون البري المعتصر ينفع من القروح الرطبة واليابسة والجرب

زيتون المربي بالماء والملح إذا ضمد به جرق النار يتنغط وينقي القروح الوسخة، وشمع الزيتون البري ينفع من الجرب المتقرح. وزيت العتيق ينفع للمتقرسين إذا دهنوا به.

ورق الزيتون يطبخ بماء الحصرم حتى يصير معقداً كالعسل ويطلى على الأسنان المتآكلة فيقلعها.

زيت الزيتون البري كدهن الورد في منفعة الصداع. يجفف عصارة البري ويقرص ويحفظ لعلاج سيلان الأذن.

وزيت الزيتون البري نافع للثة الدامية تمضمضاً به ويشد الأسنان المتحركة. وصمغ الزيتون البري نافع لوجع الأسنان المتآكلة إذا حُشيت به، وزيت العقارب من أشرف الأدوية لوجع الأذن قطوراً.

يكتحل بالزيت العتيق لظلمة العين، وعكره يقع في أدوية العين. وورقه المحرق بدل التوتيا للعين، وصمغه للغشاوة والبياض وغلظ القرنية.

وعصارة ورقه للجحوظ ولقروح القرنية والنوازل. والبستاني أوفق للعين من البري. وصمغه أيضاً يجلو العين ووسخ قروحها ويجلو الماء والبياض، الزيتون الأسود مع نواه من جملة البخورات للربو وأمراض الرئة.

عكر الزيت على بطن المستسقي والزيتون بحالة عسر النضج، والمملوح من غليظه، يشد الشهوة ويقوي المعدة ويولد كيموساً قابضاً.

زيت الانفاق جيد للمعدة. (١)

(١) - « القانون في الطب » للشيخ الرئيس ابن سينا.

«فوائد الزيتون العلاجية عند داود الأنطاكي»

□ زيتون ○ من الأشجار

الجليلة القدر العظيمة النفع يغرس قضبانا من تشرين إلى كانون فيبقى أربع سنين ثم يثمر فيدوم ألف عام لتعلقه بالكوكب العالي وموضعه كل مازاد عرضه على ميله واشتد برده وكان جبليا ذا تربة بيضاء أو حمراء وهو بري وبستاني وكل منهما ذكر وأنثى وجميع أنواعه مطلوبة والزيتون قد أجمع الجل على أنه بارد يابس في الثانية وحطبه حار في الأولى وثمره إن لم ينضج فبارد في الثانية يابس فيها وإلا فكورقه وصمغه حار في الأولى يابس فيها أوفي الثانية وجميع أجزائه قابضة إذا حرقت أغصانه الغضة مع ورقه في كوز جديد ثم سحقته وعجنت بشراب وأعيد حرقتها كانت أجود من التوتيا في جميع أفعالها في العين وإن مضغ ورقه أذهب فساد اللثة والقلاع وأورام الحلق وإن دق وضمد به أو بعصارته منع الجمرة والنملة والقروح والأورام وختم الجراح وقطع الدم حيث كان مجرب.

وإن ضمدت به السرة قطع الإسهال ورماده بماء ثمرته والعسل يذهب داء الثعلب والحية والأبرية والسعفة وإن دقت الأوراق والأطراف الغضة ووضعت فوق العرقوب بأربعة أصابع من الجانب الوحشى حتى يقرح جذب ما في عرق النساء وأبراه مجرب وإن طبخ بالشراب حتى يتهرى سكن النقرس والمفاصل طلاء أو بماء الحصرم حتى يصير كالمرهم قلع الأسنان طلاء بلا آلة وعصارتها إذا حقن بها أذهبت قروح الأمعاء والمعدة وإن احتملت قطعت السيلان والرطوبات وإن طبخت أجزاؤه كلها بماء الكراث والصبر حتى تمزج كانت الدواء مجربا لأمراض المقعدة خصوصا الباسور والاسترخاء وصمغه

أجود من الكندر بحد الدهن ويلصق الجراح ويصلح الأسنان المتآكلة ويقطع السعال المزمن والخراج البلغمي كيف استعمل .

وأما ثمرته فإن أخذت فجأة ورضت وغير عليها الماء حتى تحلو واستعملت بالملح والحوامض مع الأطعمة جودت الشهية وقوت المعدة وفتحت السدد وحسنت الألوان وهذا هو الزيتون الأخضر وإن أخذت بلا دق ووضع في ماء طبخ فيه الجير ذهب مرارتها في يومها وهذا هو الزيتون المكس ولا شيء مثله في الهضم والتسمين وتقوية الأعضاء إلا أن الأخضر السابق أبطأ منه انحدارا وإن نضجت فأجود ما أكلت بأن تبقى في زيتها كالمجلوب الآن من المغرب وقد يسلق حتى تذهب مرارته ويملح فيرفع وهذا صالحان للبلغميين والمرطوبين ومع الأمراق الدهنة والحلاوات والإكثار منهما يولد السوداء ويهزل البدن وربما ولد الحكمة والجرب وينبغي أن يختار من ثمرة الزيتون السبط المستطيل الصغير الذي إذا قشر كانت نواته سبطة والكبار منه الذي في نواه كالشوك الذي بمصر لا خير فيه فإنه يولد الأخلاط السوداء.

ونوى الزيتون إن بخر به قطع الربو والسعال، ولب النوى إذا ضمدت به الأضفار البرصة قطع برصها وأصلحها إصلاحا قويا والرطوبة السائلة من قضبانها عند حرقه كحل جيد للدمعة والسبل ورخاوة الأجفان، وحكى لي رجل أنه رأى على ورق الزيتون جلاله كاملة وأنه جرب حمل ذلك لقطع الصداع المزمن وأي جزء منه طبخ وطلّي به أذهب الداع المزمن والشقيقة والدوار، وإذا رش البيت بطبخه أذهب الهوام.

ومن خواصه: أن حمل عود منه يورث القبول وقضاء الحوائج وجعله في البيت يورث البركة والزيتون يضر الرئة وإدمانه يحرق الخلط وتصلحه الحلاوت (١)

١ - تذكرة أولي الألباب «لداود الأنطاكي» .

«فوائد الزيتون العلاجية عند ابن البيطار»

زيتون : جالينوس: في السادسة: ورق هذه الشجرة وعيدانها الطرية فيها من البرودة بمقدار ما فيها من القبض، وأما ثمرتها فما كان منها مدركاً نضيجاً مستحكماً النضج فهو حار حرارة معتدلة، وما كان منها غير نضيج فيها فهو أشد برداً وقبضاً.

ديسقوريدوس: الزيتون البري وورقه قابض إذا دق وسحق وتضمد به منع الحمرة من أن تسعى في البدن ومنع النملة والقروح والبثر التي تسمى أبرنقش وهي النار الفارسية، والقروح الخبيثة، وتنفع من الداحس، وإذا تضمد به مع العسل قلع الخشكريشة وقد ينقي القروح الخبيثة الوسخة، وإذا خلط بالعسل وتضمد به حلل الورم الذي يقال له فوخثلن والأورام الحارة ويلزق جلد الرأس إذا انقلع، وإذا مضغ أبراً القروح التي في الفم والقلع، وإذا تضمد بالورق مع دقيق الشعير كان صالحاً للإسهال المزمن وعصارتة وطبيخه يفعلان ضد ذلك، وعصارتة إذا احتملت قطعت سيلان الرطوبات السائلة من الرحم المزمنة ونزف الرطوبات المزمنة ونزف الرطوبات المزمنة إليها، ولذلك تقع في أخلاط الشياقات لتأكل الأجفان وسلاقتها، وإذا أردت أن تخرج عصارة الورق فدقه ورش عليه في دقك إياه شراباً أو ماء ثم اعصره ثم جفف العصارة في شمس: ثم أعملها أقراصاً، والعصارة التي يقع فيها شراب هي أقوى من العصارة التي يقع فيها الماء وأصلح للخرن منها، ويصلح للأذان

التي يسيل منها القيح والأذان المتقرحة وقد يحرق الورق مع الزهر فيستعمل بدل التوتياء إذا لم تكن حاضرة بأن يؤخذ ويجعل في قدر من طين ويطين رأسه بطين ويرفع في أتون ويودع حتى يستوي ما في الأتون ويصير خزفاً.

ومن بعد ذلك يرش عليه شراب ويبرد ثم يعجن ثم يحرق أيضاً ثانية مثل ما أحرق أولاً ثم يغسل، كما يغسل أسفيداج الرصاص، ثم يعمل أقراصاً، وقد يظن به أنه إذا أحرق على هذه الصفة أنه ليس بدون التوتياء في منفعه العين، ولذلك يتوهم أن قوته مثل قوتها وثمره ورق الزيتون البستاني شبيهة بقوة ورق الزيتون البري غير أن قوة البستاني أضعف وهو أكثر موافقة من البري للعين لأنه أسلس وأخف عليها منه.

ابن سينا: ورق الزيتون يقبض وينفع من تآكل الأسنان إذا طبخ وأمسك العليل ماء في فمه. التجربتين: ورق الزيتون يطبخ بماء الحصرم حتى يصير كالعسل ويطلق به على الأسنان المتآكلة فيقلعها.

الطبري: وإذا احتقن به نفع من قروح المقعدة الباطنة والرحم، وورق الزيتون البري إذا أحرق وضمده به معجوناً بالماء الحار عرق النساء فوق العرقوب بأربعة أصابع من الجانب الوحشي ويترك عليه حتى يتقرح الموضع كان ذلك من مرة واحدة أو من أكثر فإنه يسيل من الموضع مادة كثيرة ويتآكل اللحم الذي خلل الليف وتبرأ بذلك الشكاية جملة ثم يعاني الموضع بالأدوية الملحمة.

ديسقوريدوس: بدله وزنه من السائلة من رطب خشب الزيتون البستاني إذا ألهب فيه النار إذا تلطخ به أبرأت النخالة التي في الرأس والجرب والقوباء.

الفلاحة: إن علق بعض عروق الزيتون على من لدغته العقرب بريء وإن أخذ عروق شجر الزيتون وورقها وطبخها بالماء وتضمض به وهو حار من شكى رأسه من برد سكن الوجع وإذا صبه المزكوم على رأسه حلل رطوبة كثيرة وأحدرها وخفف الزكام، وإن اكب على بخار هذا الماء وصبر على ذلك

حتى يبرد وينفذ بخاره أخذ رطوبة من المنخرين والرأس وهو دواء جليل المقدار لهذه العلة.

ديسقوريدوس: «وثمر الزيتون إذا خلط بشحم ودقيق قلع الأثار البيض العارضة للأظفار وأما الزيتون الذي يقال له قولسادس، وهو زيتون الماء إذا كان مسحوقاً وتضمده به لم يدع حرق النار أن يتنقط وينقي القروح الوسخة.»
إسحاق بن عمران: «الزيتون الأخضر بارد يابس عاقل للطبيعة دابغ للمعدة مقول شهوتها بطيء السهضم رديء الغذاء فإذا ربي بالخل كان أسرع انهضاماً وأكثر عقلاً للبطن، وإذا عمل بالملح اكتسب منه حرارة وكان أطف من المنقع في الماء.

ديسقوريدوس: «وماء الملح الذي كبس فيه الزيتون إذا تمضمض به شدة اللثة والأسنان المتحركة والزيتون الحديث الذي لونه لون الياقوت ما يحبس البطن وهو جيد للمعدة، وأما الزيتون الأسود النضيج فإنه سريع الفساد رديء للمعدة غير موافق للعين، وإذا أحرقت وتضمده به منع القروح الخبيثة من أن تسعى في البدن وقلع القروح المسماة أبتراش.»

أما الزيتون الأسود فحار يابس وهو أسرع انهضاماً من الأخضر، وإذا انهضم في المعدة انقلب إلى الصفرة ثم تعفن فصار أسوداً، ولذلك صار فاسداً مظلماً للعينين.

إسحاق بن عمران: «الزيتون الأسود مع نواه من جملة البخورات للربو وأمراض الرئة. ابن سينا: والخلط المتولد من الزيتون قليل مذموم فإن أكل في وسط الطعام أحد الشهوة وقلل إبطاء الطعام في المعدة.»^(١)

(١) - «الجامع لمفردات الأدوية والأغذية» ابن البيطار.

« فوائد ورق الزيتون العلاجية »

ورق الزيتون :

يستعمل الزيتون استعمالات علاجية كثيرة فورقه يمضغ لعلاج التهابات اللثة والحلق لوجود التينين به، والزيتون نفسه يدق كما هو ويستعمل لبخاً على الأورام باردة أو ساخنة ولا سيما أورام اللوزتين والحلق، والتواءات القدم أو المعصم، ويستعمل العوام زيت الزيتون شراباً على الريق كملين ومفتت للحصى، ولكن التمادي في شربه يسبب تراكم الشحم على الأعضاء الباطنية كالقلب والكلى، ويؤدي إلى عواقب سيئة.^(١)

ورق الزيتون في علاج ضغط الدم العالي:

يغلى ١٠٠ غرام ورق زيتون أخضر في قنينة من الماء على النار، يؤخذ كل يوم ثلاث مرات ١٠٠ غرام ورق زيتون أخضر في قنينة من الماء على النار، يؤخذ كل يوم ثلاث مرات فنجان قهوة لمدة خمسة أيام وبعد الانتهاء من هذا العلاج... يضاف ملعقة صغيرة دبس عنب إلى كوب من الماء العادي، تؤخذ ثلاث مرات يومياً بعد الأكل بساعة لمدة عشرة أيام.^(٢)

(٢) - « أسرار الطب العربي القديم والحديث » سعيد كوبلي.

« فوائد عكر الزيت العلاجية عند ابن البيطار »

زتيار: الرازي: هو ثقل الزيت. جالينوس في الثانية: هذا الثقل هو من جوهر أرضي حار إلا أن حرارته ليست بكثيرة فيخرج به إلى التلذيع المتين فإن هو طبخ كان أغلظ وأشد تجفيفاً فليوضع في الدرجة الثانية من درجات التجفيف والاسخان ممتدة، وبسبب هذا يبشفي القروح التي تحدث في الأبدان اليابسة ويفتح القروح الحادثة في غيرها من الأبدان كلها لأن فيها تهيجاً وتغيراً كمثل ما في الراتينج والزفت اليابس والقفر، فإن هذه أيضاً تدمل الخراجات والنواصير الحادثة في الأبدان اليابسة وتفتح وتنفذ ما يحدث في الأبدان الأخر كلها جداً.

ديسقوريدوس: هو عكر الزيت إذا طبخ في إناء من نحاس قبرسي إلى أن يثخن ويصير مثل العسل كان قابضاً وصالحاً لما يصلح له الحوض ويفضل على الحوض بأنه إذا خلط بعسل أو شراب ساذج أو شراب أونومالي ولطخ به كان صالحاً لوجع الأسنان والجراحات وقد يقع في أخلاط أدوية العين وأخلاط المراهم وإذا عتق كان أجود له وتهياً منه حقنة نافعة للمعدة والقرح في الرحم، وإذا طبخ بماء الحصرم إلى أن يثخن ويصير مثل العسل فلطخ به على الأسنان المتأكلة قلعها وإذا خلط بالدواء الذي يقال له جامالا ون مع نقيع الترمس ولطخت به المواشي قلع جربها، وأما ما كان منه حديثاً لم ينضج فإنه إذا سخن وصب على المنقرسين والذين بهم وجع المفاصل نفعهم وإذا لطخ على جلد ووضع على بطون المحبونين حط الانتفاخ العارض لهم.

الزيوت النباتية

تزداد اهمية الدور الذي تلعبه بعض المواد الدهنية الغذائية يوماً فيوماً حتى توشك ان تصبح مشكلة الساعة الطبية، لانها تعتبر - من جهة - مورداً حرارياً لا غنى عنه للانسان وتعتبر - من جهة ثابتة - سبباً في حدوث علل وامراض ترزح البشرية تحت وطأتها.

وقد عقدت في السنة الماضية، عدة مؤتمرات وألقى كثير من المحاضرات في ردهات الجمعيات الطبية العالمية، كان مدار البحث فيها أثر المواد الدهنية في احداث الامراض، والاثر الحسن للزيوت وتطوراتها.

الزيوت النباتية تقلل مقادير الكوليسترول في الدم :

من المعروف ان للكوليسترول دوراً حيوياً عظيم الأهمية في جسم الانسان وانه عنصر فيزيولوجي طبيعي في الدم، ومقداره يبلغ ٨٠ ر ١ غرام في اللتر الواحد من دم شخص بالغ في صحة جيدة.

فإذا زاد هذا المقدار امكن ان يؤدي مع الزمن، الى اضطرابات عضوية قد تتناول الاوعية الدموية مسببة العصيدة الشريانية والاحتشاء القلبي «السكتة القلبية» أو تتناول الكيس الصفراوي محدثة الحصيات.

وثمة انواع من المواد الدهنية يؤدي تناولها الى رفع مقدار الكوليسترول ازدياد الكوليسترول في الدم، وعلى الغالب فهي حيوانية المنشأ وهناك انواع اخرى لا يسبب تناولها ازدياداً بل بالعكس فانها تحله وتحمله على الانخفاض وتكون بمثابة العلاج وهي نباتية المنشأ كزيت الفستق وزيت الزيتون وزيت دوار الشمس وزيت الذرة وزيت الصويا.

والعلماء الذين عكفوا على هذه الدراسات خرجوا بنتيجة علمية تقول ان مر تأثير الدهون في مقدار كوليسترول الدم رهين بنيناها الكيماوي. ويقسم الكيماويون المواد الدهنية الى نوعين نوع يحوي الاحماض الدهنية المشبعة Satues أو نوع يحوي الاحماض غير المشبعة Insatures وقد ثبت ان الدهون التي ترفع مقدار الكوليسترول في الدم هي التي تحوي نسبة عالية من الاحماض المشبعة كالزبدة والمرجرين.

اما التي لا تسبب ترسب الكوليسترول وازدياد مقاديره الدموية فهي التي يغلب في تكوينها الاحماض غير المشبعة كالزيوت النباتية.

الاحماض الدهنية النباتية تعتبر كفيتامينات :

ويعتبر اخصائيو التغذية الاحماض غير المشبعة Ppoliinsatures مفيدة جدا ومواد أساسية في البنيان البشري تلعب دور الفيتامينات اذ كان لا بد من تزويد الجسم بها من الخارج فهي ضرورية لنموه ولدفاء الجلد ولتيسير عمل الجهاز العصبي.

واكثر الزيوت النباتية غنية بهذه الاحماض كزيت الفستق والصويا والذرة ودوار الشمس.

اما زيت الزيتون فهو أقل من هذه الزيوت غني بالاحماض غير المشبعة ولكنه غني بحمض (الاوله ثيك) الذي يكسبه قيمة غذائية هامة جدا تعوض فقره بالاحماض الدهنية المذكورة.

اضف الى ذلك ان الزيوت النباتية لا تحتوي على كولبيسترول بالمعنى الصحيح، ولكنها تصبح كالمواد الدهنية حيوانية المنشأ عندما تتعرض الى الهدرجة بغية نقلها من حالتها الطبيعية السائلة الى الحالة الجامدة المتماسكة في الحرارة الطبيعية لان الهدرجة تجعل الاحماض غير المشبعة احماضا مشبعة وعلى هذا فالسمن النباتي كالسمن الحيواني المنشأ من حيث التأثير. اطهوا طعامكم بالزيت:

وعلى ضوء تجارب العلماء الاخيرة والدراسات المقدمة في المؤتمر الدولي لامراض القلب في بروكسل والمؤتمر الصحى في باريس يمكننا تلخيص هذا البحث بتصنيف المواد الدهنية الى فئتين:

١- مواد دهنية غنية بالاحماض المشبعة تؤدي الى ازدياد مقادير الكوليسترول في الدم وبالتالي الى السمنة والى حدوث اضطرابات في الدوران الدموي القلبي وتهيئة الانسان للاصابة بخناق الصدر والاحتشاء القلبي! ويدخل في عداد هذه المواد السمن والقشدة وشحم الحيوانات واكثر انواع المرغرين المسمى بالسمن النباتي.

٢- الزيوت النباتية ولا سيما تلك الفئة الغنية بالاحماض غير المشبعة واهمها زيت الفستق وزيت الزيتون وزيت دوار الشمس والصويا وزيت الذرة....

وقد بوأت الدراسات الطبية الاخيرة الزيوت النباتية المقام الاول في التغذية، واعتبرتها عناصر دوائية مفيدة جدا للصحة فضلا عن قوتها الغذائية، وسهولة هضمها واستساغة طعمها.

obeikandi.com

العلاج بالزيوت

زيت الزيتون دسم أكثر من باقي الزيوت، زيت دوار الشمس افضل للرشاقة، البطاطا المقلية بزيت لب النارجيل (زيت نباتي) لا تسبب السمنة تلك التعابير التي تسمع هنا وهناك هي في الوقت نفسه متناقضة وحاسمة اخبار عديدة تروى عن الزيوت ولكنها ليست جميعها صحيحة.

اذا كان لكل زيت خصائصه (هناك زيوت تحتوي على فيتامينات اكثر من اخرى، وغيرها تحتوي على حمض دسم افضل نوعية) فإن ثمة قاسماً مشتركاً بين سائر الزيوت الا وهي القيمة الحرارية.

وبالفعل فإن كل زيت يعطي ٩٠٠٠ وحدة حرارية في اللتر الواحد، كما انه يحتوي على ١٠٠٪ من الدسم ولا وجود ابداً للماء فيه. لذا لا يمكن الكلام عن زيت دسم اكثر او اقل من غيره.

وجميع الزيوت تتركب اساساً من ذرات الكربون والهيدروجين والأكسجين. وهذه الذرات المتحدة فيما بينها هي التي تشكل ما يسمى بحمض دسم.

المشبع

وقد سبق لنا ان سمعنا عن الدسم المشبع والدسم غير المشبع؛ كما نعلم ان المواد الدهنية تصنف في ثلاث فئات كبرى حسب اهمية الحمض الدسم الذي تتألف منه: المشبع وغير المشبع البسيط وغير المشبع المركب.

فالزيوت الأكثر غنى بالحمض الدسم غير المشبع المركب هي الأفضل للشرايين ولكن ما نجهله هو أنه اذا جمعنا الحمض الدسم غير المشبع المركب مع الحمض الدسم غير المشبع البسيط والحمض الدسم المشبع نحصل على ١٨ نوع حمض دسم.

ونسبة كل من هذه الأنواع هي التي تعطي لمختلف الزيوت خصائصها: كنقطة الصهر (اي درجة الحرارة التي بموجبها ينتقل الزيت من الوضع الصلب الى الوضع السائل) القدرة على مقاومة الحرارة والبطء او السرعة في الهضم.

والفروق بين هذه الأنواع الثمانية عشر يعود فقط الى التركيبية (كربون، هيدروجين، اوكسجين). ويمكننا تخيل هذه الأنواع على شكل عقود لآليء طويلة. وكل لؤلؤة هي بمثابة ذرة كربون.

وثمة ترتيب اول: عدد اللآليء يتراوح بين ٤ و ٢٤. حتى ١٢ لؤلؤة (١٢ ذرة كربون) نحن امام حمض دسم طويل السلسلة. تجدر الإشارة هنا ان الفئة الأولى هي اسهل للهضم من الثانية.

وذرات الكربون هذه ليست وحدها على العقد، إذ تقترن بها لآليء صغيرة: انها ذرات الهيدروجين. فإذا ما التصقت ذرتا هيدروجين بذرة كربون ولم يبق مكان فارغ يقال عن الحمض الدسم انه مشبع، اما إذا بقي مكان فارغ بين ذرتي كربون فيقال عنه انه غير مشبع بسيط. وإذا بقيت عدة امكنة شاغرة يقال عنه انه غير مشبع مركب.

فالحمض الدسم المشبع، وهو الدسم من اصل حيواني (زبدة، شحم، الشحم المخبأ في لحوم الخرفان او البقر) يشكل خطراً على الصحة إذا ما استهلك بكثرة.

ذلك انه يعمل على «توسيح» الشرايين ويزيد من مخاطر اضطرابات الأوعية القلبية.

وعلى العكس، فإن الحمض الدسم غير المشبع (الدسم هنا من اصل نباتي) يحمي الشرايين الى حد انه ضروري لسلامة صحتنا.

ولعل ابرز الزيوت التي تحتوي على حمض دسم غير مشبع (وهي ضرورية للصحة): زيت بذرة العنب، زيت دوار الشمس، زيت الذرة، زيت الصوجا، زيت فستق العبيد.

وقلة استخدام هذا الحمض يؤدي الى نقص غذائي وبالتالي الى اضطرابات في النمو عند الطفل واتلاف خلايا الجلد والغشاء المخاطي، كما ان الحمض الدسم هذا يخفض من نسبة الكوليسترول في الدم ويلعب دوراً هاماً في تكوين الدماغ الذي يبدأ في الشهرين الرابع والخامس عند الجنين وينتهي بعد سنتين أو ثلاث سنوات من الولادة.

وعلى الراشد ان يستهلك يومياً بين ١٥ و ٢٥ غراماً من الزيوت التي تحتوي على الحمض الدسم غير المشبع. وهذه الكمية تزداد عند المرأة الحامل او المرضع.

ولكي نحصل على ٢٠ غراماً من هذا الحمض علينا ان نستهلك ٣٠ غراماً من زيت دوار الشمس او من زيت بذرة العنب، ٣٥ غراماً من زيت الذرة او الصوجا، ١٠٠ غرام من زيت فستق العبيد.

وهذه الزيوت غنية بفيتامينات «E»، خاصة زيوت دوار الشمس والذرة والصوجا والزيتون.

ولعل حسنة هذه الفيتامينات انها تمنع اقتراب الشيخوخة وتقاوم التسمم وتحذر من عوارض الحمل.

وهنا لائحة بمميزات الزيوت «الضرورية»

١- زيت الذرة: جيد للشرايين.

٢- زيت الجوز: الأكثر غنى بحمض دسم غير مشبع لكنه يحتوي على كوليستيرول.

٣- زيت الزيتون: يساعد على النمو.

٤- زيت حبة العنب: نافع ولكن ثمنه باهظ!

٥- زيت الصوجا: يعطي رائحة كريهة عند القلي ولكنه يحارب الكوليستيرول.

٦- زيت دوار الشمس: الأكثر غنى بفيتامين «E».

٧- زيت لب النارجيل: تجنبه في حال الكوليستيرول واضطرابات الأوعية. لكنه سريع الهضم.^(١)

(١) - «طبيبك»

« فوائد زيت الزيتون »

زيت الزيتون معروف عند العرب بضوئته الصافي ، وهو غني بالمعادن والعناصر النادرة وهو عبارة عن مادة دهنية غير مشبعة، وكمية الدهون الموجودة بهذا الزيت أقل بكثير من غيره من الزيوت كزيت بذرة القطن أو الكتان، لذلك يفضل استخدامه في الطعام عن الأنواع الأخرى من الزيوت، وفي هذا وقاية للجسم من أخطار زيادة الدهون التي تسبب أمراضاً كثيرة مثل تصلب الشرايين وارتفاع ضغط الدم والذبحة الصدرية وأمراض السمنة المختلفة ومن الفوائد الطبية لزيت الزيتون: أنه ملين ملطف مدر للصفراء، مفتت للحصى، مفيد لمرضى السكر.

لعلاج الروماتيزم والتهاب الأعصاب والتواء المفاصل حيث يصنع مرهم من رأس الثوم يُبشر في ٢٠٠ جرام من زيت الزيتون، وبعد نقعه يومين أو ثلاثة، يُفرك به مكان الألم عدة مرات.

يستخدم زيت الزيتون في المحافظة على جمال البشرة وإزالة تجعدات الوجه والرقبة، يطلى الوجه والرقبة بمزيج قوامه نصف ملعقة صغيرة من الزيت، وصفار بيضة، وبضع نقط من عصير الليمون .. ثم يزال هذا القناع بعد ثلث ساعة بماء فاتر.

يستخدم زيت الزيتون لدهان الجسم حفاظاً عليه من أشعة الشمس.

يستخدم زيت الزيتون لوقف تساقط الشعر، وذلك بأن يُدلك به فروة الرأس كل مساء ولمدة عشرة أيام مع تغطيتها ليلاً ثم تُغسل في الصباح.

لعلاج تشقق الأيدي والأرجل يستخدم دهان مركب من الزيت والجليسرين بنسب متساوية.

ومن الفوائد الطبية لثمرة الزيتون:

أنه يقوي المعدة ويفتح الشهية ويوصف لأمراض الكبد.

أما الفوائد الطبية لأوراق الزيتون:

أوراق الزيتون بها عصارة قابضة تنفع في التهابات الحلق واللثة إذا مضغت.

وإذا دُق وضُمّد بمائه أو عصارته نفع في حالات القروح والجروح والدمامل وذلك أيضاً لاحتوائه على نفس هذه المادة القابضة المطهرة، ويمكن أيضاً استخدام نفس العصارة كحقنة شرجية في حالة قروح الأمعاء. (١)

ويوصف الزيت للأطفال لاحتوائه على العناصر اللازمة للنمو، وارتفاع قيمته الغذائية، واشتماله على الفيتامين (د) الذي يقي الأطفال من مرض الكساح ولين العظام.

مغذ ومقو للمناعة لاحتوائه على الفيتامين «أ» الذي يقوي مناعة الجسم.

الزيت سهل الهضم والامتصاص من جميع أنواع الزيوت الأخرى لأن تركيبه قريب من تركيب الدهون الموجودة في الحليب.

ضد السموم: فإذا أخذ فنجان زيت يحدث في المعدة طبقة تحول دون امتصاص السموم.

ضد الإمساك، وضد تكاثر الحموضة في المعدة ولا يسبب أمراضاً للدورة الدموية أو الشرايين.

طارد للديدان: إذا جاع المريض ثلاثة أيام ثم شرب الزيت يطرد الديدان.
يدهن الزيت من الخارج ويدلك من الجسم لزيادة مناعة الجسم وتقوية
العضلات ولذلك يدهن المصارعون أجسامهم بالزيت لهذا الغرض.
ضد تيبس المفاصل والأوجاع الموضعية والالتهابات، والجروح والشقوق
ولذلك يدخل في صناعة كثير من المراهم الطبية الحديثة.
ضد تشنج المعدة والأمعاء والقولون والنزلات وذلك بذلك المحل دلماً
قوياً. (٣)

(١) - « الطب النبوي » للذهبي / والموضوع من هامشه للدكتور محمد كمال عبد العزيز.

(٢) - « الطب من الكتاب والسنة » للبغدادي / والموضوع من هامشه للدكتور عبد المعطي أ،

قلعجي.

« الزيت في الطب النبوي »

عن عمر بن الخطاب رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «كلوا الزيت وادهنوا به فإنه من شجرة مباركة»^(١)

وفي رواية ابن ماجه: «اتقدموا بالزيت وادهنوا به، فإنه شجرة مباركة»

وعن أبي هريرة قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «كلوا الزيت وادهنوا به فإنه مبارك»^(٢)

(١) - أخرجه الترمذي (١٨٥١) قال: حدثنا يحيى بن موسى، حدثنا عبد الرزاق، عن معمر، عن زيد بن أسلم، عن أبيه، عن عمر بن الخطاب قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم وذكر الحديث، وأخرجه ابن ماجه بنفس السند برقم (٢٣١٩).

قال الترمذي: هذا الحديث لا نعرفه إلا من حديث عبد الرزاق عن معمر، وكان عبد الرزاق يضطرب في رواية هذا الحديث، فربما ذكر فيه عن عمر عن النبي صلى الله عليه وسلم وربما رواه على الشك فقال: أحسبه عن عمر عن النبي صلى الله عليه وسلم وربما قال عن زيد بن أسلم عن أبيه عن النبي صلى الله عليه وسلم مرسلاً. حدثنا أبو داود سليمان بن معبد حدثنا عبد الرزاق عن معمر عن زيد بن أسلم عن أبيه عن النبي صلى الله عليه وسلم نحوه، ولم يذكر فيه عن عمر.

وأخرجه الترمذي عن أبي أسيد برقم (١٨٥٢)

قال: حدثنا محمود بن غيلان، حدثنا أبو أحمد الزبيري وأبو نعيم قالوا: حدثنا سفيان عن عبد الله بن عيسى عن رجل يقال له عطاء من أهل الشام عن أبي أسيد قال: قال النبي صلى الله عليه وسلم: «كلوا الزيت وادهنوا به فإنه من شجرة مباركة» وقال الترمذي: هذا حديث غريب من هذا الوجه إنما نعرفه من حديث سفيان الثوري عن عبد الله بن عيسى.

وأخرجه الطبراني في «الكبير» ١٩ / ٢٦٩ - ٢٧٠ قال: حدثنا أحمد بن يحيى الحلواني، حدثنا سعيد بن سليمان عن زهير ابن معاوية، عن عبدالله بن عيسى، عن عطاء ليس بابن أبي رباح عن أبي أسيد قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «كلوا الزيت وادهنوا بالزيت فإنه شجرة مباركة».

وأخرجه عن عبيدة بن غنم، عن أبي بكر بن أبي شيبة عن وكيع عن سفيان وذكر باقي لسند الأثر.

وروى الحديث البخاري في «التاريخ الكبير» في «الكنى» ص ٦ والدارمي (٢٠٥٢) وأحمد ٢ / ٤٩٧ والنسائي في مجلسين من الأمالي (ق ٥٨ / ٢) والدولابي في «الكن» ١ / ١٥ والعقيلي في «الضعفاء» (٣٣٩) والخطيب في «الموضح» ٢ / ٩٤ والبغوي في «شرح السنة» (٢٨٧٠) و (٢٨٧١) من طرق عن سفيان به.

وقد أخرجه بنفس السند (الحاكم - ٣٥٠٤ / ٦٤١) في «المستدرک» وقال: هذا حديث صحيح الاسناد ولم يخرجاه.

قال في «التلخيص»: صحيح.

وقال الحاكم: وله شاهد آخر باسناد صحيح: حدثنا أبو العباس محمد بن يعقوب، حدثنا بكار بن قتيبة القاضي بمصر حدثنا صفوان بن عيسى القاضي وذكر سند ابن ماجه الآتي عن أبي هريرة. وقال في «التلخيص»: عبدالله بن ماجه الآتي عن أبي هريرة. قال في «التلخيص»: عبدالله بن سعيد وإه.

(٢) - أخرجه ابن ماجه (٣٣٢٠) قال: حدثنا عقبه بن مكرم، حدثنا صفوان بن عيسى، حدثنا عبد الله بن سعيد عن جده قال: سمعت أبا هريرة يقول: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: فذكر الحديث.

قال البوصيري في «الزوائد»: في إسناده عبد الله بن سعيد المقبري، قال في «تقريب التهذيب» متروك.

وقد توسع الشيخ الألباني في تخريج هذا الحديث في

«الصحيحة» (٢٧٩) حيث قال: روى من حديث عمر وأبي أسيد وأبي هريرة وعبد الله بن عباس.

١- قال: وحديث عمر له طريقان:

الأولى: قال عبد الرزاق، عن معمر، عن زيد بن أسلم عن أبيه عنه به وذكر من أخرجه مثل الترمذي وابن ماجه والحاكم والضياء المقدسي في «الأحاديث المختارة» ٣٥/١ كلهم عن عبد الرزاق به..... وذكر ما قاله الترمذي عقب الحديث وقال الشيخ الألباني: ونحو ما قاله الترمذي في «العلل» لابن أبي حاتم ١٥/٢-١٦ عن أبيه، وهو أدق في بيان مراحل اضطراب عبد الرزاق فيه، قال: حدث مرة عن زيد بن أسلم عن أبيه أن النبي صلى الله عليه وسلم . هكذا رواه ثم قال يعد: زيد بن أسلم عن أبيه أحسبه عن عمر عن النبي صلى الله عليه وسلم ، ثم لم يمت حتى جعله عن زيد بن أسلم عن أبيه عن عمر عن النبي صلى الله عليه وسلم بلا شك. ١هـ

قال الشيخ: وفيه إشعار بأن الصواب فيه مرسل، وهو ما صرح به ابن معين فيما روى عن عباس الدوري في كتاب «التاريخ والعلل ليحيى بن معين» قال (٢/٢٣):

سمعت يحيى بن معين يقول: حديث معمر عن زيد بن أسلم عن أبيه عن عمر قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: فذكره: ليس هو بشيء، إنما هو عن زيد مرسلًا.

وأما الحاكم فقال: صحيح على شرط الشيخين، ووافقه الذهبي، ومن قبله المنذري في «الترغيب» ٣/١٣٠.

الطريقة الأخرى: عن الصعب بن حكيم بن شريك بن نملة عن أبيه عن جده عنه به.

أخرجه الطبراني في «الكبير» ١/٥/١.

قال الشيخ: وهذا إسناد ضعيف، من دون عمر ثلاثتهم مجهولين.

٢- حديث أبي أسيد وفيه عن رجل يقال له عطاء من أهل الشام وفي رواية: وليس بابن أبي

رباح.....

قال الشيخ: وعلته من عطاء هذا وكأنه خفى حاله على الترمذي وإلا لأعله به كما فعله

العقيلي، فقد روى عن البخاري أنه قال فيه: لم يقم حديثه.

قال العقيلي: وهو هذا، وقد روى بغير هذا الإسناد من وجه أيضاً ضعيف.

وقال الذهبي في «الميزان» وذكر له هذا الحديث: لين البخاري حديثه، لا يدرى من هو.

ثم نسي الذهبي هذا، فإنه لما قال الحاكم عقب الحديث: صحيح الإسناد! وافقه عليه!

٣- حديث أبي هريرة، يرويه عبد الله بن سعيد بن أبي سعيد المقبري قال: سمعت جدي يحدث عن أبي هريرة رضي الله عنه به.

أخرجه ابن ماجه والحاكم شاهداً وقال: إسناد صحيح! وورده الذهبي فقال: قلت: عبد الله واه.

قلت: وقد سبق قول البوصيري في «الزوائد» (١/٢٠٠) بأن هذا الإسناد ضعيف لضعف عبد الله بن سعيد المقبري.

قال الشيخ: وأقول: بل هو متروك كما قال الحافظ في «التقريب» فمثله لا يستشهد به.

٤- حديث ابن عباس: أورده الهيثمي في «المجمع» ٤٣/٥ بلفظ: «إتدماوا الشجرة يعني الزيت ومن عرض عليه طيب فليصيب منه» رواه الطبراني في «الأوسط» وفيه النضر بن ظاهر وهو ضعيف. ١هـ.

وقال الشيخ: وجملة القول: أن الحديث بمجموع طريقتي عمر وطريق أبي سعيد يرتقي إلى درجة الحسن لغيره على أقل الأحوال والله أعلم.

وهناك حديث منكر أخرجه أبو نعيم في «الطب» حدثنا يحيى بن عبد الباقي، حدثنا أحمد بن محمد بن أبي بزة، حدثنا علي بن محمد الرحال مولى بن هاشم قال: سمعت الأوزاعي يقول: حدثني مكحول عن أبي مالك عن أبي هريرة مرفوعاً: «كلوا الزيت وادهنوا به، فإنه شفاء من سبعين داء، منه الجذام».

قال الشيخ الألباني في «الضعيفة» (٥١٢) هذا حديث منكر، يحيى بن عبد الباقي هو الأذاني، روى عنه الطبراني حديثاً آخر في «المعجم الصغير» ص ٢٤٤، كنيته أبو القاسم كما في «معجم البلدان» مادة «أذنة» ولم أجد من وثقة.

وذكر الذهبي في « الطب النبوي » عن عقبه بن عامر :

« عليكم بزيت الزيتون كلوه وادهنوا به فإنه ينفع من البواسير »^(١) رواه ابن الجوزي.

وفي رواية: « من ادهن بزيت لم يقربه شيطان »^(٢) وكان صلى الله عليه وسلم ينعت الزيت والورس من ذات الجنب.^(٣)

عن زيد بن أرقم رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: « ينفع الزيت والورس في ذات الجنب ».

قال قتادة: ويلد من الجانب الذي يشتكيه^(٤)

قال الذهبي: وقيل: الزيت ترياق الفقراء.

وقال: وأما الزيتون الأخضر فبارد يابس جيد للغذاء مقو للمعدة، مثيرة للشهوة، مانع تراقي الأبخرة.

وأما الزيتون المالح فينفع من حرق النار، ومضغ ورق الزيتون ينفع من قلاع الفم ومن الجمرة والنملة والشرى.

وابن أبي بزة قال أبو حاتم: ضعيف الحديث، ولست أحدث عنه فإنه روى حديثاً منكراً. يعني آخر غير هذا. وقال العقيلي: منكر الحديث.

قال الشيخ: وعلي بن محمد الرحال لم أر له ترجمة.

وأبو مالك الدمشقي، عداه في التابعين، أرسل حديثاً وعنه عبد الله بن دينار مجهول.

(١) - ذكره الذهبي في « الطب النبوي » ص ٨٥ طبعة مكتبة القرآن وص ١٨٧ طبعة دار البشير / القاهرة. وذكره الألباني في « ضعيف الجامع » (٣٧٨٨) وقال: ضعيف.

(٢) - ذكره السيوطي في « مختصر الطب النبوي » ص ١٠٧ وقال: رواه الحارث وفيه السدي بن خالد لا يعرف.

(٣) - أخرجه الترمذي (٢٠٧٨) وقال: هذا حديث حسن صحيح، وابن ماجه (٣٤٦٧) وأحمد ٤/٣٧٢ عن زيد بن أرقم:

(٤) - ذكره محمد بن أبي الفتح البعلبي المتوفى سنة (٧٠٩ هـ) في « صحيح الطب النبوي »

ص ٤٢ طبعة دار الروضة وعزاه للترمذي وقال : حديث صحيح.

إلا أن الترمذي أخرجه بلفظ آخر برقم (٢٠٧٩) ونصه : حدثنا ميمون قال : سمعت زيد بن أرقم قال : « أمرنا رسول الله صلى الله عليه وسلم أن نتداوى من ذات الجنب بالقسط البحري والزيت » وقال : هذا حديث حسن غريب صحيح لا نعرفه إلا من حديث ميمون عن زيد بن أرقم وقد روى عن ميمون غير واحد هذا الحديث .

الورس : نبتٌ أصفر يصبغ به ، وذات الجنب : الدبيلة والدُّمل الكبيرة التي تظهر في باطن الجنب وتنفجر إلى داخل ، قلما يسلم صاحبها ، وذو الجنب الذي يشتكي جنبه بسببها ، وضارت ذات الجنب علما لها ، والمجنوب الذي أخذته ذات الجنب وقيل : الذي يشتكي جنبه مطلقاً . ويُلد أي يُلقى في فمه من الجانب الذي يشتكيه .

والذي ذكره الذهبي في « الطب النبوي » أخذه حرفياً من كتاب « الطب من الكتاب والسنة » لعبد اللطيف البغدادي المتوفى ٦٢٩ هـ

وعن أنس بن مالك رضي الله عنهما قال: «كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يُكثِر دهن رأسه وتَسْرِيحَ لحيته ويكثر القناع كأنَّ ثوبه ثوبُ زِيَّاتٍ» (١).

قال ابن قيم رحمه الله (٢): الدهن يسد مسام البدن، ويمنع ما يتحلل منه، وإذا استعمل بعد الاغتسال بالماء الحار، حسن البدن ورطَّبه، وإن دهن به الشعر حسَّنه وطوله، ونفع من الحصبة، ودفع أكثر الآفات عنه.

والدهن في البلاد الحارة، كالحجاز ونحوه من أكد أسباب حفظ الصحة وإصلاح البدن، وهو كالضروري لهم، وأمَّا البلاد الباردة، فلا يحتاج إليه أهلها، والإلحاح به في الرأس فيه خطر بالبصر.

وأَنفَع الأدهان البسيطة: الزيت، ثم السمن، ثم الشيرج.

(١) - «أخرجه الترمذي في «الشمائل» رقم ٣٢ وفي سننه الربيع بن صبيح ويزيد الرقاشي، وهما ضعيفان.

(٢) - انظر: «زاد المعاد» ٤/ ٣٠٧ - ٣٠٨.

« فوائد الزيت العلاجية عند داود الأنطاكي »

□ زيت هو الدهن المعتصر من الزيتون فإن أخذ أول ما خضب بالسواد ودق ناعماً وركب عليه الماء الحار ومرس حتى يخرج فوق الماء فهو المغسول ويسمى زيت إنفاق وهو بارد في أول الثانية يابس في وسطها ، إن عصر بعد نضج الذرة وطبخ بالنار بعد طبخ وعصره بمعايير الزيت .

فهو الزيت العذب حار في الثانية معتدل أو يابس في الأولى وكل مهما يسميه العراقيون الركابي لأنه يجلب إليهم على الجمال وقد يملح الزيتون ويعطن زمنائهم يعصر وهذا رديء جداً وأجود الزيت زيت انفاق لالذع فيه ولا حدة يسمن البدن ويحسن الألوان ويصفى الأخلاط وينعم البشرة ومطلق الزيت إذا شرب بالماء الحار سكن المغص والقولنج وفتح السدد وأخرج الدود وأدر البول وفتت الحصى وأصلح الكلى، والاحتقان به يسكن المفاصل والنسا وأوجاع الظهر والورك ويقع في المراهم فيدمل ويصلح والادهان به كل يوم يمنع الشيب ويصلح الشعر ويمنع سقوطه ويقطع العفن ويشد الأعضاء، والاكتهال به يقلع البياض ويجد البصر وينفع من الجرب والسلاق والمنافع المذكورة تقوى فيه كلما عتق حتى قيل إن المجاوز سبع سنين منه أفضل من دهن البلسان وفيه سر عجيب إذا طبخ بوزنه من الماء ستين مرة محررة كلما جف ماؤه يوضع عليه مثله ثم يغلى بعد ذلك حتى يذهب نصفه ويرفع وإن طبخ خمسة أجزاء منه بما جرّ من كل من الجير والقلوى والنطرون الأحمر المجرور عنها ثلاثاً حتى يستوعب الزيت مثله ثلاثاً ثم يغلى حتى يعود إلى

النصف وسحقت به الأصليين أو الذكر خاصة ثم سلطته على العقد به ذلك كان غاية نقل من التجارب وهذا هو المشار إليه في التثبيث وقد شاهدنا علامته وهو أن يخرق ستين طاقا من الخرق الملفوفة حال حال غمها فيه وبه يعمل دهن الأجر ويعوض البلسان ويتصرف في منافعهما والزيت المأخوذ من الزيتون المعفن يولد الأخطا الفاسدة ويملاً البدن بخارا وربما ولد الحكة ويصلحه شراب البنفسج ومن أخذ منه ثلاثين درهما مع مثله من العسل وثلثه من كل من الكندر ودهن الشونيز وشرب ذلك في الحمام ولم يتناول الماء البارد بقية يومه بريء من كل مرض بارد كوجع المفاصل والخدر والفالج ويهيج الشهوة فيمن جاوز المائة مجرب زيبار ثقل الزيت الباقي بعد العصر إذا طبخ في النحاس حتى يغلط سكن المفاصل والنسا والنقرس والاستسقاء ضمادا ويلحم القروح وكما عتق كان أجود وأجود ما استعمل في الأبدان القوية القشفة.

« فوائد الزيت العلاجية عند ابن البيطار »

زيت : جالينوس في ٦: "والزيت العذب المتخذ من الزيتون المدرك يرطب ويسخن إسخانا معتدلاً، وأما المعتصر من الزيتون الغض وهو الأنفاق فبمقدار ما فيه من القبض فيه أيضاً من البرودة، وأما العذب المتخذ من الزيتون العتيق فهو أشد إسخانا وأكثر تحليلاً، وأما الزيت العتيق من الأنفاق فما دام قبضه قائماً فقوته مجففة حتى إذا انسلخ عنه القبض بته صار حينئذ شبيهاً بالزيت المتخذ من الزيتون العذب، والذين يلقون مع الزيتون أيضاً أغصاناً من الشجر ويعصرونها معه فعلها هذا قريب من الزيت الأنفاق في قوته وليس ينبغي أن يقتصر على المسألة عن الزيت هل فعل به هذا حين اعتصر دون أن يذوقه فإن وجد فيه شيئاً من القبض فليظن أن فيه شيئاً من البرودة مثل ذلك المقدار والزيت المجلوب من أنوليا هو على هذه الصفة وهو المسمى ساح فإن أنت ذقت الزيت ولم تجد فيه قبضاً أصلاً بل تجده عذباً صادق العذوبة فينبغي أن يعدوه حاراً باعتدال، فإن وجدته مع هذا لطيفاً وهو أيضاً في جوهره الحد المستشف الذي إذا أخذ منه شيء يسير امتد على موضع من البدن كثيراً من غير أن ينقطع ويبتلعه البدن وينشفه، فينبغي أن يظن به أنه جيد جداً وأن فضيلة الزيت موجودة فيه؟"

ديسقوريدوس: ألوان الزيت الذي يعمل من الزيتون الغض لم ينضج هو زيت الأنفاق وهو أوفق للأصحاء، وخاصة ما كان حديثاً غير لذاع طيب

الرائحة وقد يستعمل منه ما كان على هذه الصفة في إدهان الطيب وهو جيد للمعدة لما فيه من القبض ويشد اللثة ويقوي الأسنان إذا أمسك في الفم ويمنع من العرق والزيت العتيق الذي من الزيتون النضيج يصلح للأدوية وجميع أصناف الزيت حارة ملينة للبشرة تمنع البرد من أن يسرع إلى الأبدان وتنشطها للحركة وتلين الطبيعة وتضعف قوة الأدوية التي تخرج ويسقى منه للأدوية القتالة فتتقيأ ويكون ذلك دائماً وإذا شرب من ٩ أوراو نفع من به مغمص، وأخرج الدود الذي في البطن، وينفع إذا احتقن به من به القولنج العارض من ورم المعى ومن سدة عارضة من رجيع يابس، والعتيق منه أشد ويكتحل به ليحد البصر فإن لم يحضرك زيت عتيق واحتجت إليه نصب في إناء من أجود زيت تقدر عليه وأطبخه حتى يثخن ويصير مثل العسل ويستعمله فإن قوته مثل قوة الزيت العتيق، وزيت الزيتون البري قابض منفعته في الطب دون منفعة الزيت الذي ذكرنا قبل وموافقته لمن به صداع مثل موافقة دهن الورد.

ويحقن العرق ويمنع الشعر القريب من السقوط من أن يسقط ويجلو النخالة من الرأس والقروح الرطبة والجرب المتقرح وغير المتقرح ويمنع الشيب أن يسرع إذا دهن به كل يوم، وإذا تمضمض به للثة التي تدمي كثيراً نفعها ويشد الأسنان المتحركة وقد يهيا منه إذا سحق كمد يصلح للثة التي يسيل إليها الفضول، وينبغي عند ذلك أن يؤخذ صوف ويلف على ميل ويغش في زيد ويوضع على اللثة أن تبيض وإن أحببت أن تبيض الزيت فاعمل هكذا أعمد إلى زيت لونه إلى البياض ما هو لم يأت عليه أكثر من حول واحد فصبه في إناء من

سرب جديد واسع الفم ويكون كيل الزيت ٧٥ رطلاً وصيره في الشمس وأغرفه بصدفة في كل يوم إذا انتصف النهار وأعل يدك لتشتد حمية الزيت إذا انحدر فتنقلب بسرعة الحركة ويرغو في اليوم ٨ من تصييرك إياه في الشمس خذ حلبة منقاة وزن ٥٠ مثقالاً وأنقعها في ماء حار فإذا لانت فألقها في الزيت قبل أن يفصل ماؤها، وألق فيها أيضاً من أدمس ما يكون من خشب التنوب مقطوعاً قطعاً قطعاً صغاراً مثل ما ألقيت من الحلبة فإذا أنت عملت ذلك وأتت عليه ٨ أيام فاغرف الزيت بالصدفة فإن كان مستحکم فدعه في الشمس فصبه في إناء جديد مغسول بخمر عتيق، وقد فرشت فيه من إكليل وزن ١٢ مثقالاً ومثله من دهن نوع من السوسن المسمى إيرسا وإن كان غير مستحکم فدعه في الشمس واعمل به على ما وصفت ثم اغرفه بصدفة الزيت الذي يعمل في الجزيرة التي يقال لها سيقون.

خذ من زيت أنفاق أبيض جيد تسعة أرطال وصبه في إناء مرصص برصاص قلعي واسع الفم، ومن الماء أربعة أرطال ونصفاً واطبخه بنار لينة وحركه قليلاً فإذا غلي غليتين فاخرج النار من تحته ودعه حتى يبرد ثم اجمعه بصدفة وصب عليه ماء آخر واغله وافعل ذلك ثانياً كما فعلت به أولاً، واخزنه.

وهذا الزيت يعمل صالحه خاصة بالجزيرة التي يقال لها سقيون ويقال له السيتوي وله قوة مسخنة إسخانا يسيرا، ويوافق الحميات وأوجاع الأعصاب ويتغمز به النساء .

جالينوس: والزيت المتخذ من الزيتون البري قوته مركبة تجلو وتقضب

معاً وهو زيت يابس جداً على قياس أنواع الزيت والأدهان .

الفلاحة : إن اكتحل منه بعينه ريح السبل أو في أجفانه رطوبة غليظة باردة يابسة بيسير من زيت عتيق أزال ذلك عنه وقوي بصره وزاده نوراً إلى نوره، وإذا البياض اكتحل بالزيت المبيض بالبطيخ بالماء والنار اللينة من في عينيه بياض وأدمنه أذاب ذلك البياض وأزاله على طول الأيام وشفاه من جميع العلل العارضة من زيادة الرطوبة وهو يقوم للعين النازل فيها الماء مقام القدح بالحديد إذا قطر فيها، وإذا حكيت رأس الميل حكاً كثيراً، ويجب أن يكون هذا الزيت قد عتق سنة وما زاد على ذلك كان أفضل .

مجهول : من لسعته العقرب أخذ الزيت العتيق فسخنه ودهن به مخرجه سكن الوجع على المكان .

«سلامة زيت الزيتون من الآثار الجانبية الضارة»

يستخرج الزيت من عدة نباتات، منها: الزيتون، القطن، الذرة، فول الصويا.

إن هذه الزيوت لا تحتوي على الأحماض المشبعة التي تحتوي عليها المواد الدهنية الحيوانية ولذا فهي لا تسبب ترسب الكوليسترول، ولا في حدوث آثاره الضارة وإن أهم هذه الزيوت النباتية هي: زيت الزيتون، فهذا الزيت يمتاز عن غيره من الأدهان والزيوت بصفات كثيرة تعود على الإنسان بالصحة والعافية، لأنه سهل الهضم ويحتوي على عدد من الفيتامينات الضرورية لجسم الإنسان منها فيتامين «د» الذي يقي الأطفال شر الشلل وتقوس الساقين، ويعتبر زيت الزيتون عاملاً قوياً في زيادة القدرة على التفكير والذكاء، كما أنه مادة غذائية شهية ومعترة ويجلب الشهية للطعام.

ولما كان زيت الزيتون غنياً بالفيتامين «و» فهو مخصب مقو للنسل ويفيد الشيوخ في منحهم القوة الجنسية .

يستعمل في حالات الحصيات المرارية الكبدية، وفي حالات الإمساك والتشنج المعوي.

للإمساك يمكن تناول ملعقتين كبيرتين من الزيت قبل الطعام بنصف

ساعة.(^١)

(١) - «أسرار الطب العربي القديم والحديث» سعيد كويلي.

وصايا جديدة لعافية سليمة!

أكثر من تناول الفاكهة وانت الرابع !

تلك هي نتائج دراسات طبية خرجت بها دوائر الصحة العالمية، وعممتها على الناس .

ومن النتائج أيضاً : لا تركض امش .

شرب الماء القراح . تغذ بالحبوب .

ولا تنس ابدأ زيت الزيتون .

تطالعنا المجلات العلمية بين الحين والآخر باخبار مختلفة وانباء مثيرة للجدل والنقاش حول المسائل الصحية ومنها ما هو صادر عن جهات مسؤولة

وقد كانت احدى هذه المصادر تقول ان الزيوت الغذائية ذات الروابط المضاعفة المتعددة واللامشبعة Polyun saturated Oils هي المفيدة لنا كزيت الذرة (المازولا) وزيت فول الصويا Soya bean oil وزيت بذور عباد الشمس .

اما عن الزيوت الأخرى كزيت الزيتون وزيت فستق العبيد (فول سوداني) فقد وصفتها مصادر اخرى بانها غير مؤذية او لا ضرر منها .

اما النظرة اليوم فتفيد بان الزيوت اللامشبعة الاحادية -monounsaturates كزيت الزيتون فهي اكثر نفعاً لنا لا سيما من ناحية تأثيرها على كولسترول الدم .

وفي ميدان النشاط البدني فقد طالعتنا المصادر المختلفة منذ خمس سنوات بأن المشي خلافاً للجري لا يجدي لأنه لا يزيد من سرعة نبض القلب .

اما النظرة اليوم فتقول بان المشي يفضل على الجري (الركض) لان المشي لا يتعب القلب، كما انه لا يؤذي الركبتين. (١)

(١) - مجلة « طبيبك » .

«زيت الزيتون في شفاء الأمراض الداخلية والخارجية»

ضربات القلب:

والثوم مطبوخاً بالزيت والعسل يسكن ضربات القلب مطلقاً، ويدفع السموم خصوصاً العقرب والأفعى شرباً وطلاءً بالزيت.

تشقق الثدي والخراجات:

يستعمل البصل إذا دق وجلي في زيت الزيتون في علاج تشقق الثدي والخراجات والبواسير^(١).

ترهل جفون العينين:

وظهور هذه التجاعيد حول العينين يكون إما نتيجة تقدم السن أو نتيجة تعب ... وللتخلص من هذه الترهلات يُدهن الجلد بدهان مناسب يساعد على استعادته لخاصيته المرنة، ومقاومة ظهور أي انكماشات جديدة .. وذلك مثل الأنواع التالية:

زيت الزيتون وشرائح البطاطس - تستخدم ككمادات - كريم مضاد للتجاعيد^(٢).

علاج للبياض الذي في العين:

ولو كان مزمناً وللرمد أيضاً مجرب صحيح، تأخذ نصف رבעية زيتاً طيباً ونصف رבעية سمناً بقرياً طيباً صافياً، وتجعل فيهم فتيلة من كتان غليظة وتسرجها بالنار، وتسكب عليها قصرية أو طاجناً جديداً حتى تنظفياً الفتيلة

(١) - «أسرار العلاج بالبصل والثوم» د/ محمد كمال عبد العزيز

(٢) - ٥٠ نصيحة لجمال عينيك، بتصرف.

ويفرغ الزيت والسمن، ثم بعد ذلك تنحي الدخان الذي لصق في القصرية أو الطاجن بريشة، وتجعل معه قطعة كحل إثم من الطيب الصافي من الغلث، واجعل معهم قطعة زبد ومسك عرق ومرجان وحببتين من جوهر وتدقهم ناعماً وتجعلهم في المكحلة وتكتحل منه بالليل وهو صحيح مجرب.

علاج التهرية واللحم الميت في العين:

إذا تأكلت العين أو كان فيها ظلمة أو لحم ميت، فامضغ ورق الزيتون وألق الماء الأول ثم امضغه ثانياً واجعله على العين عند النوم، واستلق على قفاك، وتأخذ أصل السلق تغليه ثم تدقه وتعصره بخارقة، وتأخذ الماء وتجعله في قارورة وتقطر منه في كل عين قطرة عند النوم ثلاثة أيام متواليات، فإنه نافع مجرب. (١)

آلام الأذن:

تسكن آلام الأذن بتنقيط بضع نقط دافئة من زيت زيتون، طبخت بـ بضعة فصوص من الثوم. (٢)

الصمم:

تغلي حبة البركة مع زيت الزيتون تقطر منها في الأذن تزيل الصمم العارض. (٣)

علاج وجع الأذنين:

تأخذ بصلة وتجوفها، وتجعل فيها زيتاً صافياً وتوضع في رماد حتى تنضج، ثم يقطر في الأذن سخناً فإنه نافع.

علاج وجع الأذنين العارض من البرد:

يطبخ له سدب، وهو الفيجل، بزيت ويقطر في الأذنين فإنه نافع جداً، وإذا سخن سدباً وخلط بلبن امرأة وعسل، وقطر في الأذنين برىء. (٤)

(١) - «الرحمة في الطب والحكمة» للسيوطي.

(٢) - «الأعشاب وفوائدها» في علاج أمراض المرأة «د / فوزية حسن.

(٣) - «الشفاء بالحبة السوداء» فرج عبد الحميد القداحي.

(٤) - «الرحمة في الطب والحكمة» للسيوطي.

لطنين الأذان والآلام :

تكسر حنظلة واحدة وتغلى بفنجانين من زيت الزيتون تقطر في الأذنين نقطتان مرتين كل يوم وتسد بقطعة من القطن لمدة خمسة دقائق، يعمل بذلك لمدة اسبوع وعند الغسل يجب ألا يدخلها الماء.

ثقل في السمع:

تجمع كمية من ديدان الزرع الحمراء الرفيعة وتغلى في فنجان قهوة من زيت الزيتون حتى تحترق الديدان تقطر الأذنين بثلاث نقط من هذا الزيت مرتين في اليوم وتسد الأذنان بقطعة من القطن لمدة خمس دقائق ... تكرر العملية لمدة اسبوع شرط ألا يمس الأذنين بالماء عند غسل الوجه. (١)

الألم في الأذن:

تنقط في الأذن بضع نقط دافئة من زيت الزيتون الذي طبخت فيه بعض من فصوص الثوم.

الطرش:

يؤخذ رأس أو رأسين من البصل بعد تقشيريه ويوضع عليه قليل من زيت الزيتون ثم يترك على نار هادئة لوقت كاف ثم يعصر الجميع في قطعة شاش، ويقطر منه في الأذن بقطنة وهو فاتر ثم تغمس القطنة بعد ذلك في هذا العصير وتدس في الأذن يوماً وليلة ثم تنزع ويتكرر العلاج بنفس الطريقة ثلاثة مرات. (٢)

(١) - « أسرار الطب العربي القديم والحديث » سعيد كويلي.

(٢) - « الصحة والعلاج في الطبيعة والأعشاب » د / سامي محمود

علاج الأسنان والأضراس:

قال جالينوس والرازي: إذا قطر في السن الموجه صفار البيض والزيت المسخن سكن وجعها وقالوا: إذا دق بزر البنج الأبيض بعسل وأعطى العليل منه قدر بقلة، فإنه يسكن الوجع .

علاج ورم اللسان والفم:

تأخذ عروق الزبوج وتطبخه في الزيت ويمضض به الفم يبرأ^(١).

كسل الكبد والتهابات المرارة:

يخضر الخليط من بصلة كبيرة تقطع تقطيعاً رفيعاً جداً + ٤ ملاعق صغيرة من زيت الزيتون + ١٥٠ جرام ماء ويترك ليغلي لمدة عشر دقائق ويشرب المغلي لعدة ليالي متتالية^(٢).

(١) - «الرحمة في الطب والحكمة» للسيوطي.

(٢) - «أسرار العلاج بالبصل والثوم» د/ محمد كمال عبد العزيز.

(٣) - «العسل غذاء وشفاء» مختار سالم.

حصوات المرارة :

ينصحنا الطبيب الروسي « دكتور أوبرتل » في علاج حصوات المرارة بتناول عصير الليمون مع العسل وزيت الزيتون، بنسب متساوية. (١)

علاج اليرقان:

يؤخذ سلطة مع الطعام يومياً ولمدة اسبوع مركبة من الخس والجزر لمزوجين بخل العنب وزيت الزيتون

علاج لتضخم الكبد :

يسحق مقدار كيلو واحد من الفجل حتى يصير كالعجين، يضاف إليه ٢٠٠ غرام من زيت الزيتون ويغلى على النار ويوضع على شاشة ويربط على البطن تجاه الكبد، يعمل بهذه الطريقة لمدة ثلاثة أيام. (٢)

علاج وجع الكبد :

تأخذ كبدة الذئب وتملحها وتيبسها وتسحقها وتخلطها بالزيت، ويفطر عليه فإنه يبرأ بإذن الله تعالى. (٣)

أمراض الكلى:

يستخدم الثوم مع البقدونس وزيت الزيتون وعصير الليمون لطرد الرمل والحصى من الكلى ويؤخذ في هذه الحالة الأخيرة على الريق. (٤)

(١) - « العسل غذاء وشفاء » مختار سالم .

(٢) - « أسرار الطب العربي القديم والحديث » سعيد كوبلي .

(٣) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي .

(٤) - « أسرار العلاج بالبصل والثوم » د / محمد كمال عبد العزيز .

علاج برد الكلى:

تأخذ زريعة الفُقروس وزريعة الخيار وزريعة القرع وزريعة الحريفة ونوار الفيجوان وحبه حلاوة والسعد وعرق السوس والكرأوية تسحق الجميع وتجعلهم في الزيت ويأكل يبرأ بإذن الله تعالى.

للحصي:

تأخذ الثوم الذكر وتهرسه وترفس به الخبز الخمير مع زيت الزيتون ويأكله سبعة أيام يبرأ بإذن الله تعالى.

علاج الفجعة والكمد وغير ذلك :

تأخذ شراب المصاصة والصيمران وكركم وعصفر وبوسليس وقصة الحنا والحرز البوقية والكمون والسينوج والحنا والزنجبيل وزيت الزيتون والنعناع والنانخة والمحب وتهرس العقاقير وتضربها مع بعضها بعضاً ويأكل العليل ذلك الدواء والله تعالى هو الشافي.

علاج الإنسان الذي لم يعرق :

تأخذ على بركة الله تعالى جندبا دستر وهو خصبة حيوان بحري يسمى سمور وهو قدر اليربوع، تأخذ خصيتيه وتهرسهما وتغليهما في الزيت ويدهن به الإنسان بدنه فإنه يعرق بإذن الله تعالى^(١).

دوالي الساقين:

لبيدة: تعالج الدوالي في الساقين ونحوها بطليها بزيت الأزهار، ولعلماء تغمر الأزهار في زجاجة شفافة ومحكمة السد بزيت الزيتون وتوضع في الشمس لمدة ثلاثة أسابيع وتصفى^(٢).

(١) - «الرحمة في الطب والحكمة» للسيوطي.

(٢) - «الأعشاب فوائدها في علاج النساء» د/ فوزية حسن.

عرق النساء:

يحمى دبوس على النار حتى يحمر، ويطفأ بالسبيرتو الأبيض، ثم ينخز الورك بالدبوس سبع مرات على شكل دائرة صغيرة عندها يسيل بعض نقاط من الدم .

يسحق بذر الكتان بمقدار ملعقة كبيرة ويغلى المسحوق في نصف كباية من الماء على النار حتى يصبح كالمعجون، يوضع هذا المعجون بين شاشتين ويلصق محل وخز الدبوس لمدة ثلاث ساعات ويربط بقطعة من القماش، وبعدها ترفع هذه اللصقة من موضعها، ويوضع محلها لزقة أخرى ومن ثم ترفع أيضاً هذه اللزقة بعد ثلاث ساعات وبعد ثلاث ساعات أخرى يدهن محل اللزقة بزيت الزيتون ويربط بقطعة قماش من وبر الجمل لمدة أربع وعشرين ساعة. (١)

(١) - « أسرار الطب العربي القديم والحديث » سعيد كو ناي .

علاج الجذام والسعلة وثقل الرأس :

تأخذ على بركة الله من الزبيب الأحمر ما شئت، وتسحقه سحقاً ناعماً وخذ من العسل وزيت الزيتون والثوم والسمن البقري والخل والكسبرة والكرامية والكمون والسانوج والخشخاش والسهم، وهو الججلان والفلفل والزنجبيل والقرفل ولسان عصفور وجوزة الشرك وقاع قلة والحرمل والصعتر وزريعة الكتان والنونخة ومرغنيس وحب حلاوة وزعفران وقمحاً مقلياً وحمصاً أسود وحليب بقرة حمراء . تخلطهم جميعاً بعد السحق والمزج جيداً، كما ذكرنا وتجعلها في إناء مزجج وتخمرهم سبعة أيام حينئذ يأكل منه المريض، يبرأ بإذن الله تعالى من جميع ما ذكرنا ومن البرص والحناش التي تكون في الجوف وتخبيط العقل والسوداء واللغم والأخلاق الباردة ومرض النشاف والحمرة والهوة والجرب والدود والريح ووجع الكبد والطحال ووجع الطارق. (١)

لآلام الدورة الشهرية:

يدلك جدران البطن بزيت الكرواية، ويعمل الزيت من كمية من البذور مع ضعفها من زيت الزيتون، وجزء معادل لهما من الكحول الأبيض، ثم يغلى المزيج إلى أن تتبخر منه كمية الكحول، ويدلك موضع الألم بهذا الزيت، ويغطي بضماد دافئ صوفي. (٢)

للحمل:

تأخذ المرأة الكلكم وتدقه ناعماً وتعمل منه عصيدة شعير مسوس، وتفطر عليها ثلاثة أيام بالزيت فإنها تحمل بإذن الله تعالى. (٣)

(١) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي .

(٢) - « الأعشاب فوائدها في علاج النساء » د/ فوزية حسن .

(٣) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي .

علاج الجنين الراقد في بطن أمه:

تأخذ عروق الصفصاف واللوبان والميعة وزبد البحر والزنجار وتسحق الجميع وتغليهم بزيت الزيتون وتفطر عليهم المرأة ثلاثة أيام يفيق بإذن الله تعالى. (١٢)

للمرأة التي غار دمها على الصغير الذي في بطنها وهو حي:

تأخذ فتيلة حرير أحمر ويكون طولها من قرنها إلى ساقها وتأخذ عقد متاع القصب، وتحطهم في ماء الورد، وتقرض عليهم الفتيلة المذكورة بالمقصر على العقد في وسط ماء الورد وكذلك العقد أيضاً تقرضهم في الماء وتشربهم المرأة على الفطور، وتأخذ عرق نياز أزرق، وتمرغه بزيت الزيتون وتبخر به تحتها فإنه يرتفع الدم عنها ويقوم الجنين إذا كان حياً بإذن الله.

علاج المصروع:

اعلم أن الصرع هو خلط رديء الكيموس، يسكن في تجاويف دماغ الإنسان من زيادة خلط بارد رديء كامن في الجوف يسمى جنوناً أو صراعاً لأنه لا يسجن، ثم يهيج في أوقات معروفة ويكثر في أوقات المطر والغيم والريح البارد ونحو ذلك فيدب من القدم إلى الرأس حتى إذا وصل إلى الدماغ صرع الإنسان، حتى يسقط إن كان نائماً ومنهم من إذا أحسَّ به سعى ليسقط ومنهم من إذا أحسَّ به تدثر بتغيير عقل فتراه يتكلم وهو لا يشعر وربما جاوب كل إنسان على قدر كلامه وهو لا يشعر.

العلاج:

يمسك في بيت صين عن الهواء، ويدهن دماغه وجميع بدنه بزيت الزيتون دهناً جيداً ويطعم المطاعم الحارة الرطبة الدسمة ويجتنب ما عدا ذلك حتى يبرأ بإذن الله. (١)

(١) - «الرحمة في الطب والحكمة» للسيوطي.

الصداع :

تسحق حبة البركة ناعمة وتخلط بزيت الزيتون ثم تعصر في خرقة ويقطر الزيت في أنف المصاب بالصداع فإنه يشفيه. (١)

للصداع أيضاً :

تأخذ الفيجل وتغليه في الزيت، ويدهن به رأس العليل، وإذا كان مشمساً أربعين يوماً للشمس، وبعد ذلك يدهن به الرأس يبرأ بإذن الله تعالى.

علاج الأقرع:

تأخذ أصل التين الذكار ومن ورقه وتجعله في طاجن وتلقي عليه من الزيت ما يغمره ويغلي جيداً، ثم تنزله وتلقي فيه شحم ماعز بغير ملح ومثله من الزفت الجير وشيء من الكبريت فيغلي معه غلياناً شديداً حتى يختلط مع بعضه بعضاً، فأنزله من على النار واجعله في فخارة وتطلي به في موضع القراع والفرطسة فإنه صحيح مجرب.

وصفة ثانية:

تأخذ عروق القصب وعروق الزيتون وعروق الرتم واطبخهم واعصرهم واعجنهم بالحناء والسمن البقري، ويطلّى به الرأس يبرأ بإذن الله تعالى. (٢)

للقروع والحب الذي ينبت في الرأس:

تأخذ جزء زاووق وجزءاً من ماء الليم، وإن لم يوجد الليم فبالخل فتقتل الزواوق أولاً في ماء الليم أو الخل وتضيف إليهم ربع جزء زيت وتخلطهم جميعاً في بعضهم، ويدهن به الرأس صحيح مجرب.

(١) - «الشفاء بالحبة السوداء» فرج عبد الحميد القداحي.

(٢) - «الرحمة في الطب والحكمة» للسيوطي.

علاج القمل:

يغسل الموضع بماء البحر أو بماء يجعل فيه ملح ويغسل به الرأس ويحلق الرأس إن أمكن ويأخذ عصارة الفيجل ويضربه بزيت ويدهن به في الحمام، ويؤخذ عاقر قرحا وهو الكنطس يسحق ويخلط مع مرارة ثور وزيت ويطلّى به الموضع يزول منه.

للقمل الذي يكون في الرأس والبدن:

تأخذ الحناء والزواوق ويطلّى به الرأس، وإن كان في البدن تأخذ المرتك والزواوق والزيت والخل الحاذق وتقتل الزواوق والمرك في الخل وتخلطه مع الزيت، ويطلّى به البدن وينجو منه بإذن الله تعالى.

للقمل الذي في الرأس:

تأخذ تاج الهدهد واحرقه في النار واخبطه مع الحناء، ويطلّى بها رأس صاحب القمل، يبرأ بإذن الله تعالى.

للقمل أيضاً:

تأخذ الزواوق وتجعله في الزيت والحناء حتى يمتزج وتأخذ خيط صوف أو غيره، وتطليه منه أي من الحناء والزواوق ويربطه صاحب القمل في عنقه فإنه يذهب عنه ويموت.

للقمل أيضاً:

تأخذ ورق الدفلى وتبيسه وتهرسه حتى يصير دقيقاً، وتخلطه بالزيت ويدهن به جسده كله فإنه يبرأ.^(١)

(١) - «الرحمة في الطب والحكمة» للسيوطي.

للصئبان في أي عضو كان :

تأخذ علك الصنوبر وتجعله في الزيت حتى يمتزج ويدهن به مراراً .

لجمع البراغيث:

تطلي قضيب الزيتون بشحم القنفذ واحمله في بيت البراغيث فإنه يجتمع عليه بإذن الله تعالى .

إصلاح الشعر الذي ينسل من الرأس واللحية:

علاج الشعر اليابس : أن ينقع بزر قطنة أو سليط في زيت، ويترك يوماً وليلة، ثم يعصر الدواء ويجعل فيه من الميعة اللينة الطيبة ويتركه يوماً وليلة ثم يستعمل بعد ذلك فإنه يليه ويحسنه وهو جيد مجرب .

علاج الشعر الرطب:

أن يغلى الزيت أو السليط على نار لينة وي طرح فيه مصطكى ولاذن، ثم يستعمل .

علاج الشعر الذي ينسل من الرأس:

تأخذ قشور الثوم ويغلى في الزيت ويدهن به فإنه جيد نافع ينبت الشعر .

وصفة ثانية:

تأخذ جلد القنفذ واحرقه واطبخه في الزيت ويدهن به صاحب العلة يبرأ لكن يدهن من هذا الدواء ثمانية أيام فإنه يعافى^(١).

(١) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي .

وصفة أخرى :

تأخذ بريون وتأخذ عروق القصب وتدقه وحده حتى يصير دقيقاً، وتأخذ ظاجناً جديداً، وتجعل فيه زيتاً عتيقاً وتجعل ذلك الدقيق مع بريون في الزيت، وتغليه مع عروق القصب وتحطه على رأس العليل فإنه ينبت الشعر. (١)

زيت الزيتون والشعر الجاف:

للشعر الجاف معاملة خاصة، يجب أن يغسل مرة واحدة كل أسبوع بشامبو زيتي، أما إذا كان الجفاف زائداً فيدعك الشعر بزيت الزيتون قبل غسله بساعة وتلف الرأس في فوطة دافئة سبق غمرها في ماء ساخن حتى تفتح مسام الجلد ويستعمل بين كل غسيل وآخر زيت نباتي تدلك به جذور الشعر لجعله طرياً سهل التمشيط كما يجب أن نعتني بالطعام بحيث يشمل بعض الزبد والقشدة وزيت الزيتون وسوف يحدث تحسن كبير في حالة الشعر.

تساقط الشعر:

إذا أخذت قشور الثوم وغليت في الزيت ودهن به الشعر فإنه يمنع سقوطه.

الدمامل المتقيحة:

تستخدم اللبخة المصنوعة من شرائح البصل المسخنة تسخيناً يحول اصفرار أوراق البصل ثم توضع على الدمامل وتغير كل ١٢ ساعة ويمكن عمل لبخة أخرى من مزيج البصل المهروس مع زيت الزيتون. (٢)

(١) - «الرحمة في الطب والحكمة» للسيوطي.

(٢) - «الأعشاب لجمال البشرة والشعر والأظافر»

ورق الزيتون علاج لمنع سقوط الشعر:

تغلى قبضة من ورق الزيتون في قدحين ويغسل به الرأس مرتين بالأسبوع ويمكن أن يغسل الرأس بعد ساعتين بماء فاتر مع الصابون الأفرنجي.^(١)

تهيجات الجلد الملتهب :

دقيق يستخدم كعلاج لتهيجات الجلد الملتهب والرضات فيعمل عجينة ويدهن بالزيت، ويوضع كمادات فوق الجلد ويربط حتى الصباح لتزول الالتهابات والأورام، وتخف الأوجاع.

علاج تشقق الشفتين:

إذا مزجت المستكة مع زيت الزيتون ودهنت به الشفاة المشققة يسرع في شفائها كما يفيد غسل الشفتين بغلي بذور الخلبة.^(٢)

لعلاج تورم الأعضاء التناسلية :

تعالج هذه الحالة المرضية بتكميدها بمغلي حبوب الكمون بزيت الزيتون، ويستعمل وهو ساخن.^(٣)

الارتخاء الجنسي:

تطحن حبة البركة وتوضع في زيت الزيتون واللبن ولبان الذكر وتخلط جيداً وهذه الوصفة تزيل هذا^(٤)

(١) - «أسرار الطب العربي القديم والحديث» سعيد كويلي.

(٢) - «الأعشاب لجمال البشرة والشعر والأظافر».

(٣) - «الأعشاب فوائدها في علاج النساء» د/ فوزية حسن.

(٤) - «الشفاء بالحبة السوداء» فرج عبد الحميد القداحي.

لتقوية الجماع:

يؤخذ حب الصرو ويدق ويصب عليه زيت الزيتون والعسل المنزوع الرغوة ثم يأكله على الريق فإنه يقوي على الجماع.

علاج الخصيتين وأوجاعهم:

تأخذ زيتاً صافياً وتضعه في قارورة وتضعها للشمس واحداً وعشرين يوماً بعدما تضع فيه عقرباً حية كما هي ثم تدهن به ذكره وخصتيه ثلاثة أيام بيبراً بإذن الله تعالى مجرب ويكتحل به الأعمش. (١)

وصفات لتأخير القذف:

يحلى ١٠ جم لبان دكر في ١٠٠ جم زيت زيتون على نار هادئة حتى يذوب اللبان مع مراعاة الحرص على ألا يحترق الزيت أو تتصاعد أبخرته نتيجة لزيادة التسخين، وتؤخذ منه ملعقة كبيرة قبل الجماع بثلاث ساعات على الأقل، مع دهن البطن بزيت السمسم - أو حتى الطحينة - ودهن العانة بدهن الزعفران أو القسط الشامي، وقبل الجماع مباشرة تغسل البطن والعانة أو يؤخذ حماماً، ويمكن صنع دهن الزعفران أو القسط بطحن أي منهما، ثم عصره في كمية من الماء، تكفي لتغطيته، ويرفع على نار هادئة، حتى يتبقى نصف الماء، تكفي لتغطيته، ثم يرفع ويصفى وتضغط العشبة في المصفاة أو قماش التصفية، لاستخراج ما بها من سائل، ويضاف إلى السائل المصفى زيت الزيتون أو زيت السمسم، وبما يساوي ضعف وزن العشبة، ويرفع على نار هادئة حتى يتبخر الماء ويبقى الدهن.

يدهن العضو بالعنبر المحلول في زيت الزيتون - أجزاء متساوية - قبل الجماع بساعتين، ثم يغسل قبل الجماع مباشرة. (٢)

(١) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي .

(٢) - « الحيوية والرجولة » د / محمد حسين .

وصفة ثانية:

يشرب قدر ملعقة صغيرة من دهن العاقر قرحاً - عود القرح - قبل الجماع بساعتين مع دهن العضو بنفس الدهن لتحريك شهوة الجماع، على أن يغسل قبل الجماع مباشرة، ويصنع دهن العاقر قرحاً بطبخ كمية منه في خمسة أمثالها ماء، على نار هادئة حتى يتبخر نصف الماء، ثم تضاف إليها كمية من زيت الزيتون، مساوية لنصف كمية الماء، ويبقى الدهن الذي يصفى ويستخدم.

في حالة قلة إفرازات المرأة:

يمكن للرجل ذلك عضوه بقليل من زيت الزيتون قبل الجماع مباشرة، وليس للزيت أي مضاعفات جانبية مثل المراهم والزيوت الأخرى.

فوائد الفيتامينات التي في الزيتون :

فيتامين «أ» المفيد في حالات عقم الرجال

فيتامين «ب» المقوي للأعصاب ...

فيتامين «ف» المؤدي نقصه لعدد من الأمراض الجلدية

تقوية الجنس :

جرجير، جزر، جوزة الطيب، حب رشاد، حبهان، بذور القطن، زعفران، زنجبيل، زيتون، شمر، ماء لقاح النخيل، عاقر قرحا، قراص، زيت ناعمة مخزنية، نعناع.^(١)

(١) - «الحيوية والرجولة» د / محمد حسين .

زيت الزيتون والكوليستيرول

لاحظ مجموعة من الأطباء الأمريكيين انخفاض نسبة الإصابة بالأمراض الناتجة عن زيادة معدل الكوليستيرول بالدم بين سكان منطقة البحر الأبيض المتوسط.

وبعد إجراء العديد من الدراسات والأبحاث، توصل هؤلاء الأطباء إلى أن السبب في ذلك يرجع إلى تناول هؤلاء الأشخاص لزيت الزيتون بصورة منتظمة، حيث يعتبر الزيتون من الأطعمة الأساسية في غذاء هؤلاء الأشخاص، كما وجد هؤلاء الأطباء أن زيت الزيتون غني بالدهون «الوحيدة غير المشبعة Mono-Unsatu rated Fats» التي تلعب دوراً مهماً في إنقاص معدل الكوليستيرول بالدم.

وحدثاً قامت إحدى شركات الأدوية الأمريكية بصناعة كبسولات تحتوي على زيت الزيتون لتعطي فوائد زيت الزيتون الصحية في صورة سهلة وأمنة.^(١)

الآفات القلبية وتصلب الشرايين:

إنَّ خصائص فيتامين «E» هي في معالجة الآفات القلبية وتصلب الشرايين وهو يلعب دوراً هاماً في التناسل وسمي بفيتامين الإخصاب، ويساعد على مدالنمو في الحيوانات المنوية.

يوجد هذا الفيتامين في: جنين القمح، وزيت الفستق وزيت الذرة، والقطن، وزيت فول الصويا، وزيت الزيتون، والملفوف، والسبانخ، والبقدونس، والجوز، والخس، والبازلا، والهليون، وصفار البيض والكبد.

اليرقان والتهاب الطرق الصفراوية:

إنَّ خصائص فيتامين «K» هي تأمين الخميرة الخاصة بتخثير الدم ولمعالجة التهاب الكبد واليرقان والتهاب الطرق الصفراوية والكيس الصفراوي.

يوجد هذا الفيتامين في السبانخ والقرنبيط وأوراق الخبواب الخضراء والجزر والملفوف والبطاطا والبندورة وفي الزيوت النباتية وزيت السمك.^(٢)

(١) - مجلة «طبيبك».

(٢) - «أسرار الطب العربي القديم والحديث» سعيد كويلي.

آلام الظهر:

يوضع عجين بالفرن على شكل رغيف الخبز بدون أن ينضج كلياً، يدهن عليه زيت الزيتون ويلصق على الظهر. يعمل في هذه الطريقة لمدة ثلاثة أيام.

علاج المفاصل:

يسخن نصف فنجان قهوة زيت ويؤخذ صباحاً على الريق ويؤكل فروجاً مشوياً بدون ملح.

يغلى ٤٠ غراماً سلمكي مع ٣٠ غراماً يانسون و ١٠ غرامات شماماز ١٠ غرامات كزبرة و ٥٠ غراماً بذركتان و ٥٠ غراماً سكر نبات وتوضع في ١٦ كوباً من الماء تغلى على النار حتى تصفى ٨ أكواب.

يؤخذ الدواء الأول مرة في اليوم لمدة ستة أيام مع شوي فروج واحد يومياً.

ثم يؤخذ من الدواء الثاني كل يومين كوباً واحداً صباحاً على الريق والأكل بعد أربع ساعات ويحفظ بالباقي في البراد.^(١)

الحبوب الصفراء التي تظهر على الوجه والأذنين:

يسحق ١٠٠ غرام مدرسك ذهبي و ٥٠ غراماً مدرسك فضي. ويزوب ٥٠ غراماً ملح الرصاص و ١٠ غرامات ماء الورد في مرطبات ويحرك بواسطة عود صغير.

يضاف مسحوق المدرسك إلى المرطبات ويمزج فيه أيضاً ١٥٠ غراماً زهر التوتياء و ٢٥ غراماً سبيداج و ٦ غرامات سرور و ٢٠٠ غرام سيرج وبعد خضه جيداً يضاف إليه أيضاً ملعقة كبيرة خل العنب وملعقة كبيرة زيت حلو وتمزج جميعها مرة أخرى مزجاً جيداً.

عند الاستعمال يجب خض المرطبان لفترة قصيرة ثم تدهن الحبوب قطراً مرتين في النهار صباحاً ومساءً لمدة ستة أيام وفي اليوم السابع تدهن الحبوب بزيت الزيتون وبعد أربع ساعات تغسل بماء النخالة.

(١) - «أسرار الطب العربي القديم والحديث» سعيد كويلي

يحذر أكل السمك والبيض والشوكولا عند استعمال العلاج.

يستفاد من هذا العلاج في مكافحة الحبوب التي تظهر في رأس الطفل مثل القرع.

علاج لطرد الديدان الناعمة:

تغلى حفنة خبيزة في ليتر من الماء وتترك جانبا ويوضع في الحقنة الملعقة كبيرة من زيت الزيتون ويسكب فيها ثلاثة فناجين قهوة من مغلي الخبيزة وتعمل حقنة، وبعده يحقن الماء الباقي من مغلي الخبيزة شرط أن يكون فاترا وعند الحقنة على المصاب بالديدان أن يجري عملية الشهيق والزفير ... تعمل الحقن كل يومين مرة واحدة على خمس مرات .

لمعالجة الجروح الكبيرة :

يسحق ٥٠ غراماً مدرسنك ذهبي و٤٠ غراماً مدرسنك فضي يضاف إليها ثلاث فناجين قهوة من زيت الزيتون وفنجان قهوة خل العنب تغلى على النار جيداً.

أولاً: تغسل الجرح بملح الرصاص الممزوج بكوب ونصف من الماء بعد الغلي وتنشف الجروح بهذا المرهم وتربط بالشاش يوميا عند المساء حتى الصباح، يعمل بهذه الطريقة لمدة ستة أيام.

علاج للحروق:

يحمص ٥٠ غراماً عشبة القيصعين « مريمية » وتسحق وتمزج مع فنجان قهوة من زيت الزيتون، تدهن الجروح وتلف بشاشة كل يوم مرة خمسة أيام.

(١)

(١) - « أسرار الطب العربي القديم والحديث » سعيد كويلي.

لإزالة الحكمة :

يمزج ١٠ نقط استفينيك و ١٠ غرامات كبريت عاموي و ١٠ غرامات زهر التوتياء و ٦ غرامات اكتول أسود و غرام واحد يود و فورم و فنجان قهوة زيت حلو تمزج جميعها مزجاً حتى تصبح كالمرهم.

علاج آخر لإزالة الحكمة :

يمزج ١٢ غراماً ملح الرصاص مع ١٢ غراماً سبيداج ناعم و ٣ غرامات ملح اسفنج و تسحق جيداً لتصبح ناعمة و تضاف إلى فنجان و نصف قهوة من زيت الزيتون حتى تصبح كالمرهم مع اضافة ١٢ غراماً كبريت الجمل و تمزج جميعها مزجاً جيداً.

يدهن الجسم بهذا المرهم مرتين في اليوم لمدة اسبوع صباحاً و مساءً.

يؤخذ بجانب هذا المرهم قدر حمصة صبراً شقراً سفاً و ذلك بعد وضعها في ورقة سيجارة و يؤخذ و راءها قليل من الماء ليسهل بلعها و ذلك بعد العشاء بساعة يومياً مرة واحدة.

علاج آخر لإزالة الحكمة العامة :

يغلى ١٠٠ غرام سيرج أو زيت الزيتون مع ٥٠ غراماً شمع عسلي و ٥٠ غراماً شمع أبيض حتى تصبح كالمرهم ترفع عن النار و متى اصبحت فاترة يضاف إليها ١٢ غراماً مدر سنك ذهبي و ٦ غرامات سرور أي - زئبق أحمر - و تمزج جيداً.

يدهن الجسم مرتين باليوم لمدة ستة أيام كما يؤخذ بجانبها سفا صبراً شقراً كل يوم مرة واحدة كمية حمصة لمدة عشر أيام. يوصف هذا العلاج للرجال و النساء على السواء.^(١)

(١) - « أسرار الطب العربي القديم و الحديث » سعيد كويلي.

علاج للقرع:

تمسح الحبوب الظاهرة بين شعر الرأس بقطعة من القماش منغموسة بالكاز حتى تصبح الحبوب لينة، ثم يوضع ٢٠٠ غرام نخالة في كيس من القماش ويثقل بحجرة وينزل في تنكة من الماء وتغلى على النار وبعد غليها إلى أن تصبح نصفها يرفع الكيس من الماء وتفرك الحبوب بهذا الكيس حتى تزول قشورها من الرأس ثم يغسل الرأس بماء النخالة وينشف جيداً بواسطة المنديل.

ثم يمزج ٣ غرامات ملح الرصاص و٦ غرامات ماء الورد ويضاف إليها ٥٠ غراماً مدرسنك ذهبي و٢٥ غراماً مدرسنك فضي و١٥٠ غرام زهر التوتياء و٢٠٠ غرام زيت سيرج وتمزج من جديد لمدة ربع ساعة ثم يمزج معها ٣ غرامات سرور وملعقة كبيرة خل العنب وملعقة كبيرة زيت الزيتون لتصبح مرهماً.

يدهن الرأس والحبوب جيداً كل يوم مرتين بهذا المرهم ويربط بقطعة من القماش وكل دهنة يجب تحريك المرهم حتى يمتزج جيداً.

يجب عدم غسل الرأس بالماء لمدة خمسة أيام وفي السادس يدهن الرأس بزيت الزيتون ويلف بقطعة من القماش حتى لا يتوسخ الفراش وفي الصباح يغسل الرأس بماء النخالة المغلي. يجب متابعة هذا العلاج مرة ثانية.

علاج للأكزيما في الأجنان وسقوط شعر الأجنان :

تفرم بصلة كبيرة وتغلى بفنجانين قهوة زيت زيتون حتى تصبح البصلة مثل الفحم، ثم تصفى ويدهن المحل المصاب مرتين باليوم لمدة خمسة عشر يوماً.

عندها ينبت الشعر وتشفى الأكزيما من العيون كما ان هذا الزيت ينفع ويشفي الحبوب التي تظهر في الجسم^(١)

(١) - « أسرار الطب العربي القديم والحديث » سعيد كويلي.

علاج للأكزيما المزمته:

يضاف قليلاً من الماء: ١٠ غرام من الزرنينخ ليصبح كاللبن .. يدهن المحل المصاب ويمسح الدهان منه بعد ساعة ويعمل بهذا الدهان يوماً بعد يوم. يستعمل بعده العلاج التالي:

يغلى على النار ٥٠ غراماً من الزيت و ٢٥ غراماً شمع عسلي و ١٢٥ غراماً سبيداج و ٦ غرامات هواجواني و ٥ غرامات سرور و ٥ غرامات مدرسنك ذهبي وتحرك جيداً حتى تصبح كالمراهم وبعد أن يبرد هذا المزهم يضاف اليه ٦ غرامات ملح الرصاص ويمزج مرة ثانية.

يدهن المحل المصاب بالأكزيما ويربط بالشاش يعمل بهذا العلاج يوماً بعد يوم ولمدة عشرة أيام.

ملاحظة: إذا شعر المصاب باحتراق شديد بعد دهنه بالزرنينخ لأول مرة وبعد مسحه يدهن بالزيت ليخفف الألم والاحتراق.

تشقق الأيدي والأرجل وبين الأصابع:

يسحق ٥٠ غراماً مدرسنك ذهبي و ٢٥ غراماً مدرسنك فضي وتمزج في نصف فنجان قهوة من زيت الزيتون ونصف فنجان قهوة سيرج ونصف فنجان قهوة خل العنب حتى تصبح مرهماً. تدهن الشقوق وتربط بقطعة قماش حتى الصباح لمدة ستة أيام.

تأخر المشي عند الأطفال:

تغلي قبضة من ورق السداب أي - الفيجم - في فنجان شاي من زيت الزيتون حتى تحترق وتصبح فحماً ثم يصفى الزيت وتفرك به اليدان والرجلان مرتين في اليوم لمدة عشرة أيام فركاً جيداً من أسفل إلى أعلى^(١).

علاج الإرتخاء في اليدين والرجلين:

(١) - « أسرار الطب العربي القديم والحديث » سعيد كويلي.

يسحق ١٥ غراماً من بذر الخردل وتغلى في طنجرة من الماء أولاً يعمل حمام بالمغطس مع اضافة هذا الماء لمدة نصف ساعة ثم تسحق ١٥٠ غرام من حبة البركة وتمزج مع ١٥٠ غرام من زيت الزيتون وتغلى على النار حتى تصبح كالمرهم وبعد أن تفتر يدهن الجسم بها أي اليدين والرجلين ويعرضهما للشمس لمدة نصف ساعة أو يجلس أمام المدفأة ثم يعمل حماماً عادياً. يعمل بهذا العلاج كل يومين مرة واحدة على أربع مرات.^(١)

حموضة المعدة:

يستعمل مغلي عرق أكر أو الملبس أو زيت الجذور أو مضغ قطع الجذور الجافة لمعالجة الحموضة في المعدة، ويعمل المغلي بنسبة ملعقة صغيرة من الجذور المفرومة لكل فنجان من الماء على أن يغلي لمدة قصيرة، فقط، ويشرب منه فنجانان في اليوم، ويلاحظ أن مغليه البارد أفضل مذاقاً من الساخن، وأما الملبس فيعمل بطبخ حلقات من الجذور لمدة ساعة في محلول السكر المركز. ثم تعريضها للهواء منفردة فوق سطح أملس، إلى أن تبرد تماماً ويتجمد غلافها السكري.

ويعمل الزيت من نقع كمية الجذور في خمسة أمثالها من زيت الزيتون في زجاجة محكمة السد ووضعها في الشمس لمدة عشرة أيام وتصفيتها بعد ذلك مع عصر الجذور فيها ويؤخذ من الزيت مقدار (١٠-١٢) نقطة على قطعة صغيرة من السكر مرتين في اليوم، أما مضغ الجذور فيكون بوضع قطعة جافة منها في الفم ومضغها ببطء ولمدة طويلة كاللبان.^(٢)

(١) - «أسرار الطب العربي» سعيد كوبلي.

(٢) - «الأعشاب فوائدها في علاج النساء» د/ فوزية حسن.

تلين الجهاز الهضمي:

تمر، تين، خس، رواند، زيتون، سمس، عرقسوس، لبلاب. (١)

المغص المعوي:

تستعمل بذور الكراوية الساخنة لمعالجة المغص المعوي خصوصاً عند الأطفال، وذلك بأن يُملأ كيس صغير من قماش كتاني بالبذور ويُسخن، ثم يوضع فوق البطن ويثبت برباط، ويدلك جدار البطن بزيت البذور، لتسكين المغص المعوي وطرده الغازات، ولتسكين آلام أسفل البطن (رحم ومبيض ... الخ) ويعمل الزيت من كمية من البذور، مع ضعفها من زيت الزيتون، وجزء معادل لها من الكحول، ثم يغلى المزيج إلى أن تتبخر منه كمية الكحول، ويدلك موضع الألم بهذا الزيت ويغشى بضماد دافئ. (٢)

علاج القولون:

من يعاني من القولون فالثوم صالح له ان أخذ مع ورق الزيتون الطري. (٣)

كسل الأمعاء:

تشطر ست أو سبع تينات إلى شطرين وتغمس الشرائح بزيت الزيتون، ثم يضاف إليها بضع شرائح من الليمون، وتترك ليلة كاملة، وفي الصباح تُغمس هذه الشرائح في الزيت وتؤكل على الريق.

للتخمرات المعوية والمعوية:

الزعرم مضاد للتخمرات المعوية والمعوية، ويؤخذ مضافاً إليه الزيت أو العسل. (٤)

(١) - «الحيوية والرجولة» د / محمد حسين .

(٢) - «الأعشاب فوائدها في علاج النساء» د / فوزية حسن .

(٣) «الطب الإسلامي» مختار سالم .

(٤) - «أسرار الطب العربي القديم والحديث» سعيد كوبلي .

علاج المصارين :

إذا كان للإنسان وجع في بطنه وتعسر بهراقة الماء تأخذ قلب سالوس وهو الكلخ وتدقه وتسحقه أيضاً ويعصد مع دقيق الشعير، ويؤكل بالزيت ثلاثة أيام وكذلك العاقر من النساء تفعل ذلك.

علاج نفخ البطن :

تأخذ حشيشة مرارة الخيل وعروق السكوم واطبخها غاية الطبخ وصف ماءهما، وارم الثفل، وعصد على الماء ثلاثة أيام وكل بالزيت فإنه نافع إن شاء الله تعالى.

علاج الدم الذي يجري من الدبر والذكر :

يواظب على شرب الزيت الصافي الطيب كل يوم أربع أواق مدة خمسة وعشرين يوماً أو شهر فإنه يقطعه بإذن الله تعالى صحيح مجرب.

علاج جري الفؤاد:

تأخذ الحرمل وتسحقه وتعمله في الزيت السخن وتفطر عليه ثلاثة أيام تبرأ بإذن الله تعالى. (١)

الزكام:

تنقع حبة البركة في زيت الزيتون ثم تقطر منها في أنف المصاب يشفى الزكام.

وإذا دقت الحبة السوداء ونقعت في زيت الزيتون وقطر منها في الأنف من ثلاث مرات أو أربعة في اليوم كان ذلك وافي من الزكام والسعال. (٢)

(١) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي .

(٢) - « الشفاء بالحبة السوداء » فرج عبد الحميد القداحي .

الزكام والسعال:

إذا دقت حبة البركة ناعماً ثم نقعت في زيت الزيتون وقطر منها في الأنف ثلاث مرات أو أربعة في اليوم كان ذلك سببياً للشفاء من الزكام والسعال المصاحب له .

وللصداع أيضاً:

إذا خلط بذر حب الرشاد بعد سحقه مع زيت الزيتون ووضع على الجبهة والرأس فإنه نافع جداً في تخفيف آلام الصداع.

آلام الأعصاب:

يؤخذ بعض من روح النشادر مع قليل من زيت الزيتون ويخلطان جيداً ببعضهما ثم يدلك به مكان الوجع أو الألم العصبي فإنه يسكنه.

الشلل:

يفيد التدليك بزيت العرعر من ٢-٣ مرات في اليوم ولبضعة أسابيع في معالجة شلل العضلات ويعد الزيت بنقع جزء من الثمار المهروسة من العرعر في ثلاث أضعافه من زيت الزيتون في زجاجة محكمة السد توضع في مكان حار لمدة عشر أيام يصفى بعدها المنقوع ويخفف بإضافة كمية معادلة من الماء ويخض جيداً ثم يحفظ للاستعمال.

التهاب الأوعية اللمفاوية:

يستخدم مزيج الجاوي للتكميد فوق مكان التهاب الأوعية اللمفاوية في الجلد... ويجهز المزيج من مسحوق جذور وأوراق الجاوي مع زيت الزيتون ثم يكمد بالمزيج في مكان الالتهاب^(١).

(١) - « الصحة والعلاج في الطبيعة والأعشاب » د / سامي محمود.

علاج النقرس :

تعالج الأطراف والمفاصل المصابة بداء النقرس بتدليكها بزيت العرعر أو صبغته ٢-٣ مرات في اليوم ويستمر العلاج لبضعة أسابيع، وتعمل المصبغة أو الزيت بنقع جزء من ثمار العرعر المهروسة في ثلاثة أضعافه من الكحول - السبيرتو- لعمل الصبغة أو زيت الزيتون لعمل الزيت وذلك في زجاجة محكمة السد توضع في مكان حار لمدة عشر أيام يصفى بعدها المنقوع ويخفف بإضافة كمية معادلة له من الماء ويخض جيداً ويحفظ. (١)

التهاب الرئة:

مغلي الحلبة أو مسحوقها يستعمله الأطباء الفرنسيون بنجاح كبير لمعالجة الالتهابات الرئوية، ويعمل المغلي بإضافة مقدار ملعقة صغيرة من مسحوقها إلى نصف لتر ماء وغليه لمدة دقيقة واحدة فقط، يصفى بعدها المغلي ويُشرب بجرعات متعددة ملعقة كبيرة كل ساعة.

أما مسحوق بذر الحلبة فلا ستعمله بالفم..... يُمزج منه مقدار ١٠ جرامات مع كمية معادلة من زيت الزيتون، ويؤخذ ربع هذه الكمية أربع مرات في اليوم. (٢)

الالتهاب الرئوي:

يعد المرهم بمزج مسحوق بذر الحلبة مع فصوص مهروسة من الثوم ويضاف إلى هذا المزيج زيت الزيتون ثم يطلى به باطن القدمين بسمك شفرة السكين في الماء عند النوم ويربط فوقهما بقماش أصم - جورب - ليظل المرهم عليهما حتى الصباح ويمكن تكرار العملية. (٣)

(١) - «الصحة والعلاج في الطبيعة والأعشاب» د / سامي محمود.

(٢) - «الأعشاب فوائدها في علاج النساء» د / فوزية حسن.

(٣) - «الصحة والعلاج في الطبيعة والأعشاب» د / سامي محمود.

وصفة ثانية :

يستخدم مغلي الحلبة لمعالجة الالتهابات الرئوية، ويعد المغلي من مسحوق الحلبة، وذلك بغلي مقدار ملعقة صغيرة من مسحوق الحلبة إلى نصف لتر من الماء وغليه لمدة دقيقة واحدة فقط، يصفى بعدها المغلي ويشرب بجرعات متعددة - ملعقة كبيرة كل ساعة - كما يمكن أن يمزج مقدار ١٠ جرامات من مسحوق الحلبة مع كمية معادل قن زيت الزيتون ويؤخذ ربع هذه الكمية أربع مرات في اليوم.

علاج الروماتيزم:

تعالج العضلات والأطراف المصابة بالروماتيزم بتدليكها بزيت العرعر أو بصبغته ٢-٣ مرات في اليوم ولمدة بضعة أسابيع ... والصبغة أو الزيت يعملان بنقع جزء من أثمار العرعر المهروسة في ثلاثة أضعافه من الكحول - السبيرتو - لعمل الصبغة أو زيت الزيتون لعمل الزيت في زجاجة محكمة السد توضع في مكان حار لمدة عشرة أيام يصفى بعدها المنقوع ويخفف بإضافة كمية معادلة من الماء ويخض جيداً ويحفظ.

لتسكين آلام الروماتيزم المفصلي والعضلي :

يستخدم زيت الكراوية للتدليك الموضعي في تسكين آلام الروماتيزم المفصلي والعضلي، ويعمل الزيت من كمية من بذور الكراوية مع ضعفها من زيت الزيتون وجزء معادل من الكحول ويدلك موضع الألم بهذا الزيت ثم يغطى بضماد دافئ - قطعة قماش صوف - .

للمفاصل المصابة بالروماتيزم :

تدلك المفاصل المصابة بالروماتيزم بزيت أزهار الأقحوان ولعمل الزيت يضاف إلى كمية من رؤوس الأزهار الصفراء ما يكفي لغمرها من زيت الزيتون في زجاجة محكمة السد، وتوضع في الشمس لمدة أسبوعين مع خضها يومياً وتصفى بعد ذلك مع عصر الأزهار بقطعة شاش^(١).

(١) - « الصحة والعلاج في الطبيعة والأعشاب » د / سامي محمود.

للروماتيزم الذي يصيب مفصل الركبة:

تستخدم الوصفة التالية: يمزج لب الخيار مع الطبة والخل بأجزاء متساوية ويدق الجميع ثم يعجن المزيج بزيت الزيتون ويوضع على النار، ثم يطرح فيه ثوم مهروس وملح ويقلب جيداً حتى يتكون مرهم من هذا الخليط، ثم يدهن به المفصل المصاب ويوضع فوق الدهان قشر الخيار، ثم يلف بخرقه ويترك طوال الليل وحتى الصباح ويمكن للمريض أن يكرر الوصفة حتى تختفي الآم.

برودة القدم:

على الشخص المصاب ببرودة القدمين التنزه أو المشي لمسافات طويلة بجانب تدليك القدمين بقليل من الزيت النباتي.

للمصابين بضغط الدم:

توضع ٣٠ جرام من أوراق الزيتون في نصف لتر ماء يغلي على النار لمدة عشر دقائق ثم تصفى ويشرب منه المريض ٦ أكواب في اليوم.

وصفة ثانية:

يستعمل مستحلب زهور الأقحوان أو زيت الأزهار في زيادة نسبة الهيموجلوبين - مادة الدم الحمراء - وتقوية الدم... ولعمل زيت الأزهار يضاف إلى كمية من رؤوس الأزهار الصفراء ما يكفي لغمرها من زيت الزيتون في زجاجة محكمة السد وتوضع في الشمس لمدة أسبوعين مع خضها يومياً وتصفى بعد ذلك مع عصر الأزهار بقطعة من الشاش.

لتسكين آلام الحيض:

يدلك جدار البطن خصوصاً أسفل البطن بزيت بذور الكراويا لتسكين آلام الحيض، ويعمل الزيت من كمية من بذور الكراويا مع زيت الزيتون وجزء مساوئها من الكحول - السبيرتو - الأبيض ثم يغلى المزيج إلى أن يتبخر الكحول ثم يدلك موضع آلام الحيض أسفل البطن أو الظهر بهذا الزيت ويغشى بضماد دافىء صوفى^(١).

(١) - «الصحة والعلاج في الطبيعة والأعشاب» د / سامي محمود.

معالجة الإمساك :

يستعمل مغلي بذور الحلبة أو مسحوقها لمعالجة الإمساك ويعمل المغلي من بذور الحلبة بإضافة مقدار ملعقة صغيرة من مسحوق الحلبة إلى نصف لتر من الماء وعلية لمدة دقيقة واحدة فقط يصفى بعدها المغلي ويشرب بجرعات متعددة - ملعقة كبيرة كل ساعتين - أما مسحوق بذور الحلبة فإنه يمزج منه مقدار ١٠ جرامات مع كمية معادلة من زيت الزيتون ويؤخذ ربع هذه الكمية أربع مرات في اليوم.

لمعالجة المغص المعوي:

تستعمل بذور الكراوية ساخنة لمعالجة المغص المعوي خصوصاً عند الأطفال وذلك بأن يملأ كيس صغير من قماش كتاني بالبذور ويسخن ثم يوضع فوق البطن ويثبت برباط كما يستعمل زيت بذور الكراوية لتدليك جدار البطن لتسكين آلام المغص المعوي وطرد الغازات ويعمل الزيت من كمية من البذور مع ضعفها من زيت الزيتون وكمية مساوية لها من الكحول الأبيض - السبيرتو - ثم يغلى المزيج إلى أن يتبخر منه كمية الكحول وبعد التدليك بهذا الزيت تغطى البطن بغطاء دافئ صوف.

لقتل الديدان عند الأطفال تؤخذ أوقية من زيت الزيتون الجيد وأوقية من عصير الليمون وأوقية من السكر أو العسل وتخلط خلطاً جيداً ويعطى منها للطفل ثلاثة ملاعق صغيرة متفرقة أثناء النهار.^(١)

البواسير:

مغلي الحلبة يستعمله الأطباء الفرنسيون أو مسحوقها لمعالجة البواسير، وذلك بحقن المغلي فاتراً في الشرج، ويعمل بإضافة ملعقة صغيرة من مسحوق الحلبة إلى نصف لتر ماء، وعلية لمدة دقيقة واحدة فقط، يصفى بعدها المغلي ويترك حتى يصبح فاتراً ثم يستعمل.

(١) - «الصحة والعلاج في الطبيعة والأعشاب» د / سامي محمود.

أما مسحوق بذور الحلبة فيستعمل للشرب، حيث يمزج منه مقدار ١٠ جرامات، مع كمية معادلة من زيت الزيتون، ويؤخذ ربع هذه الكمية أربع مرات في اليوم. (١)

للبواسير :

يستعمل مغلي الحلبة أو مسحوقها لمعالجة البواسير ... ويعمل المغلي من بذور الحلبة بإضافة مقدار ملعقة صغيرة من مسحوقها إلى نصف لتر من الماء و عليه لمدة دقيقة واحدة فقط يصفى بعدها المغلي ويشرب بجرعات متعددة - ملعقة كبيرة كل ساعة. كما يستخدم مسحوق بذور الحلبة بمرزج مقدار ١٠ جرامات من المسحوق مع كمية معادلة من زيت الزيتون ويؤخذ ربع هذه الكمية أربع مرات في اليوم.

وصفة أخرى:

تقلى كمية من شيح البابونج بفنجانين من زيت الزيتون حتى يصبح البابونج مثل الفحم، ثم يصفى وتغسل فتحة الشرج أولاً بماء ساخن، ثم ينشف فيدهن بهذا الزيت فتحة الشرج ولا سيما من الداخل مرتين في اليوم، ويفضل أخذ حبة البركة والسكر مع كل مرة مقدار نصف ملعقة صغيرة. (٢)

ما ينفع من الأورام:

تأخذ دقيقاً وتجعله في برمة وتصبّ عليه ماء وعسلاً وزيتاً ويغلى على النار، ويضمّد به موضع الورم يبرأ بإذن الله تعالى .

للورم الحار المنتفخ:

تأخذ بياض البيض والكمون والثوم والصابون والسمن والزيت والحرمل والهندبا وهي التيفاف والأشنان وتدق الجميع دقاً ناعماً، وتخلطه مع الزنجار وتجعله على الورم فإنه يذهب بإذن الله تعالى. (٣)

(١) - «الأعشاب فوائدها في علاج النساء» د/ فوزية حسن.

(٢) - «الصحة والعلاج في الطبيعة والأعشاب» د / سامي محمود.

(٣) - «الرحمة في الطب والحكمة» للسيوطي .

للأورام :

تأخذ حبة الكزبرة إذا طبخت بسداب والمراد سنج والخل ودهن الورد ودقيق الشعير بنخالته يجعله في قدرة، وي طرح عليها خبزاً مدقوقاً وأصل خطميه وكمون ويصب عليه زيتاً وماءً وعسلاً ويغلي ويلزق ضماداً على موضع الورم الجاشمي في الحين يلينه وأخرى ويصب عليه زيتاً وماءً وي طبخ قليلاً، ويضمّد على موضع الورم فإنه يذهب الورم وإذا طبخ معها قليل خمير كان أقوى في التحليل.

علاج وجع الظهر والركبتين والساقين :

تأخذ الحرمل وتدقه وتصب عليه زيتاً ويجعل على النار حتى يسخن ويفطر عليه ثلاثة أيام بيبراً بإذن الله تعالى.

علاج الظهر والأوراك والمفاصل :

تأخذ عكر الزيت يخلط بلبن ويسخن ويدهن به دهناً بليغاً.

علاج وجع الركبتين والساقين :

يؤخذ من بعر الماعز جزءان ومن دقيق الشعير جزء واحد يخلط وي طبخ بخل وزيت ويوضع على الموضع شحم عتيق فينفع من ذلك، وينفع أيضاً من بيس الركبتين.

علاج شقاق اليدين والرجلين :

إن أردت علاجهم فخذ زيتاً طيباً، فاطل به عليهم وخذ خلأً وبصلأً واطبخه بزيت، وخذ من ذلك الزيت وادهن به الشقاق الذي في اليدين والرجلين، بيبراً بإذن الله تعالى...

للنفخ وثلث الجسد :

تأخذ ورق الصرو وتهرسه وترشه بالماء وتعصر ماءه وتعجن به خبز شعير وتطيبها وترفسها بالزيت يفطر على ذلك ثلاثة أيام بيبراً إن شاء الله تعالى. (١)

(١) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي .

علاج نفخ الجسد كله ويسيل منه الماء:

تأخذ له الخزامة والكمون والثوم والكراوية، دق الجميع واخلطهم بالزيت والحنا واضربه بأسفل رجليه واتركه إلى غد، ويفطر على لحم الماعز والكرفس أربعين يوماً ولا يشرب لبناً، وكذلك صاحب النفخ افعل له ذلك، يبرأ من جميع العلل.

علاج وجع الصدر:

تأخذ الفنطس والفلفل والزنجبيل والثوم واللك واللوبان والكبريت وشيئاً من ملك الصنوبر وزريعة أبي نافع، واعجنهم في الكسبر والزيت، وخرمهم ثلاثة أيام ثم بعد ذلك تأخذ أبا نافع وتحرقه حتى يصير فحماً، ثم تأخذ ورق الجعدة وتسحقه وتجعل منه فطيرة وتجعل منها على صدر العليل بعد أن تذردز على صدر العليل أبا نافع المحروق وتجعل الفطيرة فوق أبي نافع المحروق وتجعل فوق الفطيرة بخنوق أزرق وشد على صدره بعصابة كما يشد المكسور ثم يفطر العليل على العقاقير المذكورة سبعة أيام، فإنه مجرب جيد.

علاج للدمايل:

يمزج ٢٠٠ غراماً شحم ضاني مع ٥٠ غراماً زيت الزيتون و ٥٠ غراماً مومياء و ٤٠ غراماً قلفونة و ٣٠ غراماً جكم مسحوق و ١٠ غرامات شمع عسلي.

يغلى هذا المزيج على النار حتى يصبح كالمرهم يوضع قسم من هذا المرهم على قطعة من الشاش، ويلصق فوق الدملة ويوضع فوق الشاشة قليل من القطن وتربط جيداً ويعمل ذلك في اليوم مرتين ولمدة عشرة أيام.

(١) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي .

عندها تنضج الدملة وتنفتح ويزول منها الصديد وبعد زوال الصديد
يمسح حوالي الدملة بالسببيرتو الأبيض ويوضع فوقها لزقة بذر كتان ليندمل
الجرح ولمدة أربعة أيام كل يوم مرة واحدة ولزقة جديدة. (١)

علاج الضيقة :

تأخذ عرق السعد وتغليه بالزيت، ويفطر عليه ثلاثة أيام، يبرأ بإذن الله
تعالى.

علاج زحاف الصغير:

تأخذ ثلاثة رؤوس فرعون وقشرهم حتى لا يبقى إلا القلب الصافي
النهيف مثل البصل ودقه واطبخه في الزيت حتى يصير ذلك الزيت والفرعون
أكل، فيدهن به الورم يبرأ بإذن الله تعالى.

إذا كان من خمس سنين :

تأخذ عروق الدردار وتغسلها جيداً واسحقه واطبخه طبخاً ناعماً وتأمر
امرأة تطحن الشعير غير مقلي، وخذ ذلك الدقيق واطبخه بالزيت ما ذكرنا،
واربطه على موضع الهلاك وهو سخن قدر ما تحمل النفس يفعل ذلك سبعة
أيام بلياليها، يبرأ بإذن الله تعالى. (٢)

وكذلك السداب:

وهو الفيجل يصلح أيضاً المبطول العروق والمحبوس ولكل داء يأخذ من
البرد تأخذ منه رطلاً، ومن الزيت رطلاً ونصفاً، وتخلطهما جميعاً، وشمسهما
أربعين يوماً، فإذا كان مبطول أو زحاف فيدخل الحمام حتى يسخن، ويدهن
من ذلك سبعة أيام، يبرأ بإذن الله تعالى.

(١) - «أسرار الطب العربي القديم والحديث» سعيد كويلي.

(٢) - «الرحمة في الطب والحكمة» للسيوطي.

علاج السكتة :

وهو ما يمنع الإنسان من الحركة والكلام، ويسكت فيصير كالميت الملقى، ونسببه زيادة خلط ثقيل بارد يابس استحکم بشدة برد أو مأكول أو فجعة أو نحو ذلك:

يدهن بدنه جميعاً بالزيت المغلي فيه الثوم والمصطكى، ويعرك عركاً شديداً ويغسل بطنه وقدميه وقلبه بالماء الجار وينخس نخساً شديداً، فإن تحرك وإلا نخس تحت ظفره بإبرة فإن إلى الله تعالى وإن تحك عولج فيبدأ بأن يسقى ماءً سخناً، طبخ فيه ملح فربما تقيأ وزاد جسمه، ثم يطعم الأرز المطبوخ باللبن ولحم الفراريج والسمن والعسل والكوامخ الحارة ويجتنب ما عدا ذلك فإنه يبرأ بإذن الله تعالى.

علاج الجدري :

إذا قطعت بصلة من غنصل وغمرت بالزيت وطبخت وخلط مع ذلك الدهن شمع أصفر وشيء من كبريت مسحوق وشيء من ملح وطلبي به وجهه صاحب الجدري، والجرب فإنه يبرأ.

وصفة ثانية:

تأخذ ورق الدفلى وتطبخه حتى تنزل خاصيته، وتأخذ منه رطل ماء وألق معه نصف رطل زيت عتيق واطبخه حتى يذهب الماء ويبقى الزيت وتغلي معه أوقيتين من شمع يصير مرهماً وتطلي به الجدري، والجرب أيضاً يبرأ.^(١)

علاج المفلوج :

من كانت به هذه العلة يبقى سنين يديه ورجليه كممشن غير مفلوقين فادهنه بهذا الدهن في وقت الحر لا في البرد وليحذر العليل من البرد والريح، ومن كل البوارد، وليدهن مفاصله كلها ويبقى بذلك الدهن ثلاثة أيام بلياليها

(١) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي .

وكل ثلاثة أيام يدهن مرتين وفي اليوم الرابع يغسل جسده بالصابون وأعضاؤه طبيياً وليحذر من البرد عند الغسل وبعده يدهن أيضاً مثل ما بيناه .

تأخذ مصطكى ولوبان وزنجفر وزيتاً وماء ورد ودرود كحلاً متاع الخيار من كل واحد عشرة دراهم، وزئبق خمسة عشر درهماً، وسليمان درهماً، وشحم الماعز الأصفر ثمانين درهماً وتدقّ الجميع وتجعلهم مثل المرهم وتقسمه خمسة أجزاء ويدهن به كما بينا فإنه نافع بإذن الله تعالى، صحيح مجرب .

وصفة ثانية :

لمن هو فقير يأخذ زيبقاً وزيتاً وشمع النحل من كل واحد سبعة دراهم ومن السليمانى درهماً وتخلط الجميع مثل المرهم، فإنه نافع إن دهن به إن شاء الله تعالى .

للجرب ولجميع الأعذار كلها:

وهي مفيدة: تأخذ أوقية فلفل بلدي وأوقية فلفل عجمي وأوقية بسباس وأوقية كمون وأوقية سينوج وأوقية حبة حلاوة وأوقية نجارة وأوقية كبريت وتسحق الجميع معه سحقاً بليغاً وتأخذ رطلين زبيباً تدلك بالكف ذلكاً بليغاً وتهرسه ناعماً وتأخذ صفوه وتخلط العقاقير المذكورة في صفوة الزيت وتأخذ أوقية شمع مقصورة وأوقية شمع أصفر وتجعلهم على النار، وتجعل معهم ربع صاغ زيت وتأخذ العقاقير المذكورة وتدلكهم وتعملهم جراجيش، وتفطر عليهم ثلاثة أيام صباحاً ومساءً وتدهن بالزيت الذي يفضل من عملك بعد التجريش^(١)

(١) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي .

علاج الجرب:

تأخذ صحيفة كبيرة وتملؤها بالماء وتعمل فيها مقدار رطلين من جير وتخلطه بيدك خلطاً جيداً، فتقوم له رغوة فتأخذ تلك الرغوة فتخلطها بالزيت والكبريت ويدهن بها صاحب الجرب فإنه نافع صحيح مجرب.

وللجرب أيضاً:

تأخذ الكمامين الاثنين أجزاءً متساوية مدقوقين ناعمين، وتأخذ عظمة وتثقبها وتزيل منها الأبيض كله أو شيئاً وتجعل الكمامين في وسطها وتجعل فيها أيضاً جزء كبريت وتجعل للعظمة حبة من عجين، وتدفن العظمة في رماد سخن حامي حتى تنضح وتصير مثل الحجر وتدقها بعجينها وقشورها بما فيها دقاً ناعماً وتخلطها مع الزيت، وتدهن به الجرب بعد الحك بخرقة خشنة أو دخول الحمام وبعد الخروج تطلى به.

علاج الجرب والحكة والدمامل التي تصيب اليدين والأوراك والجرب الذي يتمكن من المفاصل:

تأخذ البخارة السوداء والكبريت الأصفر أجزاءً متساوية وتدقهم دقاً ناعماً وخذ التمر وانزع نواه واعجنهم جميعاً وتجعله في الزيت وتغليه على النار ويحط قبل أن يحترق الزيت وتدهن بالزيت المذكورة والبخارة والكبريت تجعلهم كراكب وتفطر عليهم على الريق، وعند النوم فإنه نافع صحيح مجرب.

وللجرب أيضاً:

تأخذ العنصل وتقشره مثل البصل وتأخذ القلب الصافي وتدقه وتعصره مائه وتأخذ منه مقداراً أوقيتين أو ثلاث أواق وتطرح فيه زيتاً عتيقاً مقدار أوقية أو أوقيتين، وتطرح فيه على النار حتى يذوب الكبريت في وسط الزيت، ثم تنزله من على النار حتى يبرد شيئاً قليلاً قدر ما تحمل يدك ثم تحك جسديك بشيء خشن مثل الخرقه أو صوف فإنه نافع صحيح مجرب.^(١)

وللجرب أيضاً:

إذا قطعت بصلة من عنصل، وغمرت بالزيت وطبخت وخلط مع ذلك الدهن شمع أصفر وشيء من كبريت مسحوق وملح، وطلبي به الجرب، والجدري فإنه نافع بإذن الله تعالى.

وللجرب أيضاً:

تأخذ ورق القلى وتطبخه حتى تذهب قوته وتأخذ من طبخه رطلاً ومن الزيت العتيق نصف رطل واطبخه حتى يذهب الماء ويبقى الزيت فاغل معه أوقيتين شمعاً حتى يصير مرهماً ويطلى به الجرب والجدري فإنه نافع إن شاء الله تعالى. (١)

لحالات الجرب:

يستعمل التدليك الموضعي بمزيج مكون من الثوم المهروس مخلوطاً بالزيت مرة يومياً مع الاستحمام بالماء الساخن وضرورة على الملابس (٢)

علاج للقروح والجروح:

يغلى ١٠٠ غرام زيت الزيتون و ٣٠ غراماً شمع عسلي على النار حتى الذوبان ويضاف إليه ١٥ غراماً سبيداج و ٣ غرامات سرور وبعد رفعها عن النار يضاف إليها ٦ غرامات ملح الرصاص المطحون ويحرك المزيج جيداً. تدهن الجروح والقروح بها مرة باليوم بعد ربطها بقطعة من الشاش والقطن.

يعمل بهذه الطريقة لمدة اسبوع وكل يوم تغير الشاشة والقطنة وتعمل من جديد. (٣)

(١) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي

(٢) « الطب الإسلامي » مختار سالم.

(٣) - أسرار الطب العربي - سعيد كوبلي.

لمعالجة الجروح :

تمزج ٥ غرامات سرور مع فنجان قهوة زيت زيتون وفنجان قهوة سمن بقري و٥ غرامات مدرسنك ذهبي.

تذوب على نار هادئة لتصير مرهماً، تدهن الجروح أو الحبوب أو الطلوع وتلف بشاشة وتغير كل يوم تستعمل لمدة ستة أيام (١).

علاج الجروح البسيطة :

يستخدم مرهم بسيط يتكون من قليل من زيت الزيتون مع جزء من شمع العسل ويذوب الشمع في الزيت ويخلط به جيداً ثم يغير به على الجروح.

علاج الحروق:

يستخدم في علاج الحروق أربعة أوقيات من ماء الجير وأوقية من زيت الزيتون ويخلطان جيداً ثم يستخدم هذا المزيج في علاج الحروق.

الدمامل المتقيحة:

تستخدم اللبخة المصنوعة من شرائح البصل المسخنة تسخيناً حول اصفرار أوراق البصل، ثم توضع على الدمامل وتغير كل ١٢ ساعة وينصح البعض بعمل لبخة أخرى مصنوعة من مزيج البصل المهروس بزيت الزيتون (٢).

علاج الجرب:

تستخدم زهور الأقحوان في علاج الجرب ويكون ذلك بتحضير زيت الأزهار والذي يتم إعداده بإضافة زيت الزيتون بكميات كافية إلى رؤوس

(١) - « أسرار الطب العربي » سعيد كوبلي.

(٢) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي.

الأزهار الصفراء ثم وضعها في زجاجة محكمة السد توضع في الشمس لمدة أسبوعين مع خضها يوميا وتصفى بعد ذلك مع عصر الأزهار بقطعة من القماش، هذا والمعروف أن الأبقوان يحتوي على مادة التوجون الفعالة (١).

علاج كل علة :

وهي نشرة وطب ينشر بهما صاحب كل علة وهي منسوبة للمسروري رحمه الله تعالى وهو دواء عظيم للحمى والسوداء والصفراء ومرض القلب ووجع البطن والتخيل والجرب والحكة ووجع الظهر ولكل علة وهي هذه :

تأخذ التين واطبخه حتى يصير كالقطران ثم تأخذ الزبيب الأحمر وانزع نواه واسحقه جيداً وامزجه مع العسل والسمن وزيت الزيتون وحليب البقر والخل والبسباس والزعتر والتونخة والكسبرة وزريعة الكتان ومرغنيس والحرمل وحب حلاوة والسينوج والكرابية والفلفل والخلنجان وزنجبيل وقرنفل وقرفة وسنبيل وجوزة الشوك وجوزة الطيب وعرق السوس وزعفران وكمون ولسان عصفور وفرنطس....

اسحق الجميع مع التين المذكور واجعلهم في قارورة بعد عقدهم وافطر بهم على الريق ثلاثة أو خمسة أيام أو سبعة أيام.

وهو أيضاً لجل المعقود ولكل داء وعلّة في الجسد كله صحيح مجرب (٢).

علاج لكل مرض من الأمراض :

للجذام والبرص وتخيل العقل والسوداء والخنش التي تكون في الجوف والبلغم والأخلاط الباردة والحمرة والمعدة والجرب والدود والريح والسعلة

(١) - « الصحة والعلاج في الطبيعة والأعشاب » د / سامي محمود.

(٢) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي .

ووجع الكبد والطحال ووجع الطارق وثقل الرأس، ويزيد في الحفظ وغير ذلك :
 تأخذ عل بركة الله تعالى من الزبيب الأحمر ما شئت وتدقه ناعماً وخذ من
 العسل ومن عروق السوس وزيت الزيتون والثوم والسمن البقري والخل
 والكسبرة والكرابيا والكمول والسانوج والخشخاش والسمنم والفلفل
 والزنجبيل والقرنفل ولسان عصفور وجوزة الشرك وقاع قلة الحرمل
 والزعتر وزريعة الكتان والتونخة ومرغنيس وحب حلاوة وقمح مقلي وحمص
 أسود وحليب بقرة حمراء وتخلطهم جميعاً بعد السحق والمزج جيداً كما ذكرنا،
 وتجعلها في إناء مزجج تخمرها سبعة أيام ثم يأكل منه المريض بيرةً بإذن الله
 تعالى صحيح مجرب.

علاج وجع الجوف والأعضاء:

تأخذ الحرمل وتدقه جيداً ويضاف عليه زيت طيب ويسخنه على النار،
 ويفطر عليه ثلاثة أيام بيرةً بإذن الله تعالى.

علاج البرص:

تأخذ الزرنينخ والتوتيا ونوار الفيجل وتسحقهم سحقاً ناعماً وتخلطهم
 جميعاً بالزيت وتحك البرص حتى يكتأوه وتلبسه بالدواء المذكور ثلاثة أيام بيرةً
 بإذن الله تعالى. (١)

※التأليل يمكن تكميد التأليل بمغلي حبوب الكمون المخلوط بزيت
 الزيتون، ويستعمل وهو ساخن لفترة لا تقل عن أسبوعين. (٢)

(١) - « الرحمة في الطب والحكمة » للسيوطي .

(٢) - « الأعشاب فوائدها في علاج النساء » د / فوزية حسن .

فوائد صابون زيت الزيتون :

لكي ينمو شعرك تدلك فروة الرأس بزيت الخروع، خاصة إذا كان الشعر قصيراً، ويُزال هذا الزيت بعد ساعة أو أكثر بصابون من زيت الزيتون.

أقنعة للبشرة الجافة :

يُطلى الوجه بصفار بيضة ممزوج بمعلقة كبيرة من زيت الزيتون.

ملعقة كبيرة من مغلي الخس أو الجزر أو البصل ومثلها من زيت الزيتون ونقطة واحدة من عصير الليمون الحامض مع مزج جيد.

مزج شديد للملعة كبيرة من عصير الجزر ونقطة زيت زيتون وصفار بيضة.

لأي تهيج في البشرة أو احمرار أو التهاب :

تغلى أو تسخن ورقات خس مع شيء من زيت الزيتون على نار خفيفة، وتوضع ك لصقات على البشرة مدة ربع ساعة.

لإخفاء التجاعيد :

يُطلى الوجه والعنق بمزيج قوامه نصف ملعقة صغيرة من الزيت وصفار بيضة، وبضع نقط من عصير الليمون الحامض ثم يُزال القناع بعد ثلاث ساعات بماء فاتر. (١)

أقنعة للمحافظة على البشرة وتغذيتها :

١- أقنعة للبشرة الجافة: ٤٠ جرام عسل + ٢٥ جرام دقيق + ملعقة صغيرة زيت الزيتون.

يمزج الخليط حتى يصبح عجينة متجانسة وناعمة توضع منه طبقة رقيقة فوق بشرة الوجه والرقبة.

(١) - « الأعشاب فوائدها في علاج النساء » د/ فوزية حسن.

أو ٧٠ جرام عسل + ٥٠ جرام شمع عسل + ملعقة صغيرة عصير البصل + نصف ملعقة زيت الزيتون. ويستعمل كالسابق.

أو ملعقة كبيرة عسل + ملعقة صغيرة زيت خوخ + نصف ملعقة زيت زيتون نقي. ويعجن كما ذكرنا.

أقنعة للنظافة والصفاء: ١٠٠ جرام عسل + ٢٥ جرام كحول نقي + ٢٥ جرام ماء الورد. وقبل استعمال القناع يجب تمرير قطعة من القطن مشبعة بزيت الزيتون فوق البشرة ويترك لمدة لا تقل عن ١٥ دقيقة ثم يزال بعدها بالماء الفاتر ثم البارد.

الوجه الجاف:

تقول أوديل جين بيير مستشارة التجميل بنيويورك بأمریکا:

إنَّ النساء من ذوات الوجه الجاف عليهن بعد غسل الوجه بالصابون المحتوي على الجلسرين، عليهن أن يضعن طبقة رقيقة من زيت الزيتون الدافئ على وجوههن كما يفيد عصير قرع العسل عند تدليك الوجه به لإكسابه طراوة ولمعاناً طبيعياً.

علاج تشقق الشفتين:

إذا مزجت المستكى مع زيت الزيتون أو حتى مع الزيت العادي ودهنت به الشفتين المتشققتين بهذا المزيج فإنه ينفعهما ويسرع بشفتائهما.^(١)

لإكساب الوجه نضارة وحيوية:

تستعمل هذه الوصفة لإكساب الوجه نضارة وحيوية.. يمزج صفار بيضة بعصير ليمونة صغيرة وملعقة من زيت الزيتون مع هرس قشرة الليمونة وبعد ذلك تطلّى البشرة بهذا المزيج لمدة نصف ساعة قبل أن يزال بالماء الفاتر فالماء البارد بعد ذلك.^(٢)

(١) - «العسل غذاء وشفاء» مختار سالم.

(٢) - «الصحة والعلاج في الطبيعة والأعشاب» د / سامي محمود.

لإزالة حب الشباب:

يمزج ٧٥ غراماً زيت الزيتون مع ٣٥ غراماً شمع عسلي ويغلى المزيج على النار ويرفع من على النار ثم يضاف إليه ١٠ غرامات سبيداج و ٦ غرامات ملح الرصاص ناعم و غرام واحد سرور أو مدرسنك ذهبي ٣ غرامات لتصبح مرهماً، تدهن الحبوب مرة كل يوم لمدة ستة أيام.

علاج لحب الشباب:

يمزج ١٠ غرامات زئبق و ٥٠ غراماً شمع أصفر و ٦ غرامات سرور و ١٠٠ غرام شمع أبيض و ١٠ غرامات مسكي و ٥٠ غراماً زيت حلو و ٥٠ سيرج و ٥٠ غراماً سمن حموي و ٥٠ غراماً زهر التوتياء لتصبح كالمرهم.

يدهن الوجه والحبوب مرتين في اليوم صباحاً ومساءً، يعمل بهذا العلاج حتى ينتهي العلاج.

علاج للنفش وحب الشباب:

يغلى على النار ٥٠ غراماً شمع أصفر و ١٠٠ غرام شمع أبيض ١٠٠ غرام شمع و ٥٠ غراماً زيت زيتون حلو و ٥٠ غراماً سيرج و ١٥ زيت خروع و ٥٠ غراماً سمن حموي وبعد الغلي يضاف إليها ١٠ غرامات زئبق و ٦ غرامات سرور و ١٠ غرامات مسكي و ٢٥ غراماً زهر التوتياء تمزج مزجاً جيداً لتصير مرهماً.

أولاً: تغسل الوجه بماء النخالة بدون صابون وتنشف جيداً ثم يدهن كل يوم صباحاً ومساءً لمدة اسبوع واستراحة اسبوع، ثم يعمل بهذا المرهم لمدة اسبوع آخر^(١)

علاج السواد الذي بالوجه :

يؤخذ من الرصاص، ويغلى في طاجن، ويغمر بزيت الزيتون، ويغلى على النار غلياناً كثيراً وينزل حتى يبرد ويدهن بذلك الزيت مرة بعد مرة ويشرب الحلبة والعسل المشمس فإنه يصلح جسمه ويصفي لونه ويزيد في جماله^(٢)

(١) - «أسرار الطب العربي» سعيد كوبلي.

(٢) - «الرحمة في الطب والحكمة» للسيوطي.

علاج ضربة الشمس:

تلبخ أو تدهن مزاراً في اليوم باللبن .. كما تُعالج بزيت اللوز الحلو أو زيت الزيتون، أو بلسقة طماطم، أو بطاطا نيئة أو بزيت الثوم، الذي يُصنع من سحق سنّ - شيء يسير منه ومزجها مع فنجان زيت زيتون - لعمل لبخات، تبقى الواحدة منها ربع ساعة.

علاج حمو النيل:

وهو التهاب جلدي يصيب كل الأعمار، وينبغي عدم التعرض للأجواء الحارة الشديدة الرطوبة، وعدم التعرض لما يسبب كثرة العرق، وعدم القيام بمجهودات شاقة في الأوقات الحارة من السنة، والعناية بارتداء الملابس الخفيفة الواسعة التي لا تحدث احتكاكاً بالجلد، كما يُستحسن الامتناع عن شرب المواد الكحولية، والمشروبات الحارة مثل القهوة والشاي والشوربة، وفي حالة الإصابة بحمو النيل، هناك طريقة كثيراً ما يتبعها سكان المناطق الحارة للوقاية من حمو النيل وعلاجه، وهي: دهن الجسم بزيت الزيتون أو أي زيت نباتي ودعك الجسم جيداً به ثم تركه ليجف، ثم يُزال العالق من الزيت بسطح الجلد بغسله بالماء والصابون.

جمال الأظافر:

تتطلب العناية بأظافر اليدين تركها بين الحين والآخر دون طلاء، لعدة أيام تتعرض خلالها للشمس والهواء، وأن توضع في حمام زيت زيتون دافئ لمدة (٥-١٠) دقائق أسبوعياً، وأن تهذب بعد الحمام الساخن مباشرة لطراوة الأظافر، ويمكن الدخول بالطلاء قليلاً إذا كانت الأظافر أعرض مما يروق لك.

وصفة ثانية:

تفرك جيداً بعد غمسها في زيت زيتون مسخن، لتشرب جذورها، ثم تُغسل اليدين والأظافر وتفركان بعصير الليمون الحامض.

لعلاج تقصف الأظافر :

تعصر ليمونة في فنجان زيت زيتون، يُسخن المزيج ثم يُترك حتى يصير فاتراً، ثم تُغمس فيه الأظافر.

جفاف الأظافر:

غسلها لمدة ربع ساعة مرة في الأسبوع بزيت زيتون فاتر.

التخلص من الشعر الغير مرغوب فيه:

ظهور الشعر عند السيدات في بعض الأماكن غير المعتادة من أجسادهن مثل الثديين أو على البطن والفخذين أو الظهر، فإن ذلك يرجع عادة إلى خلل في الغدد، وكذلك شعر الساقين.

وللتخلص من هذا الشعر: لا تقصيه أو تحلقيه، وهناك طريقة حسنة النتائج وهي غسل الشعر وإزالته بالعجينة السكرية المضاف إليها أثناء صنعها قدر حبة لوبيا من شمع أبيض، ثم الطلاء بصابون مصنوع من زيت الزيتون ثم رش الملح الخشن المنعم عليه، وفدكه بلطف من تحت إلى فوق مدة ربع ساعة، بعد ذلك يُزال القناع غسلاً، ومع تكرار هذه العملية يظل الشعر يخف، حتى التلاشي.

حمام العافية والجمال:

يعتبر الاستحمام وسيلة تنظيف الجسد كله، وتنشيط الدورة الدموية فيه، وحتى يكون حمامك هو حمام العافية والجمال يجب اتباع الإرشادات الآتية:

يكون ماء الحمام دافئاً وليس بالساخن أو البارد، فالماء الساخن يضيع الفرصة للعناية بالجسد، أما البارد فهو يمتص نسبة كبيرة من حرارة الجسم، فيشعر الإنسان بالجوع، ثم الدوار، وقد يُغمر على الإنسان إذا كان ضعيفاً لذلك يُفضل أن يكون الحمام البارد لمدة دقائق ولا يتعدى ١٠ دقائق عادة، ولكنه لا يُعتبر حماماً كافياً للعناية بالجسد، ويجب أخذ حمام دافئ من وقت لآخر رغم الاستحمام اليومي بالماء البارد.

أثناء الحمام الدافئ يدعك الظهر واختف والفخذين جيداً مع باقي أجزاء الجسم بليفة خشنة لتنشيط الدورة الدموية في الجسد، ولكي تجعلين حمامك ممتعاً فيمكنك إضافة قدر من زيت الزيتون ومقدار ملعقتين أو ثلاثة من الخل مع ماء الكولونيا إلى ماء الحمام، ولزيادة الإحساس بالراحة بعد الحمام، وجعل جسدك متألّقاً في طراوة القشدة فعليك بزيت الزيتون تدلكين به جسّدك يومياً.

العناية بالذراعين :

يكن جمال الذراعين في نعومة ملمسهما، وتناسق أجزائهما، وتماسك عضلاتهما، واستدارة شكلهما، فالحبيبات الصغيرة التي تظهر على مسام الذراعين فتحيل ملمسهما إلى الخشونة، تعني في معظم الأحوال نقص الفيتامينات في الغذاء، لذا تلزم موازنة الطعام، ليحتوي على قدر كاف من الفيتامينات، وفي نفس الوقت ... يمكن التخلص من هذه الرؤوس الصغيرة بدعكها جيداً بليفة خشنة أثناء الحمام الدافئ، ثم تدليكها بكريم مغذ للبشرة أو بزيت الزيتون الدافئ - وهو أفضل - وتركه لمدة ١٠ دقائق.

أما ترهل الذراعين نتيجة السمّنة الزائدة ... فيمكن تداركه بتدليك الذراعين لإزالة الشحوم التي تتجمع فيها، وممارسة الرياضة البدنية لتقوية عضلاتهما وتماسكهما.

العناية بالساقين:

يفيدهما ما سبق وصفه في العناية بالذراعين، وهناك وسائل أخرى منها: فركهما من أسفل إلى أعلى بكيس حمام مليء بالنخالة لإزالة مامات من الخلايا الجلدية.

تدليكهما دائماً من تحت إلى فوق بزيت الزيتون أو زيت اللوز الحلو المزيل للبقع السمراء والصفراء وللتشقق والقشف وعليك أيضاً بالماء البارد يغمر ساقيك لتجديد ما بهما من الدماء وتلين البشرة.

العناية بالركبتين :

تعتبر الركبتان من الأجزاء دائمة الحركة في الإنسان، فهي تتحرك طوال اليوم، وعدة مرات أثناء النوم، وربما ليس لها مشاكل سوى الخشونة التي تظهر عليها أحياناً، وهي تزول بسرعة بدعكها بالليفة أثناء الحمام الدافئ وبتدليكها بزيت الزيتون مرة كل يوم على مدار شهر على الأكثر.

العناية بالكوعين:

حتى يظل الكوعان في نعومة البشرة لباقي أجزاء الجسم يجب أن ينالا قسطاً من العناية بدعكهما جيداً برغوة وفيرة من الصابون أثناء الحمام الدافئ كما يلزم تغذية بشرتها بكريم مغذي بين الحين والحين أو باستعمال الأعشاب الخاصة بتغذية وتليين وترطيب البشرة ولإزالة الجفاف والخشونة عنهما يُدعكان بعصير الليمون لمدة ١٠ دقائق ثم يُغسلان ويدعكان بزيت زيتون دافئ لمدة عشر دقائق.^(١)

(١) - « الأعشاب فوائدها في علاج أمراض المرأة » د / فوزية حسن.

خاتمة

ورد في مجلة (العلم) العدد ١٤٩ فبراير ١٩٨٩ ص ٦٢: (الزيتون الأخضر الطازج قبل السفر أو أثناءه يساعد على الوقاية من الغثيان ودوار السفر حيث يحتوي الزيتون الأخضر على مواد قابضة تفيد في منع التقلص وتقلل إفرازات اللعاب)

obeikandi.com

obeikandi.com



تمّ طبع هذا الكتاب
بمطبعة الصنّاعي