

الفصل الثالث

الطب النبوي والعلاج بالنباتات الطبيعية

١ - حبة البركة	٢٣ - الزنجبيل
٢ - الحلبة	٢٤ - القرنفل
٣ - البصل	٢٥ - الزعتر
٤ - الثوم	٢٦ - طلع النخيل
٥ - قشر الرمان	٢٧ - القرفة
٦ - عسل النحل	٢٨ - الجرجير
٧ - النعناع	٢٩ - الزيتون
٨ - الينسون	٣٠ - الزعفران
٩ - الكراوية	٣١ - الشبث
١٠ - الليمون	٣٢ - الزعتر
١١ - الكمون	٣٣ - العنب
١٢ - الكمأة	٣٤ - العناب
١٣ - الفجل	٣٥ - دوار الشمس
١٤ - التين	٣٦ - الفراولة
١٥ - الجزر	٣٧ - الكرنب
١٦ - الترمس	٣٨ - الكرات
١٧ - الحمص	٣٩ - الكركدية
١٨ - الشعير	٤٠ - اللفت
١٩ - الصبر	٤١ - الموز
٢٠ - الحناء	٤٢ - البردقوش (المردقوش)
٢١ - بذر الكتان	٤٣ - النبق
٢٢ - الخلّة	٤٤ - اليقطين

١- الحبة السوداء

م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة
١	الطحال	زيت الحبة مع مغلى الصفصاف ويدهن الطحال من الخارج بصبغة اليود. زيت الحبة مع مغلى الكمون لعلاج الطحال مدة أسبوع خمس قطرات زيت لكل كوب.
٢	الطحال (وصفة أخرى)	يعمل لبخة على الجانب الأيسر فوق الطحال من معجون دقيق الحبة، يعجن في زيت زيتون بعد تسخينه ويدهن مساءً، وفى الوقت نفسه يشرب كوب حلبة محلى بعسل النحل، يوضع ٧ قطرات من زيت الحبة مدة أسبوع.
٣	أمراض الصدر	ملعقة كبيرة من زيت الحبة في إناء به ماء، يوضع على نار حتى يحدث بخاراً، يستنشق البخار مع إحكام غطاء فوق الرأس للتحكم في عملية الاستنشاق قبل النوم مدة ثلاثة أيام، مع شرب مغلى الزعتر الممزوج بدقيق الحبة صباحاً مدة أسبوع .
٤	القلب والدورة الدموية	ملعقة صغيرة من زيت الحبة إلى ملعقة كبيرة عسل نحل إلى فص ثوم مهروس على الريق مدة (٥) أيام وعلى مريض القلب أن يكثر من استعمال الحبة في المشروبات بالزعتر والنعناع (٥) قطرات لكل كوب أو فنجان.
٥	المرارة	ملعقة بذر الحبة إلى ربع ملعقة مر ناعم ويخلط بكوب عسل، ويؤكل ملعقة كبيرة صباحاً ومساءً ولمدة أسبوع حتى تلاحظ احمرار الوجه واختفاء التقلصات المرارية، وأيضاً يفيدها زيت الحبة مع مغلى براعم الصفصاف. مغلى لبان الذكر (الكندر) كوب لـ (٥) قطرات من زيت الحبة صباحاً ومساءً.

م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة
٦	الاستسقاء	يعجن مطحون الحبة في خل ، ويوضع على السرة كلبخة وهو ساخن على أن يوضع شاش تحت اللبخة على السرة مع أكل ملعقة من الحبة صباحاً ومساءً مدة أسبوع.
٧	الحمى الشوكية	شرب دهن الحبة في عصير الليمون صباحاً ومساءً (٥) قطرات لكوب شاي ساخن محلى بملعقة كبيرة من العسل مع عصير نصف ليمونة.
٨	السكر	كوب دقيق الحبة إلى ملعقة كبيرة مر ناعم، نصف كوب حبة الرشاد، وكوب من قشر الرمان مطحون ومن جذر الكرنب قدر كوب بعد تجفيفه وطحنه، مع ملعقة صغيرة حليب. يخلط الجميع ويؤخذ منه ملعقة صغيرة على كوب لبن زبادى (أو لبن رايب) مدة أسبوع. للسكر أيضاً: تناول بصله متوسطة في وجبة الإفطار يعقبها كوب مغلى كمون عليه سبع قطرات من زيت الحبة. للسكر أيضاً: مغلى بذور الفجل مع دهن الحبة شراب (٥) قطرات للكوب مدة خمسة أيام . يسحق حب الفول السودانى بعد قليه ويضاف إلى مطحون بذور الحبة ملعقة صغيرة من الاثنين مع ملعقة شمر ومثلها كمون، يغلى الجميع ويشرب محلى بعسل نحل على الريق.
٩	الكبد	مغلى التين البرشومى تقطع حبتان فى كوب ماء، وبعد الغلى جيداً أضف (٧) قطرات زيت الحبة يشرب على الريق وقبل النوم.
١٠	تضخم الكبد	مغلى الردة (سن خراج دقيق القمح) ملعقة صغيرة لكوب لبن حليب، يحلى بعسل النحل ويضاف (٧) قطرات زيت الحبة، يشرب ثلاث مرات في اليوم ولمدة أسبوع.

م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة
١١	تضخم الطحال	مغلى بذر الفجل محلى بعسل النحل (٧) قطرات زيت الحبة كوب على الريق وقبل النوم، مع تدليك الطحال من الخارج بدهن الورد مدة أسبوع.
١٢	كسل الكبد	ملعقة مربى تين كبيرة، مع ملعقة عسل نحل ، يذاب الجميع فى كوب شاي ماء ساخن، ويضاف (٧) قطرات من زيت الحبة ويشرب صباحاً ومساءً (٥) أيام.
١٣	رشح الطحال	يشرب طفى الحديد: قطعة من حديد الصلب توضع على نار جيدة حتى تحمر، تطفأ فى إناء الألومنيوم به كوب ماء، يشرب الماء على الريق بعد تبريده يعقبها بشرب كوب مغلى بذور الحبة محلى بعسل نحل مدة أسبوع.
١٤	إذابة الكوليسترول	ملعقة صغيرة من بذور الحبة لثلاثة فصوص ثوم مع ملعقة كبيرة عسل نحل، يهرس الثوم فى بذور الحبة فى العسل ويؤخذ على الريق ثلاثة أيام، وعقب الوجبات الدسمة ذات الدهون المرتفعة بصفة دائمة.
١٥	تجلط الدم	ملعقة من مطحونات الحبة لفنجان عسل نحل يذاب الجميع فى كوب شاي ماء ساخن ويشرب صباحاً، ومن لم يستطع شربه يأكل دقيق الحبة مع العسل على الريق، ولتنشيط الدورة الدموية يشرب مغلى بذور الحبة مع الينسون مرتين فى اليوم.
١٦	تساقط الشعر	١ - يعجن مطحون الحبة فى عصير الجرجير ويضاف ملعقة خل مخفف مع فنجان زيت زيتون ، تدلك فروة الرأس قبل النوم وتغسل صباحاً بماء دافئ مدة أسبوع. ٢ - ملعقة زيت الحبة مع صفار بيضة مع ملعقة زيت زيتون يذاب الجميع وتلك الفروة صباحاً ومساءً وتغسل بماء فاتر صباحاً (٥) أيام .

م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة
١٧	الأرق	يحدث الأرق لاضطرابات مما يسبب عدم النوم ، فإذا أصبت بمثل هذه الحالة فعليك بكوب لبن حليب ويحلى بعسل النحل، أضف إليه ملعقة صغيرة من مطحون الحبة وخذه قبل النوم (الحليب ساخن) ثم اقرأ آية الكرسي ثلاث مرات واجعل لسانك رطباً بذكر الله تعالى تنعم بالنوم ﴿وَأَذْكُرْ رَبَّكَ إِذَا نَسِيتَ﴾ (الكهف: ٢٤) مع قراءة سورة الإخلاص ثلاثاً، والمعوذتين ثلاثاً.
١٨	الصداع	نصف ملعقة طحين الحبة إلى نصف ملعقة مطحون الينسون إلى (٣) عود القرنفل مسحوق أيضاً (كبش قرنفل) يغلى الجميع في كوب لبن حليب ويحلى بعسل النحل، يشرب عند الصداع ، ويدهن مكان الصداع بزيت الحبة من الخارج والله خير شاف، مع قوله لعلاج الصداع: (ولو شاء لجعله ساكناً وإنا على ذهابٍ به لقادرون) .
١٩	الدوخة والدوار	بزيت الحبة المركز، يدهن الخدان (الصدغان)، مؤخرة الرأس (الرقبة مما يلي الظهر)، ويمكن شراب كوب مغلى الحبة مع الزعتر (٣) مرات كلما جاءت الدوخة مع قوله تعالى: ﴿وَإِذَا مَرَضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾ (الشعراء: ٨٠) .
٢٠	آلام الأذن	خمس قطرات من دهن الحبة لخمس قطرات ماء البصل بعد عصره، يسخن الجميع قدر ما يتحمل صاحب اذن، يقطر في اذن المصابة ثلاث مرات قبل النوم تبرأ بإذن الله تعالى.
٢١	للأسنان واللوز والحنجرة لآلام الأسنان واللثة للحنجرة واللوز	يستعمل مغلى الحبة مضمضة بتأن للأسنان، وغرغرة للوز والحنجرة، ويمكن أخذ ملعقة من مطحون الحبة في ماء ساخن على الريق، مع تدليك اللثة بزيتها من الداخل وتدليك الحنجرة بزيتها من الخارج، فإنه جيد مفيد بإذن الله تعالى. المضمضة بالخل، أو الكحل الأبيض ، فإنه قاتل لسوس الأسنان نافع لآلام اللثة . غرغرة بعصير البصل، ماء البصل مضاف إلى الخل، ملعقة من ماء البصل إلى ملعقة من الخل يغرغر مرتين مع الاطمئنان بين المرة والأخرى.

م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة
٢٢	القراع وداء الثعلبة الثعلبة	ملعقة من مطحون الحبة وفنجان خل مخفف وعصير ثوم قدر ملعقة صغيرة يخلط الجميع بشكل مرهم، يخلق مكان الإصابة من الشعيرات وتذلك جيداً بقطعة من الصوف الخشن، ويدهن بالخليط بعد ذلك، ويضمّد المكان، ويترك من المساء حتى الصباح، ينزع في الصباح، ويدهن المكان بزيت الحبة في النهار، وهكذا مدة أسبوع . تسحق ثلاثة فصوص ثوم مع ثلاثة فصوص ملح يدلك مكان الإصابة بالصوف والماء الساخن، ويدهن بالثوم والملح وتبرأ بإذن الله تعالى، ويمكن حرق شمع البابونج حتى يصير رماداً ويعجن بزبدة لم تدخل ناراً ويدهن به مكان القراع والثعلبة، ويراعى نخل الشمع بمنخل ناعم قبل عجنه بالزبدة، ويدهن خمس مرات تبرأ بإذن الله تعالى.
٢٣	القوباء	تدهن القوباء بدهن حبة البركة ثلاث مرات حتى تزول بقدرة الله عز وجل. العلاج: جزء من الشب يذاب في ماء ساخن، يدلك مكان الإصابة يعقبه دهان الموضع بدهن الحبة بالتناوب مع تدليك القوباء بملعقة صغيرة من الخل إلى ملعقة مثلها عصير بصل ومثلها عصير ليمون لمدة خمسة أيام.
٢٤	أمراض النساء	يعمل حمام مهبل بمغلي بذور الحبة مع مقدار من زهر البابونج يغلي مقدار من الاثنين ويغسل المهبل بعد أن يبرد المغلي فإنه جيد لعلاج السيلان والإفرازات وإزالة الرائحة المنفرة، ويعمل على تقوية جدران الرحم من أفضل مسهلات الولادة للنساء مغلي بذور الحبة + زهر البابونج ويحلى بعسل النحل فإنه يقوى الطلق ويسهل خروج الطفل.
٢٥	آلام العظام	مسلق البصل مضافاً إليه زيت الحبة يؤكل مرتين في اليوم مع تدليك أماكن الألم بزيت الحبة وزيت النعناع مدة خمسة عشر يوماً.

م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة
٢٦	سرعة التئام الكسور	شوربة عدس وبصل تمزج بملعقة كبيرة من بذر الحبة مسحوقة وتشرب يوماً بعد يوم مع تدليك الأطراف المجاورة للكسر بزيت الحبة ويراعى تناول البيض المسلوق والبصل بكميات وفيرة.
٢٧	الروماتيزم	يسخن زيت الحبة ويدلك به مكان الألم تدليكا جيدا يركز فيه على العظام لأعلى الجلد ويشرب مغلى البذور كوبا محلى بعسل قبل النوم ويمكن أن يسخن زيت الحبة مضافاً إلى عدد (٥) فصوص ثوم مهروس جيداً بما يشبه المرهم يدلك مكان الألم بالزيت مخلوط بالثوم.
٢٨	التهاب الكلى	يعجن دقيق الحبة فى زيت زيتون، وتوضع على هيئة لبخة على مكان الكلى التى بها الألم قبل النوم، يغلى كوب من بذور البقدونس ويضاف إليه (٧) قطرات من زيت الحبة يشرب صباحاً ومساءً على الريق.
٢٩	التبول اللاإرادى	ينظف قشر البيض ويحمص ويسحق جيداً ويضاف إلى كمية من بذور الحبة ويشرب ملعقة صغيرة على كوب لبن حليب مدة (٥) أيام ويمكن أخذ ملعقة عسل صغيرة للطفل قبل النوم فإنه لا يبول فى فراشه.
٣٠	الإسهال	عصير الجرجير ممزوجاً بملعقة كبيرة من بذور الحبة مطحونة ويشرب كوب منه ثلاث مرات يوقف الإسهال، ويمكن فرم الثوم ووضعها على كوب لبن زبادى ويؤكل . كوب لبن زبادى مع خمسة فصوص ثوم مقطعة مع خيار مقطع ويؤكل اللبن بالخيار والثوم يوقف الإسهال.
٣١	الحموضة	كوب لبن لـ ٧ قطرات من زيت الحبة محلى بسكر نبات تذهب الحموضة وتكرر لمدة ٥ - ٧ أيام ويكون على الريق وعند النوم.
٣٢	القولون الغليظ	ملعقة من مطحون الحبة مع ملعقة من عرق السوس يضرب فى عصير كمثرى ببذورها ويشرب منه على الريق وقبل النوم فيستريح المريض بعد تناولها من ٥ - ٧ أيام.

م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة
٣٣	أمراض العيون	يدهن بزيت الحبة الصدغان حول العين والجفنين قبل النوم مع شرب ٧ قطرات من زيت الحبة على أى مشروب ساخن ويفضل عصير الجزر.
٣٤	الأنيميا وفقر الدم	عصير الطماطم محلى بالسكر، فنجان على الريق، يتبعه كوب مغلى بذور الحبة بعد الطماطم بساعة.
٣٥	البلهارسيا	يشرب مغلى براعم الصفصاف كوب على الريق دون تحلية ويراعى أن يكون مركزاً، ويكرر مدة خمسة أيام بعد ذلك بساعة ملعقة الحبة صباحاً ومساءً، ثم يؤخذ كوب مغلى من نبات البرنوف يشرب على الريق مدة ثلاثة أيام تقتل البلهارسيا .
٣٦	السرطان	١- معلقتان عصير بصل + ملعقتان عسل نحل يشرب على الريق مع دهن موضع الإصابة بدهن حبة البركة (٣) مرات يومياً لمدة أسبوع . ٢- ملعقة من مطحون الحبة على كوب عصير جزر يشرب على الريق عشرة أيام. ٣- تناول بصلة على الريق، ومع وجبة الغذاء تناول بصلة أو تناول عدد سبعة فصوص ثوم على الريق ومع السلطة يضاف لها الثوم. ٤- البطاطا الصفراء مشوية أو مسلوقة يؤكل منها ثلاث حبات يعقبها يشرب كوب مغلى التين البرشومى، مضافاً لها ملعقة زيت زيتون مدة أسبوع.
٣٧	سرطان المعدة	يعصر أربع بصلات كبيرة مع كيلو غناب أحمر، يعصر بضربه فى الخلط ، ويصفى مع كيلو عسل نحل نقى، يؤخذ ملعقة ونصف على الريق فإنه نافع مفيد يحلل جميع سرطانات الجسم ويقوى جهاز المناعة الدفاعية.

م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة
٣٨	الجلطة الدموية والشلل النصفي	يغلى ملعقة من الحبة ويشرب كوب محلى بسكر نبات مضافا إليه قدر رأس عود الثقاب عنبراً والعنبر معروف فى الصيدليات مع تدليك الجزء المصاب بزيت النعناع ثلاث مرات.
٣٩	الضعف العام	كوب مسحوق الحلبة ومثله من مسحوق الحبة السوداء، مع قدر ملعقة صغيرة من العنبر المحلول يخلط الجميع فى كيلو عسل نحل أو قصب يوضع فى إناء مثل المربى ويؤكل بعيش القمح البلدى (مثل المربى).
٤٠	ضعف الذاكرة وقلة الحفظ	مغلى النعناع كوب لـ (٧) قطرات زيت الحبة يحلى بعسل نحل، ويشرب دافئاً على الريق مرة فى اليوم ، ويشرب فى أى وقت من النهار والليل ، ويمكن أن تتعوده بدلا من الشاى فإنه ينمى الذكاء ويقوى الذاكرة ويزيد الحفظ.
٤١	تجلط الدم	عند انسداد الشرايين يُعمل حمام ماء ساخن فوق العادة ويوضع به حفنة من الخردل يوضع العضو المراد فى الماء مدة عشر دقائق مع تناول سبعة فصوص ثوم مرتين فى اليوم. ويفيد عصير التفاح على الريق وقبل النوم كوب متوسط. ويفيد الثوم فى إزالة مادة الكوليسترول فى الدم التى تسبب تجلطه وانسداد الشريان. ولتقوية عضلة القلب تناول بصلة متوسطة مرتين فى وجبات اليوم الإفطار والغداء فإنها تقوى عضلة القلب وتنشط عملية الهضم وتمنع الإمساك وآلام العظام واضطرابات القلب.

٢- الحلبة :

م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة
١	النحافة	تطحن الحلبة ٦٥ جم + ٥٠ جم مسحولة + ٥٠ جم بسباسة + ٥٠ جم حمص الشام + ٢٥ جم زعتر + ٢٥ جم عرعر، وعجن الجميع في ٢ كليلو عسل نحل من المخلوط تأخذ ملعقة كبيرة على كوب ماء دافئ يومياً قبل الأكل زاد الجسم زيادة مثالية جداً.
٢	الضعف الجنسي	تطحن الحلبة ٧٥ جم + ٥٠ جم بذر فجل + ٥٠ جم شرش زلوع + ٥٠ جم كرفس وتغلى منه ملعقة على كوب ماء على الريق مع التحلية بعسل النحل ويؤخذ منه قبل الجماع تجعل الحياة الجنسية طيبة.
٣	لزيادة لبن المرضعات	مغلى الحلبة + سمرة بلدى ويحلى بعسل نحل بلدى (طبيعى) وأيضاً إذا أضيفت إلى التلبينة.
٤	آلام المفاصل	تطحن الحلبة بعد غليها جيداً ويضاف إليها مثل وزنها بذر كتان، ويضاف إليها بذر خيار ويضاف إليها ما يعجنها زيت زيتون نقى ثم يسخن الجميع ويوضع على المفصل ويوضع عليها قشر خيار ويلف عليها صوفة لمدة ١٢ ساعة تقريباً.
٥	الإكزيما	إذا طحنت الحلبة وعجنت جيداً ثم دهن بها فى اليوم من (١٠-١٢) مرة عالجت الإكزيما.
٦	الصدفية	تطحن الحلبة وقشر الرمان وتعجن فى عسل نحل وتدهن بها يومياً من المساء إلى الصباح.
م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة

٧	الدمامل والحروق	طحين الحلبة ونفس وزنها حبة البركة المطحونة، وتعجن في ربع الكمية خل تفاح ونفس الكمية عسل نحل شفت الدمامل والحروق.
٨	آلام الصدر والسعال والربو وضيق التنفس	إذا طحنت الحلبة بالتمر والتين والزبيب، وعقد مأوها بالعسل، وأخذت أذهبت الأوجاع.
٩	المغص والريح	إذا طحنت الحلبة مع البرشاوشان وشربت بالعسل أذهبت الريح والمغص.
١٠	آلام الولادة	إذا غليت الحلبة وجلست فيها الحامل خفت آلام الولادة.
١١	أمراض الكلى	تطحن الحلبة مع بذور الخشخاش واللوز تشفى أمراض الكلى بإذن الله تعالى.
١٢	حمرة العين	إذا نقعت الحلبة لمدة ٢٤ ساعة في ماء الورد ووضعت في العين كقطرة شفت حمرة العين.
١٣	الروماتويد	يعجن طحين الحلبة، ويوضع على المفاصل ويشرب بعسل النحل صباحاً ومساءً ينفع في علاج الروماتويد.
١٤	قرح الفراش	إذا طحنت الحلبة مع نفس وزنها قشر الرمان ونشرت على قرح الفراش شفيت بإذن الله تعالى.
١٥	قلة الطمث	الحلبة تعطى للفتيات في فترة البلوغ لمفعولها المنشط للطمث.
١٦	الأمراض الجلدية	عند إنبات الحلبة ولذا كانت الحلبة المنبتة من أحسن الأغذية في الأمراض الجلدية، وكذلك مرض (الأسقربوط).
١٧	ورم الطحال	طحين الحلبة إذا خلط بالنظرون والخل حل ورم الطحال.

٣- البصل :

م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة
١	أمراض القلب	البصل يمنع تجلط الدم في شرايين القلب فيحافظ على سلامة القلب ومن حدوث أزمات قلبية والذبحة الصدرية.
٢	مرض السكر	يحتوى على مادة الجلوكولين وهى شبيهة بهرمون الأنسولين ومفعولها مماثل له ويكافئه ويعمل على خفض نسبة السكر في الدم.
٣	الربو	يشرب فنجان من عصير البصل ممزوج بالعسل على الريق لمدة عشرة أيام فإنه قاطع للربو.
٤	السعال الديكى	يطبخ البصل فى سكر النبات حتى ينعقد مثل العسل يؤخذ ملعقة ٣ مرات يومياً بعد الأكل ويؤخذ مغلى البصل بسكر النبات شراباً للسعال والكحة .
٥	الديدان	يأخذ منقوع البصل بعد نقيه ليلةً، ويشربه الطفل صباحاً بعد التصفية وتحليته بالعسل على الريق.
٦	مقو للجهاز الهضمى	منشط لحركة الأمعاء لاحتوائه على نسبة عالية من الألياف السليوزية مما يساعد على سرعة هضم الطعام والتخلص من الفضلات.
٧	لعلاج وتشقق الثدي والخراجات	يدق البصل ويغلى فى زيت زيتون ويدهن به تشقق الثدي والخراجات.
٨	مقو جداً	تطحن بذور الفجل وتعجن فى عصير بصل وزعتر ناعم وتؤكل بزيت الزيتون مع الجبن.
٩	البروستاتا	ينقع البصل بعد تنظيفه وتقطيعه فى خل التفاح لمدة ثلاثة أيام ثم يصفى ويشرب منه فنجان على الريق ولمدة عشرة أيام متتالية.
م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة

١٠	الكلف	يخلط ماء البصل بالخل ثم يطلى به الكلف والبهق والبرص يزال إن شاء الله تعالى.
١١	ضعف القوة التناسلية	كوب عسل ونصف كوب بصل ويغليان معاً حتى يتبخر البصل وذلك بانعدام رائحته تماماً، وتؤخذ من ذلك ملعقة بعد الأكل فإنه غاية في القوة بإذن الله تعالى.
١٢	الروماتيزم	بخار البصل مع زيت الزيتون قبل النوم وتقطع بصلة كبيرة في إناء ويغلى ويوضع المكان المصاب فوق الإناء لتلقى البخار ويدلك بزيت الزيتون، وصباحاً تؤخذ ملعقة صغيرة زعتر مجفف في فنجان عسل لمدة أسبوع.
١٣	الصداع	يغلى مبشور البصل مع قرنفل مطحون ومعجون في زيت الزيتون ويبرد ويصفى يؤخذ الزيت ويدلك مكان الصداع مع شرب ملعقة قبل النوم.
١٤	الطحال	تشوى بصلة بقشرها بعد حشوها بالحبة السوداء والشمر، ثم تؤكل البصلة كسندوتش مع زيت الزيتون.
١٥	الاستسقاء	تقطع البصلة، وتوضع في لبن الحليب ثم يضرب البصل باللبن في الخلاط، يؤخذ فنجان ونصف على الريق من هذا المزيج يظهر إدرار البول إلى ذروته خلال ١٥ يوماً والشفاء بإذن الله تعالى.
١٦	الكلى	يسحق نوى البلح بعد تحميصه مثل البن تحشى به بصلة كبيرة ثم تشوى، تؤكل واحدة على الريق في اليوم مدة أسبوع، تزيل التهاب الكلى وتطرد الحصى والأملاح.
م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة

١٧	مرض الثعلبية	خليط من البصل والملح والفلفل الأبيض، يستخدم كدهان موضعى بعد تنظيف مكان الإصابة من الشعر، وذلك جيداً بقطعة صوف.
١٨	الأزمات القلبية	تشوى بصلة وتهرس وتوضع على بطن القدمين قبل النوم.
١٩	الدوالى	لبخة من مبشور البصل مع قدرها من البرنوف (السنقيون) فيفرم الاثنان ويسخنان فى زيت الورد ويضمد على الدوالى ليلا ولمدة أسبوع.

٤ - الثوم:

م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة
١	تطهير المعدة	يفرم ٢ فص ثوم أو يبلع ٢ فص ثوم على الريق ثم يشرب كوب مغلى شمر يبلع محلى بعسل مرة في الأسبوع على الأقل
٢	إدرار البول	يهرس ٢ فص ثوم ويخلطان في مغلى الشعير ويشرب على الريق مع الإكثار من تناول السوائل، عصير ليمون، عصير جزر ، عصير قصب، والحذر من تناول السوائل الغازية.
٣	للأعصاب	يقطع ٢ فص ثوم ويبلعان بلبن حليب ساخن عليه ٣ قطرات عنبر يشرب على الريق فإنه يقوى الأعصاب. ولهدوء الأعصاب ينقع حفنة من التمر بعد تقطيعها واستبعاد النوى منها في كوب ماء ويشرب على الريق.
٤	الزكام والرشح	يبلع فص ثوم مقطع بعد كل وجبة مع شرب عصير الثوم بالليمون مع استنشاق بخار الثوم.
٥	الجلطة والكليستول	يؤكل في الطعام ٢ فص ثوم فى السلطة الخضراء نيئين مهروسين وذلك باستمرار ولكن بعد انضباط ضغط الدم يتوقف تناوله.
٦	الأميبا والدوسنتاريا	تؤخذ حبة بعد تقطيعها يومياً بعد الأكل لمدة أسبوع، وتشرب ملعقة زيت زيتون بعدها.
٧	عسر الهضم والغازات والمغص	يشرب كوب عصير كمثرى مخلوط فيه ٣ فصوص من الثوم قبل النوم، ويدهن البطن بزيت الثوم مخلوط بزيت الزيتون.
م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة

٨	التيفود	يقطع ٥ فصوص وتضاف إلى كوب حليب ساخن محلى بعسل ويشرب قبل النوم، يدهن العمود الفقري وأطراف المريض بزيت الثوم مخلوط بزيت الزيتون.
٩	الروماتيزم	رأس ثوم كاملة مقشرة تدق ثم تعجن في عسل مع ملعقة مطحون حلبة ناعمة، يخلط الجميع ويوضع لبخة على مكان الألم قبل النوم وحتى الصباح وتكرر حتى ٣ مرات.
١٠	السل الرئوي	يفرم ٣ فصوص في كوب لبن حليب محلى بعسل النحل مضافاً إليه (١٠) نقط زيت حبة البركة، وتؤخذ على الريق وعند النوم يستنشق المريض بخار الثوم.
١١	السرطان	يجب تناول الثوم بكميات وفيرة في جميع الوجبات والأفضل أخذ عدد (٥) فصوص على الريق تمضغ أو تثقب بعود خشب رفيع وكذا الإكثار من تناول الجزر طعاماً وعصيراً وفي السلطة باستمرار.
١٢	الثعلبة	ينظف مكان الثعلبة جيداً بالحق والتدليك بماء ساخن، وقطعة من الصوف ثم يدهن بعجينة من الثوم والملح بعد دق ٣ فصوص ملح ربع ملعقة صغيرة حتى يشكل مرهماً، يدهن مكان الثعلبة ليلاً وينزع صباحاً. يدلك بعده بزيت زيتون وتكرر هذه العملية ٣ مرات.
م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة

١٣	الدوخة والدوار	تعمل عجينة مكونة من رأس ثوم مقشور + ٥ بيضات + حزمة من الكرفس يطبخ الجميع في زيت زيتون ويؤكل على الريق لمدة ٣ أيام
١٤	أمراض الكلى	يضاف ٣ فصوص لمقدار من البقدونس، زيت الزيتون وعصير الليمون يغلى الجميع في كوب ماء ويشرب على الريق.
١٥	البواسير	يدق الثوم حتى يصير مرهماً يذاب الدهن بتأثير النار ثم يضاف إلى الثوم ويوضع في إناء محكم القفل يعمل حمام ماء ساخن فوق العادة يجلس فيه مدة ١٠ دقائق بعدها يسوك البواسير من الداخل ويحظر دخول الثوم النار.
١٦	الكلوليرا	للوقاية من الكلوليرا عند انتشارها تؤخذ ملعقة معجون من الثوم في عسل نحل بعد خلطه بعد كل أكلة فإنها أقوى وأنجح من الأمصال.
١٧	الحصوة	نصف فنجان ثوم مهروس ويؤخذ فنجان من كل من عصير الليمون وزيت زيتون وحفنة بقدونس (أوراق مقطعة) ويخلط ذلك وتؤخذ منه ملعقة قبل النوم يومياً، يعقبها شرب كمية من الماء لتفتيت الحصوة.
١٨	السعال الديكى	تقطع فصوص الثوم قدر حفنة يد، وتلقى في ماء مع قليل من الملح ليزداد البخار ويستنشق البخار على بعد وذلك يكون قبل النوم لتتم التدفئة حتى الصباح وتكرر كل مساء.
م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة

١٩	الصمم	يدق ٧ فصوص ثوم يوضع في زيت الزيتون وعلى نار هادئة يسخن وبعد أن يفتر قليلاً يقطر في الأذن قبل النوم مع سدها بقطنة تنزع صباحاً وتكرر يوماً بعد يوم.
٢٠	القروح	يدق الثوم حتى يصبح كالمرهم ويضمده به على الجرح، إن ذلك يؤلم ولكن يمنع الغرغرينا.
٢١	الدفتريا	يمضغ فص ثوم كاللبان دون بلع لمدة ثلاث دقائق ثم يبلع ويستنشق بعد ذلك بخار الثوم المغلى في ماء لمدة ٣ أيام مع الحذر من التعرض للبرد.
٢٢	طرد الديدان	تدق ٣ فصوص ثوم وتوضع في لبن حليب وتشرب بدون سكر مساءً قبل النوم، وفي الصباح تؤخذ شربة زيت خروع وتكرر فإنها تقى المعدة والأمعاء من الطفيليات.
٢٣	تقوية اللثة ومنع تساقط الأسنان	تفرم كمية من فصوص الثوم المقشرة ويدلك بها اللثة بالأصبع السبابة ثم يتمضمض بماء مغلى فيه بقودونس لطيب رائحة الفم مع استعمال لبان أو نعناع.
٢٤	الجرب	تؤخذ خمسة رؤوس ثوم وتفرم ثم تعجن في دهن البقر ويدهن به مكان الإصابة (الجرب) من المساء للصباح الذي يؤخذ فيه حمام ساخن مع الاستمرار في دهان الحالة لمدة أسبوع.

٥ - قشر الرمان:

م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة
١	الدودة الشريطية	٥١ جم قشر الرمان + ١٠ جم حنظل + ٥ جم زعتر + ٥ جم حرمل وغليت جيداً على النار وتشرب على الريق فإنها تقضى على تلك الدودة إن شاء الله.
٢	الكبد	تطحن كمية من قشر الرمان مع عرق الصباغين وتسف بالفم تنفع الكبد بمشيئة الله.
٣	قرحة المعدة	٥٠ جم من قشر الرمان، ٢٠ جم من الزعتر تغلى وتشرب يومياً شفتها بإذن الله.
٤	قرحة الفراش	يطحن قشر الرمان وينثر الناعم منه على القرح، تشفى بإذن الله.
٥	الإسهال المزمن	إذا طبخ قشرة خصوصاً مع العفص حتى ينعقد قطع الإسهال المزمن وألحم القروح والجروح.
٦	مانع للنزيف	منقوع قشر الرمان أو مغليه مانع للأنزفة الدموية وخصوصاً في حالات البواسير والأغشية المخاطية وقرحات اللثة.
٧	الجدري وآثاره	يحرق قشر الرمان ويخلط بعسل النحل ويطلقى به آثار الجدري وغيرها أياماً متوالية فإنه يذهب أثرها.

٦- عسل النحل:

م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة
١	الأرق	كوب لبن حليب ساخن ، يحلى بملعقة عسل كبيرة تشرب قبل النوم بساعة . سترى نوماً سعيداً حتى مطلع الفجر.
٢	الحروق	مزيج من ملعقة زيت زيتون وملعقة عسل نحل وصفار بيضة ويطلّى به الحرق سريعاً فإنه يشفى.
٣	الصرع	يشرب فنجان عسل مذاب في ماء ساخن على الريق، وتقرأ سورة الجن على كوب ماء محلى بعسل ويشرب قبل النوم لمدة أسبوع.
٤	الإسهال	كوب زبادى مع ملعقة كبيرة عسل ثلاث مرات يوقف الإسهال على الفور. للطفل : طبق صغير من النشا ويعصر عليه ليمون ويحلى بالعسل ويأخذ منه ثلاث ملاعق صغيرة.
٥	الإمساك	كوب لبن حليب بارد يحلى بعسل ملعقة كبيرة صباحاً ومساءً - شرب نصف فنجان عسل قصب يعمل العجب في الإمساك.
٦	الحموضة	١- ملعقة صغيرة من دقيق الحلبة بعد قليها تسف على الريق يعقبها بملعقة عسل. ٢- كوب لبن زبادى مضافاً إليه ملعقة كبيرة من عسل النحل ثلاث مرات في اليوم. ٣- بلع عدد ٣ فصوص ثوم بعد ثقبها على الريق يعقبها كوب مغلى حلبة محلى بعسل مضافاً إليه ١٠ قطرات زيت الحبة ولمدة أسبوع.
م	الأمراض التي يعالجها	الكيفية أو الطريقة

٧	أمراض الصدر	عصير الفجل كوب لمعلقة عسل كبيرة صباحاً مغلى لبان الذكر محلى بالعسل ملعقة كبيرة لكوب من المغلى يؤخذ على الريق وقبل النوم.
٨	السكر	وجود مادة مؤكسدة في العسل تجعله يمثل سكره أكثر سهولة في الجسم فلا يظهر بنسبة مرتفعة في الدم.
٩	الروماتيزم	يشرب العسل مذاباً في كوب ماء ساخن مع معلقة صغيرة من زيت حبة البركة مرتين يومياً. ثم يدلك موضع الروماتيزم بمزيج من زيت الحبة وزيت النعناع وزيت الكافور.
١٠	حصوة الكلى	كيلو جرام من ورق الخبازى البرى يضاف إليه ثلاث ملاعق عسل ومعلقة كبيرة سمن بقرى ويغلى ويصفى جيداً بعد مزجه. يصفى الورق ويشرب منه كوب دافئ عند المغص. مدة أسبوع فإنه يفتت الحصى.
١١	أمراض الكبد	يطحن لحاء البلوط جيداً معلقة منه لفنجان عسل يؤكل على الريق مدة ١٥ يوماً بلا انقطاع.
١٢	السل الرئوى	يمزج شراب الورد بقدره من العسل ويشرب فنجان صباحاً ومساءً ويدهن الصدر والعنق قبل النوم بالمزيج السابق.
١٣	الاستسقاء	مغلى لبان الذكر المحلى بعسل صباحاً ومساءً. كوب مغلى لبان لمعلقة عسل كبيرة مع تدليك الطحال بدهن الورد.
م	الأمراض التى يعالجها	الكيفية أو الطريقة

١٤	للقوة التناسلية	تعصر ٤ بصلات ويؤخذ مثل عصيرها عسلاً، ويوضع على نار هادئة حتى تذهب رغوة العسل. يعبأ هذا في برطمان ويؤخذ ملعقة كبيرة بعد وجبة الغداء.
١٥	تقوية جهاز المناعة	٢ ملعقة كبيرة عسل أبيض + ١ ملعقة كبيرة حبة سوداء ناعمة ٣ فصوص ثوم مهروس + نصف كوب ماء ساخن تمزج المقادير جيداً وتؤخذ على الريق ثم قبل النوم.
١٦	لجميع أمراض العيون	يكتحل بعسل صباحاً وقبل النوم مع تناول ملعقة بعد ذلك يومياً.
١٧	لنقوية عضلة القلب	ماء مغلى فيه قشر الرمان وتذاب فيه ملعقة عسل نحل. قليل من الماء السابق ذكره وملعقة عسل وثلاث قطرات من غذاء الملكات النحل ومثلها من العنبر فإن ذلك يقوى القلب وينشطه.
١٨	للعقم	يؤخذ غذاء الملكات فور استخراجها من الخلية ويشرب بعده كوب من حليب البقر مضافاً إليه برادة قرن وحيد القرن قدر ٣ مليجرام ويستمر على ذلك لمدة شهر كامل.
١٩	للقروح	فنجان من العسل يخلط بمثلث زيت كبد الحوت ويمزجان جيداً ويدهن منه بعد تنظيف الجرح بمطهر وهو (عسل في ماء دافئ) ويضمّد عليه بشاش، ويكرر يومياً مع شرب العسل بكمية وافرة.
٢٠	علاج الثعلبة	يخلط شمع العسل مع الزبدة الطبيعية ويدهن به المكان المصاب مرّات فيشفى إن شاء الله تعالى.
٢١	فوائد أخرى للعسل	خلط العسل الذي لم يصبه ماء ولا نار ولا دخان بشيء من المسك عند الاكتحال به ينفع العين من نزول الماء، والتلطخ به يقتل القمل والصنبان ولعلاج عضّة الكلب والمطبوخ منه نافع في السموم.

٧- النعناع:

- يمنع القيئ والغثيان ووجع المعدة • وينقى الصدر من الربو والسعال والفواق والبلغم.
- وهو يطرد الديدان مع العسل • يسكن وجع الأسنان إذا مضغ. والخل.
- يقوى القلب مع المستكة. • مهدئ للأعصاب والجهاز الهضمي.
- يقوى عمل الكبد والبنكرياس • يعالج السعال والربو والتنفس والجسم. ومدر للبول.
- يعالج البواسير ضماداً أو • والغرغرة بالمغلى منه تفيد اللثة بخوراً. والأسنان.
- يدمل القروح بدقيق الشعير. • ويشد المعدة بماء الرمان.
- ويقطع العرق. • ويجبر الكسر ضماداً مع الآسى.
- وماؤه إذا طبخ بالسكر كان شراباً قاطعاً لأنواع الصداع.

٨ الينسون :

- يفيد بعض حالات الصداع، وضيق التنفس.
- ويعمل كفاتح للشهية.
- ويعالج المغص الناتج عن سوء الهضم، وطارد للغازات.
- والينسون يفيد حواء، ويقوى المبايض.
- ويستخدم لإدرار الطمث، كما أنه يفيد فى علاج مرض الاستسقاء والكلى والطحال.
- وهو يعالج وجع الأذن إذا كان عن ضربة أو صدمة، ويزيل الصمم.
- مقو للقلب والتنفس والدماغ، ويعالج الصداع النصفى، أيضا يفيد السعال والنزلات الشعبية وآلام الطمث.

- ويقوى الجهاز الهضمى عند الكبار، ويفيد الصغار.
- زيت الينسون يعالج المغص الناتج عن سوء الهضم.
- ويفيد زيت الينسون الكلى وأمراض النساء ويزيل الإمساك.

٩- الكراوية :

- تطرد الرياح، وتدر البول، وتهضم الطعام.
- وتنفع من ضيق النفس إذا وضعت فى الفم ومضغت وبلعت.
- يفيد المعدة فى حالات المغص، زيتها يفيد النزلات الصدرية الخفية.
- ويهضم الطعام ويطرد الغازات، ومسكن للمغص خاصة عند الأطفال، وهى تدر اللبن للمرضع، وزيتها يستعمل لتسكين آلام الروماتيزم وآلام الرحم والمبايض (بالتدليك).

١٠- الليمون:

- يطفى الالتهب والصداع والقيئ والغثيان وفساد الأغذية.
- ويقاوم السموم، ويفتح الشهية، وقشره أشد مقاومة للسموم.
- وبذره أعظم، وكلما خف ورق قشره وكان نقياً من الأغشية حلل المغص والرياح.
- عصيره يجلو الكلف، والبهق والنمش والحكة، غنى بفيتامين ج ، ب. فيتامين ج يقى من البرد ويعالج النزف.
- ويقى من مرض الاسقربوط. يوجد بالليمون نسبة من السترين يقوى جدر الأوعية الدموية.

الاستخدام الطبى لعصير الليمون:

- عصير الليمون ينشط الكلى والكبد، يقوى اللثة.
- ويقتل الميكروبات المسببة للتعفن، الغرغرة بعصير الليمون تعالج التهاب الحلق والحنجرة.

- عصير الليمون يعالج الطفح فى تجويف الفم، والتهاب اللسان.
- ويعالج مرض النقرس؛ لأنه يذيب الأملاح المترسبة فى المفاصل.
- ويفيد فى ضربة الشمس، ويخفف الصداع (كمادات العصير).
- قشر الليمون يدخل فى تحضير الكولونيا؛ لأنه له رائحة عطرية محببة، زيت قشر الليمون، يدخل فى الأدوية الطاردة للديدان.
- قطع عدد ٣ ليمونات ووضعه فى ماء سبق غليه، وتترك طوال الليل ويشرب على الريق يزيل احتقان الكبد.

الليمون يعالج السمنة

- نقع الليمون بعد تقطيعه فى الماء المغلى مع قليل من الكمون ويترك طوال الليل ويشرب على الريق يفيد فى إنقاص الوزن.

١١- الكمون :

- يطرد البرد، ويحلل الأورام، ويدفع السموم وسوء الهضم والتخمة وعسر النفس والمغص الشديد شرباً بالماء والخل واحتقاناً بالزيت، ويقطع الطمث.
- ويحلل الدم المحبوس ضماداً، وإن مزج بالزعر، وتغرغر طبيخه سكن وجع الأسنان والنزلات، ويجلو البشرة مع الفسولات.
- وهو مدر للبول، وطارد للرياح، ويزيل المغص.
- ويقطع نزيف الأنف إذا قرب من الأنف، وهو مسحوق بعد خلطه بالخل.
- يفتح الشهية، ويعالج التشنجات، ويساعد على الهضم.

١٢- الكمأة :

- تشبه البطاطس فى شكلها، ولونها بنى، تكثر فى السنين الممطرة، وتنتج كفطر تحت الأرض غنية بفيتامين (أ) الذى يعالج اضطرابات الرؤية.
- سميت كمأة لاستتارها فى الأرض فإنها تكون فى الأرض من غير أن تزرع.

- تستعمل لعلاج هشاشة الأظافر وسرعة تكسرها.
- تعالج اضطراب الرؤية.
- تعالج تشقق الشفتين.
- تفيد في تقوية الجماع بعد غسلها وتجفيفها وسحقها.
- تستخدم لجلاء البصر بعصرها كحلاً.
- تخلص بالإثمد (بالكل) ويكتحل به فإنه يصلح البصر ويقويه.

١٣- الفجل :

- ينقى الأخلاط اللزجة بالماء والصدر والمعدة ويهضم الطعام ويخرج الرياح مع تليين خفيف ويبرئ السعال مسلوفاً وماؤه يفتح السدد وعصاره أغصانه تفتت الحصى ويصلح برد الكبد ويزيل البهق طلاءً، وأكله يحسن الألوان وينبت الشعر المتناثر.
- ويحلل أوجاع المفاصل والنقرس.

١٤- التين :

- يقوى الكبد إلا أنه يضر الكبد الضعيف ويذهب الطحال والناصور وعسر البول وهزال الكلى والخفقان والربو وعسر التنفس والسعال وأوجاع الصدر، إذا استعمل مع الجوز أفاد من السموم ومع السداب يفيد كترياق ومع اللوز والفسق يعالج النحافة.
- ورماده مع الزيت ينقى القروح ويجلو الأسنان بياضاً لا يعدله شيء.
- يفيد اللثة ويسود الشعر مع الخل ويفيد من الصرع والوسواس.

١٥- الجزر :

- يقطع البلغم وينفع آلام الصدر والمعدة والسعال والكبد والاستسقاء ويفتت الحصى ويقوى جنسياً ويدر البول ويزيل اليرقان ووجع الظهر.
- وينقى الصوت ويفيد في السعال إذا طبخ مع العود الهندى والقرنفل والزنجبيل والحبهان وجوزة الطيب.

- وينفع مع وجع الساقين لكنه بطيء الهضم، ويعالج العصبية وسوء الحلق واضطراب الرؤية ويمنح الجسم البوتاسيوم، والجزر يقوى البصر ويعالج لين العظام عند الأطفال.
- الوصفة: تمزج كمية من العصير على أضعافها من مسحوق الفحم ويترك مدة يوم كامل للتخمر قبل الاستعمال ثم يوضع على القروح، كما أن الجزر إذا طبخ بالماء والملح على نار هادئة يفيد في الإسهال.
- والجزر يطهر الجسم من الجراثيم والديدان إذا أُكِلَ نيئاً، ويحفظ الكبد والعيون ويطهر الكلى ويجعل البشرة نضرة.

١٦- الترمس:

- يعالج القلب والأعصاب والقروح ويقتل الديدان ويخفف الصداع — مع العسل يذهب ضيق التنفس والسعال ويفيد المثانة والطحال والحصى ومن الاستسقاء، ويسكن عرق النسا والمفاصل والنقرس (ضماداً) ومع بذر الكتان يفيد البواسير.
- ومن فوائده لحواء: إذا طبخ وغسل الوجه به يحمر اللون ويصلح الشعر.

١٧- الحمص:

- يعالج الصداع خاصة الشقيقة ويصفى الصوت ويحلل الأورام من الحلق والصدر والسعال، وماء غليه يعالج أوجاع الصدر والظهر، ويخرج الديدان، ودقيقه إذا عجن وطلّى به الوجه أذهب الصفرة وحر اللون ونور الوجه.
- ويصلح الشعر ويؤكل بين وجبتين أو في وسط الوجبة ولا يتناول إلا بكميات قليلة على فترات.

١٨- الشعير :

- الشعير ملين مقوى عام للجسم وللأعصاب بوجه خاص – يجدد القوى وينشط الكبد، يخفض ضغط الدم المرتفع ، ينفع من الإسهال ويوصف الشعير فى علاج أمراض الصدر والضعف العام وبطء النمو عند الأطفال وضعف المعدة والأمعاء والكبد والتهاب المثانة والكلى. وماء مغلى الشعير ينفع السعال وخشونة الحلق ويدر البول وينظف المعدة ويقطع العطس كمنشط للكبد، ولعلاج الأمراض الصدرية للصغار ويفيد فى علاج الدوسنتاريا والإسهال وأمراض الكلى والمثانة.
- طحين دقيق الشعير يسمى بالتلبينة وهى حساء يعمل من دقيق الشعير وربما جعل فيها العسل أو اللبن وتكون فى قوام اللبن.
- وكانت السيدة عائشة أم المؤمنين تأمر بالتلبينة للمريض والمحزون على الهالك.
- وفى الطب الشعبى إلى يومنا هذا يستخدم طحين الشعير فى التداوى بصور عديدة فيمزج مع الخل وقشر البصل ويستخدم على صورة كمادات لعلاج التهاب المفاصل.
- ومع بياض البيض كمادات لعلاج تسلخات الجلد والثعلبة.

١٩- الصبر :

- الصبر هو عصارة شجرة المر فهو كثير المنافع لاسيما الهندى منه، تطفى به الجبهة والصدغ بدهن الورد ينفع فى الصداع وينفع فى قروح الفم والأنف وينفع فى مرض الصفراء.
- وفى مرض العينين تضمد بالصبر وينفع فى علاج الجروح الرطبة والدمامل المتقرحة.
- وفى الطب الشعبى قطعة فى حجم حبة العدس لمدة عشرة أيام لعلاج مرض السكر.

٢٠- الحناء:

- من النباتات المعروفة بمصر منذ عهد الفراعنة فتدخل فى صناعة كثير من مستحضرات التجميل.
- توضع على الجبهة معجونة بالخل لتسكين الصداع وتحتوى على مادة قابضة مع عجنها بالخل بوضعها على القروح الرطبة وعلاج فطريات ما بين أصابع القدمين، وتقيد فى علاج قشر الشعر والتهاب فروة الرأس.
- كما يستخدم منقوع الأوراق فى علاج التهابات وقروح الفم بالمضمضة، أو بمضغ الأوراق الجافة.

٢١- بذر الكتان :

ويصلح فى علاج ما يلى :

- ١- يعالج البروستاتا إذا سفت ملعقة منه يوميا.
- ٢- ينفع فى علاج البواسير إذا طحنت وعجنت فى زيت الخروع تعالج البواسير.
- ٣- زيت بذر الكتان يعالج حالات التوتر والصرع.

٢٢- الخلطة :

الخلطة تعالج الآتى :

- ١- النوبات القلبية.
- ٢- آلام الكلى والكبد.
- ٣- منقوع بذور الخلطة يدر البول.
- ٤- يفتت الحصى ويسقطها من الحالب.
- ٥- يعالج البهاق الجلدى.

٢٣- الزنجبيل :

الزنجبيل يعالج الآتى :

- ١- يفيد القلب والمعدة.
- ٢- ملين ومهضم.
- ٣- يساعد على القدرة الجنسية.
- ٤- يفيد الأمعاء الغليظة ويخلصها من الرياح.
- ٥- يعالج بحة الصوت ويوسع الأوعية الدموية فى الشتاء ويعطى الشعور بالدفء.

٢٤- القرنفل:

كثير المنافع ويعالج الآتى :

- ١- يقوى الدماغ البارد والذهن.
- ٢- يقوى الحفظ والصوت.
- ٣- يجلو البلغم ويطيب النكهة.
- ٤- يقوى الأعضاء الرئيسية كلها.
- ٥- يقوى الصدر والكلى والكبد والطحال.
- ٦- يزيل الوحشة والوسواس.
- ٧- يمنع الفواق والغثيان والقيء.
- ٨- يسخن الرحم والباه.
- ٩- يزيل الخفقان.

٢٥- الزعتر :

يعالج الأمراض الآتية وأهمها السموم :

- يعالج غالب السموم.
- يحل الرياح والمغص.
- يحفظ البدن وإن طبخ بالخل والكمون يسكن آلام الأسنان والحلق.

- حفظ المولود لحظة ولادته من البرد والرياح وبروز السرة.
- يعالج الربو والسعال وعسر التنفس إذا طبخ مع التين.
- إصلاح سائر الأطعمة ودفع التخمة والعفونات مطلقاً وترقيق الدم.
- يذهب الطحال إذا نقع في الخل وشرب إذا غُلى وحلى بالسكر.

٢٦- طلع النخيل :

يفيد في الآتي :

- يزيد في قوة الجماع. دقيق الطلع إذا تحملت به المرأة قبل الجماع أعان على الحمل.
- ينشط المبيض وينظم دورة الطمث؛ يساعد على تكوين البويضة في الأنثى.
- زيادة عدد الحيوانات المنوية في الذكور من عشرات الألوف إلى عشرات الملايين.

٢٧- القرفة :

- تقوى القلب إذا حليت (بعسل النحل) بسكر النبات.
- تعالج ضغط الدم إذا شربت يومياً مع استنشاق المسك.
- تعالج أمراض البرد والزكام.

٢٨- الجرجير :

- يذهب بالبلغم.
- يفيد الطحال والكبد.
- يفتت الحصى.
- شرب عصير أوراقه وأكله يقوى الناحية البدنية والجنسية.
- يدر البول ويهضم الطعام وملين.

٢٩- الزيتون :

- وهو يقوى المعدة.
- مفيد للكبد والكلى.
- ورق الزيتون إذا مضغ أفاد اللثة وأورام الحلق.
- زيت الزيتون ملطف وملين ومفتت للحصى .
- يعالج زيت الزيتون آلام والتهاب الأعصاب.
- إذا ذلك الأطفال بزيت الزيتون عالجه من فقر الدم والكساح.
- زيت الزيتون مع الماء الدافئ يفيد المراءة ويفتت الحصوات ويعالج فقر الدم.

٣٠- الزعفران:

- يسكن أوجاع الأذن والقروح.
- يفيد الرحم ويقوى المعدة والكبد ويزيل الطحال.
- يفتت الحصى ويدر الفضلات.
- فائدة: مثقال منه بقليل من ماء الورد والسكر يسرع بالولادة.

٣١- الشبث :

- ينفع فى الفالج وضعف المعدة والكبد والطحال والربو والحصى.
- عند خلطه بالعسل ينفع البواسير شراباً وطلاءً.

٣٢- البرتقال:

- يقى من نزيف اللثة.
- عصيره يساعده على الهضم.
- منقوع قشره يعالج من المغص وآلام المعدة والغثيان.
- يوقف القيئ والنزيف وينشط الجهاز الهضمى ويعالج الحمى.

٣٣- العنب :

- يصلح الكلى.
- يصفى الدم.
- ويعدل الأمزجة.

٣٤- الغناب:

- يفيد الحلق والصدر والسعال.
- يعالج الكلى والمثانة والكبد وأورام المعدة.

٣٥- دوار الشمس:

- يفيد الملاريا.
- يطرد للبلغم.
- يخفض نسبة الكولسترول.

٣٦- الفراولة:

- يدر البول وينشط المعدة.
- يساعد على بناء الأنسجة .
- يفيد فى علاج المفاصل والمرارة والكبد .
- تهدئ الأعصاب والالتهابات الداخلية.
- مغلى الفراولة أوراق وجذور يعالج الإسهال والكلى والمثانة ونقص إفراز المرارة وأمراض الكبد.

٣٧- الكرنب:

- يقتل الدود ويلحم الجروح.
- ينقى الطحال والكبد والحصى.
- يمنع الصداع.
- يفيد مرضى السكر فى خفض نسبته فى الدم.

٣٨- الكرات:

- ينفع من الربو وأوجاع الصدر إذا طبخ بالشعير شراباً .
- يعالج الربو والسعال والإمساك إذا أكل نيئاً .
- يقوى الأعصاب ويدر البول.
- عصيره يزيل البقع والدمامل .

٣٩- الكركديه .

- يفيد فى الهضم ويزيل الحموضة.
- يفيد أمراض الصدر والمعدة والمفاصل والنقرس.

٤٠- اللفت:

- يجدد النشاط .
- يزيل التعب.
- يهدئ السعال.
- ينفع النزلات الصدرية.
- مضاد للسمنة.

٤١- الموز:

- ينفع من السعال وأوجاع الصدر وهزال الكلى.
- ورقه يحلل الأورام.

٤٢- البردقوش (المردقوش):

- يفيد الصداع والبلغم والزكام والآلام.
- يعالج وجع الركبتين والظهر.
- يعالج التقرحات وينشط عمل الكليتين والرئتين والكبد والرحم والطحال.
- يفتح الشهية.
- يطرد السموم.
- بخاره يطهر القصبة الهوائية.
- غرغره يزيل ما بالفم واللسان من جروح.

٤٣- النبق (السدن):

- ينفع فى علاج الكحة ومبادئ الاستسقاء إذا سُحِق وحُل وشرب.
- ينفع ورقه فى علاج المريض من المس والسحر عند قراءة الرقية الشرعية عليه.
- ورقه مبارك وفيه شفاء على نية كل مريض يأتى الشفاء بإذن الله مع قراءة آيات الشفاء عليه.

٤٤- اليقطين:

- ينفع المعدة الضعيفة.
- ماؤه يذهب بالصداع.
- ماؤه يدر البول.
- يخفف آلام البواسير والإمساك وعسر الهضم ومرض السكر والأرق والتهاب الأمعاء.