

obeikandi.com

■ عسل النحل



قال تعالى :

(وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ
وَمِمَّا يَعْرِشُونَ . ثُمَّ كُلِّي مِنَ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا
يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي
ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ) . النحل ٦٨ ، ٦٩

وعن ابن مسعود رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (العسل شفاء من كل داء والقرآن لما في الصدور فعليكم بالشفاء من القرآن والعسل...) رواه ابن ماجة والحاكم

- بعض المواد الموجودة في العسل

- ١- مغنسيوم ٢- كبريت ٣- فسفور ٤- حديد
- ٥- كالسيوم ٦- كلور ٧- بوتاسيوم ٨- صوديوم
- ٩- يود ١٠- منغنيز ١١- سيلكون ١٢- ألنيوم
- ١٣- اليورن : وهو من الأملاح المعدنية

- بعض الفيتامينات الموجودة في العسل

فيتامين ب٢ / ب٣ / ب٦ / حامض الفوليك / فيتامين ك /
فيتامين ج

والعسل هو علاج للكثير من الأمراض منها :

- علاج فقر الدم : فهو يزيد في كريات الدم الحمراء
- علاج أمراض المعدة : ملعقة من العسل في كوب ماء دافئ
بعد الأكل بثلاث ساعات مرتين في اليوم
- وفيه علاج أمراض الكبد والجهاز البولي
- وللوقاية من أمراض السرطان

- المواد المستعملة والمقادير

١- عسل : ١٠٠٠ غرام

١- غبار الطلع (يؤخذ من ذكر النحل) وهو يلقي به النحل :
ملعقتان

٣- الشهد (العسل الأبيض) وهو غذاء ملكة النحل : واحد غرام
فقط ، ولا يتجاوز ذلك لأنه خطر

- طريقة التحضير

يخلط العسل بغبار الطلع والغذاء الملكي

- طريقة الاستعمال

ملعقة واحدة في الصباح وأخرى في المساء

- ملاحظة

وهذه وصفة ممتازة أيضاً للعقم عند الرجال وهي مجربة

■ الزعتر البري

يسمى : ندغة - قاتل النحل - زعتر دقة في لبنان - زعتر
فارسي - ويعرف في مدينة الخليل زعتر غزال وزعتر رومي



- أوصافها

عشبة يبلغ ارتفاعها نحو ٢٠ سم، فروعها زاحفة وغزيرة، أوراقها صغيرة ومتقابلة بيضوية الشكل تنبت من الفرع مباشرة أو بساق قصيرة، أزهارها في مجموعات رأسية صغيرة بنفسجية، وللعشبة رائحة خاصة لطيفة عطرية فيها طعم الحرقه.

- المواد الفعالة

زيت طيار- يحوي ٥% من مادة التيمول المطهرة وهي أقوى أربعة أضعاف من المطهرات الأخرى من مثل الفينول والكريزون والكاربول والسالتمسيل، ومواد أخرى مرة ودابغة مقشعة ومسكنة للألام.

- التركيب

روح عطري - كارفاكرو - سيمان - كاربورات - فينول أزوتي - أنزيم

- الخصائص

مطهر ومضاد للتشنج ، ودافع للريح ، طارد للبلغم ، منشط ، هاضم ، يعالج الزكام والرشح والنزلات الصدرية والمعدية والسعال ، وللغفريات ، ويساعد على الهضم ، وللعجز الجنسي ويكون هذا بغلي خمسة غرامات من الزعتر البري مع كأسين من الماء ويشرب منه كأس مرتين في اليوم.

■ الليمون

شجرة دائمة الخضرة وهي معروفة لكثرة انتشار الليمون



- المواد الفعالة

الثمار غنية بفيتامين ج / ب ١ / ب ٢ / ب ٣ / أ
وفية نسبة عالية من السرين الذي يعمل على تقوية جدر
الأوعية الدموية. ويحتوي على الكالسيوم والحديد والفسفور

والمغنيسيوم والنحاس والبوتاسيوم. وليمونات الكالسيوم
وحامض الليمونيك وحامض الماليك ومواد أخرى.

- يعالج نزيف الدم :

تغمس قطعة من القطن في عصير الليمون وتوضع في الأنف
لمدة قصيرة.

- يعالج انتفاخ المعدة والأمعاء :

يؤخذ من (٥-١٠) نقاط من عصير الليمون تمزج مع قليل من
العسل ويؤخذ على جرعات في اليوم.

- علاج لتنقية الدم :

يشرب ١٠ غرامات من عصير الليمون بعد الأكل يوميًا.

- لمكافحة السمنة :

ينقع قليل من الكمون في كأس من ماء مغلي مع حبة ليمون
مقطعة على شكل حلقات ويترك طيلة الليل ويشرب في الصباح
قبل الأكل ويعالج التهاب المفاصل والبروستاتة والكلية والمثانة
ويحفظ ضغط الدم

ويفتت الحصى ويعالج النقرس "مرض الملوك" إذ يذيب
الأملاح المترسبة في المفاصل.

▪ البابونج

يسمى:- عين القط ومنسيلية في الجزائر والبابونج النبيل



- أوصافها

عشبة ارتفاعها من (١٠-٥٠) سم وتفرعة أوراقها طويلة
مجنحة أزهارها بيضاء في وسطها رأس نصف كروية أصفر
اللون وداخله أجوف.

والزهرة المنتفخة أوراقها بيضاء إلى أسفل له رائحة عطرية
تميزه عن غيره من الأعشاب المتشابه وهو معروف.

- المواد الفعالة

زيت طيار مع الزيت الأزرق أزولين ومواد مرة مضادة
للعفونة وزيت عطري وفيه- كولين- كبريت- فسفور- حديد-
وفيه حوامض انيور يتول- وستيرول.

- الخصائص

مضاد للتشنج- مطمث- مقاوم للحمى هاضم.

- يعالج

الحمى ومغص المعدة والأمعاء والمرارة ويخفف آلام الحيض
والصداع ويجلب النوم (ويستعمل خارجياً) لتسكين التهابات
الجلد يوضع في ماء الحمام وكذلك يستعمل لغسل الشعر فيكسبه
لوناً زاهياً.

زيت البابونج يستعمل لتسكين آلام الروماتيزم والنقرس (مرض
الملوك) وقد يساعد على الشفاء منه وذلك بتدليك مكان الألم
منه ثلاث مرات في اليوم.

■ الميرمية

وتسمى : ناعمة مخزنية ، قوسية ، ناعمة ، قصعين ، عيزقان ،
حبيقو الصدر.



- أوصافها

عشبه معمرة من فصيلة الشوفيات يبلغ ارتفاعها ٥٠-١٠٠ سم، أوراقها صلبة متطاولة مجعدة مكسوة بشعيرات دقيقة ، فضية اللون خضراء مائلة إلى بياض ، مذاقها مر وقابض ، أزهارها كبيرة زرقاء أو بنفسجية متجعدة مثل السنابل ، وهي معروفة.

- المواد الفعالة

زيت طيار مع التيويون ، ومواد قابضة تقلل من إفراز العرق والحليب وتقوي الأعصاب .

- الخصائص

مطهرة - مضادة للتشنج - مضادة للعرق - دافعة للريح -
منشطة لإفراز الصفراء - مطمئة - خافضة للسكر - منبهة -
هاضمة.

- تعالج :

العقم عند النساء - مكافحة السمنة - البول السكري - الزكام -
النزلات الشعبية - الروماتيزم - طاردة للغازات من الأمعاء -
تقوية الكبد - تجفف ثدي المرضعة بعد الفطام - تقلل العرق -
تقوي الذاكرة.

ويكون ذلك بغلي خمسة غرامات من الميرمية وكأسين من الماء ويشرب كأس مرتين في اليوم، وتعالج الحكة عند الأعضاء التناسلية وذلك بغسل الأعضاء من مغلي الميرمية.

- ملاحظة

- أ- يجب عدم تركيز الميرمية نتيجة الغلي لأنها تصبح ضارة جداً
- ب- كما يحظر وضعها في وعاء من الحديد لأنها تتأكسد معه.
- ج- على المرضعات عدم تناولها لأنها تقلل من كميات الحليب.

■ عباد الشمس

ويسمى : دوار الشمس - عين الشمس

- أوصافه

هو نبات معروف ومشهور يتجه قرصه إلى الشمس



- التركيب

تحتوي بذور عباد الشمس على ٥٢% بروتينات - وحوامض -
ودسم من ٧-٩% - معادن - عناصر فسفورية - غليسريد -
فلورين - فوسفات - كالسيوم - فيتامين أ / ب- وغيرها من
الفيتامينات.

- يعالج :

طارد للبلغم - تصلب الشرايين - مدر للبول - يخفف الكولسترول
في الدم لأنه يحتوي على المعادن وعناصر فسفورية وغليسريد
وهذا مما يجعله مفيداً في تخفيف الكولسترول - ويمنع تصلب
الشرايين.

وتحتوي البذور أيضاً على فيتامين أ- ب لذلك فهي مضادة في
حالات العشى الليلي
كما يعالج الحميات والمalaria.

وقد لاحظ أطباء الأسنان الأمريكيان والإنجليز أن أكل بذور عباد
الشمس باستمرار هو سبب في اللثة السليمة وذلك لأنه يحتوي
على الفوسفات والكالسيوم وكميات قليلة من الفلورين الذي
يقوي الأسنان ويمنع تسوسها.

معدل أكل الفرد منه ٧٠ غراماً قبل وجبة العشاء.

■ الجزر



- أوصافه

نبات بقلّي عسقولي من فصيلة الخيميات تختلف أصنافه في الحجم والشكل واللون تبعًا لاختلاف التربة. وهو معروف لا يحتاج إلى وصف

- المواد الفعالة

فيتامينات - زيت طيار - مادة البكتين المجلطة - زيوت قابضة تقتل الديدان المعوية وتدر البول.

- التركيب

فيتامين أ / ب ١ / ب ٢ / ب ب / ب ٥ / ب ٦ / د / و / ج /
وفيه كبريت - مغنيزيوم - بوتاس - صوديوم - كلور - كالسيوم -
فسفور - حديد (وهو غني في هذه المواد لذلك لقب بملك
الخضار)

ونقص البوتاسيوم في الدم يجعل الإنسان عصبياً سيئ الخلق
مضطرب الرؤية محباً للنوم سريع الإعياء وتناول كأسين من
الجزر يومياً يشفي من ذلك كله ويجعل الشخص حسن الخلق
ويحبه الناس.

- يعالج :

ضعف البصر- يزيد من مقاومة الجسم للأمراض المعدية - فقر
الدم- الضعف العام للجسم - يعدل فعل الغدة الدرقية - يهدئ
اضطرابات القلب والأعصاب - يطرد الديدان - يسرع نمو
الأطفال.

ويكون ذلك بأكل حبة جزر متوسطة في اليوم ، أو شرب كأس
واحدة من مغلي الجزر المجفف في اليوم ، أو شرب كأس واحد
في اليوم من عصير الجزر.

وهنا أذكر عن الجزر وصفة هندية ومجربة وهي من المقويات
الجنسية الجيدة :

- المواد المستعملة والمقادير

- ١- جزر حبتان.
- ٢- حليب كأسان
- ٣- سكر ملعقة كبيرة.
- ٤- اللوز الحلو عشرة حبات
- ٥- الكاشو فستق (وهو الفستق المعكوف) عشرة حبات
- ٦- جوز الهند المبشور خمسة غرامات

- طريقة التحضير

يُبشّر الجزر واللوز والفستق ويضاف إليهم السكر والحليب ويغلى الجميع.

- طريقة الاستعمال

يشرب ويؤكل من هذا الخليط كأس واحد في الصباح وآخر في المساء.

- ملاحظة

يجب عدم الإكثار من تناول عصير الجزر لما يحدثه من زيادة في نسبة البوتاسيوم في الدم فيكون الحصى في الكلى.

▪ البقدونس

يسمى : مقدونس - الكرفس الرومي.



- أوصافه

عشبه معمرة من الفصيلة الخيمية دائمة الخضرة يبلغ ارتفاعها من ١٠ - ٥٠ سم ، وهو معروف لكثرة استعماله

- التركيب

غني بفيتامين أ - ج - وكذلك الحديد - ويوجد فيه الكالسيوم والفسفور

- خصائصه

مضاد لفقر الدم - موقف لإفراز الحليب - مضاد لداء الحفر (الإسقربوط) وهي القرحة التي توجد في الفم - مقبل - منقي الدم - مطمئ - مهدئ للأعصاب منشط - يجدد الشعيرات الدقيقة - يوسع العروق - يعالج العجز الجنسي ويوجد فيتامين أ المعروف أنه فيتامين عند الذكور والإناث - يزود الجسم بحاجته اليومية من الفيتامين أ - ج - يستعمل بدلاً من العقاقير - يساعد كثيراً في إعادة تكوين ما يحرقه الجسم من أنسجة - يساعد على نمو الأطفال - يخفف آلام الحيض - يعالج التهابات المسالك البولية - ينشط إفراز المرارة الناتج عن كسل الكبد - يساعد في القضاء على النمش - يجعل الجلد ناعماً ونقياً.

- طريقة التحضير والاستعمال

خمسة غرامات مع كأسين من الماء يغلى ويشرب منه كأس مرتين في اليوم.
ولنعومة الجلد يغلى خمسون غراماً في لتر ماء ثم يمسح به الجلد عدة مرات في اليوم.

■ الينسون (الأيسون)

يسمى: ينسون في بلاد الشام - تقده - كمون حلو - وفي بلاد المغرب حبة حلوة.



- أوصافه

عشبه من فصيلة الخيمييات يبلغ ارتفاعها ٥٠ سم وهو معروف ولا يستعمل منه إلا البذور فقط.

- المواد الفعالة

زيت الينسون العطري - مادة الاينتول المسكنة القوية
للتشنجات والمفيدة للهضم.

- يعالج :

الأسنان - المعدة - عسر الهضم - انتفاخ البطن - التهابات
الوريد - التشنج - السعال - طارد للبلغم - ضيق التنفس - مقوي
للجهاز الهضمي - يزيد في إدرار الحليب عند المرضعة -
مطمث - وهو مفيد للكلى.

ويستعمل زيت الينسون في إبادة قمل الرأس بفرك الرأس
بأصابع اليد برفق.

- طريقة التحضير والاستعمال

ملعقة صغيرة من البذور تغلى مع كأس ماء
ويشرب منه كأس واحد مرتين في اليوم.

■ فراسيون أبيض

يسمى: حشيشة الكلب - (وشناز بالفارسية) - وهي تعرف في مدينة الخليل اكرية.



- أوصافه

نبات معمر ارتفاعه من ٣٠-٨٠ سم، منتصب لها وبر، قليلة التفريعات، أوراقها خضراء مائلة للبياض، مستديرة وخشنة الأزهار، بيضاء أو صفراء.

- الأجزاء المستعملة

الأطراف المزهرة والأوراق.

- التركيب

عنصر مُر - كولين - زيت عطري - صابون وزيت - غلوكوزيد
- عفص - بوتاسيوم - فيتامين ج .

- الخصائص

مطمث - طارد للبلغم - مقاوم للحمى - معرق - هاضم - منشط

- يعالج :

الحمى - التهاب النسيج الخلوي - البدانة - توتر الأعصاب -
الملاريا.

- طريقة التحضير والاستعمال

ورقتان من العشبة وكأسان من الماء تغلى ويشرب منه ١ كأس
مرتين في اليوم.

■ الطرخشقون

يسمى : خس بري - العلت - مرير



- ملاحظة

يوجد منه خمسة أنواع أو أكثر لذلك يجب تمييزه عن غيره

- أوصافه

عشبه ترتفع نحو من ١٠ - ٣٠ سم ، تنبت أوراقها وأزهارها من فوق الأرض مباشرة ومن غير سلق- مثل الفجل- أوراقها مجتمعة طويلة مسننة- مثل المنشار القديم- وخشنة ، أزهارها كبيرة صفراء وكل منها بساق طويلة جوفاء بنية الجذر ، يوجد فيه سائل أبيض كالحليب.
يحذر الأطفال من امتصاصه لأنه يضرهم.

- التركيب

كلورفيل - قلوئي - زيت عطري - انولين - عفس - سكريات - أملاح معدنية - وفيه فيتامين أ / ب / ج

- يعالج :

أمراض الكبد - المرارة - البنكرياس - السكري - يوقف تكاثر خلايا السرطان وقد يساعد على الشفاء منه - للتعب بشكل عام- يرمم الخلايا.

- طريقة التحضير والاستعمال

النبتة كاملة مع الجذر ثلاث كؤوس من الماء تغلى ويشرب منها كأس مرتين في اليوم.

obeikandi.com

المقادير المستعملة في الكتاب

هذه الأدوات تساوي من الماء أو الزيت:-

نوع الأدوات المستعملة	سنتيمتر مكعب / غرام
كأس	١٥٠
كأس شاي صغير	١٢٠
فنجان قهوة	٦٠
ملعقة كبيرة	٥٥
ملعقة صغيرة	٣٣
سنتيمتر مكعب	١

■ المراجع والمصادر

- (١) معجم الأعشاب والنباتات الطبية - الدكتور حسان قبيسي.
- (٢) معجم النباتات الطبية - الدكتور يوسف أبو نجم .
- (٣) التداوي بالأعشاب والنباتات قديماً وحديثاً- أحمد شمس الدين.
- (٤) الأعشاب طبيبك الطبيعي - عبد الطيف عاشور.
- (٥) التداوي بالأعشاب - الدكتور أمين رويحه.
- (٦) التداوي بعسل النحل - أبو حذيفة إبراهيم بن محمد.
- (٧) تربية النحل - الدكتور أحمد لطفي عبد السلام.
- (٨) من كنوز الطب العربي - أبو الفداء محمد عزت محمد عارف.
- (٩) الأعشاب والجنس - الدكتور أمين الحسيني.
- (١٠) الأدوية المفردة في كتاب القانون في الطب- لابن سينا تحقيق مهند عبد الأمير الأعم.
- (١١) الشفاء بالحبّة السوداء - فرح عبد الحميد القداحي
- (١٢) عالج نفسك بطعامك وشرابك - أبو الفداء محمد عزت محمد عارف
- (١٣) مكتبي المصور - الجسم البشري.
- (١٤) دليل الرجل الطبي - أميل خليل بيدرس.

- ١٥) الروماتيزم - أمين رويحة.
- ١٦) الطب النبوي - لابن قيم الجوزية.
- ١٧) الرحمة في الطب والحكم - جلال الدين بن عبد الرحمن السيوطي.
- ١٨) تذكرة أولي الألباب وجامع العجب العجائب - داود بن عمر الأنطاكي.
- ١٩) الأعشاب الطبية في فلسطين - رولا شبارو.
- ٢٠) موسوعة النباتات الطبية المسيرة - أحمد فرج العطيات
- ٢١) وصفات مجربة

obeikandi.com

التعريف بالمؤلف

- الدكتور عطية أحمد سالم.
- من مواليد مخيم الدهيشة للاجئين، قضاء بيت لحم / فلسطين.
- أنهى دراسته الثانوية في مدرسة بيت لحم الثانوية بعد حصوله على الدرجة الأولى من الأول الابتدائي حتى نهاية الدراسة الثانوية العامة.
- التحق بجامعة مدريد لدراسة الطب، لكنه انتقل إلى الولايات المتحدة بعد حصوله على منحة دراسية لدراسة الطب، لم يستطيع الحصول على هذه البعثة لأنه لم يكن يملك الجنسية الأمريكية في ذلك الوقت.
- التحق بإحدى الكليات في ولاية الاباما وبعدها في جامعة ولاية الاباما ليحصل على شهادة البكالوريوس في سنتين فقط بدل أربع سنوات في فرع الأحياء والكيمياء.
- درس في جامعة كليفلاند وحصل على ماجستير في علم الأحياء ليلتحق بعدها في معهد الطب النووي ثم يلتحق في كلية الطب في ولاية أوهايو.
- حصل على الدرجة العلمية الأولى بتفوق من جامعة الطب ليتخصص في جراحة وطب الأظراف.
- التحق بعد ذلك في جامعة uhsa ليحصل على دكتوراة في الطب ويرشح من أقدم الأطباء في الولايات المتحدة للعام ٢٠٠٩.

■ عمل في عدد كبير من المستشفيات ومنها مستشفى كليفلاند المشهور. ويعمل الآن طبيب وجراح أخصائي لجراحة الأرجل والأقدام ومسؤول عن مركز كامل للجراحة المذكورة.

■ قصة التعلم

نشأت في المخيم؛ شأني شأن الكثيرين من أبناء شعبي.. تلقيت تعليمي الابتدائي في مدرسة الدهيشة الابتدائية.. كبرت مع الفقر في غرفة المخيم، إلى أن أنهيت الدراسة الإعدادية، ما ميزني أنني كنت خلال الاثني عشر عاماً الأولى من دراستي، وكان تقديري الأول بالنتائج النهائية، إلى أن كانت المرحلة الثانية حيث ذهبت إلى مدينة بيت لحم، حيث التحقت بمدرستها الراقية وأنهيت فيها الدراسة الثانوية.

ثم جاءت مرحلة النضوج، حيث التحقت بالجامعة، وكان نصيبي في البداية أن التحق لبعض الوقت بالجامعة الأسبانية، لكن لم تطول الفترة فيها، لأنني رأيت في طموحاً أكبر من حدود أسبانيا، وكانت الفرصة التي جاءتني لالتحق بالجامعات الأمريكية، وهذا ما كان.

كانت محطتي الأولى في أمريكا هي التوجه إلى الاباما جنوباً، ثم إلى الشمال إلى أوهايو في رحلتي التعليمية منحتني تلك الرحلة قدرة على إنجاز امتيازي وتعليمي بلغته الإنجليزية، علماً بأنني كنت قد أتقنت الأسبانية مع الإنجليزية والعبرانية طبعاً، مع الأصل طبعاً التي هي لغة أمي اللغة العربية.

لم أنس شيئاً من عاداتي التي غرستها أُمِّي في نفسي، ولا من أين جنت، والتي هي طبعاً أساسيات وجودي كعربي يفخر بكل ما لديه.

كان تعليمي في أوهايو، تدرّبت أفضل تدريب في لغتهم الأجنبية، ذهبت للكثير من المستشفيات لإنهاء تخصصي وسنوات التدريب عملت الكثير بل آلاف من الفحوصات والعمليات الجراحية، كنت من كثرة تعبى وشدته لا أفرق بين الوقت صباحه من مساءه.

تدرّبت في كل الفروع؛ جراحة العظام والقلب، وباقي المواضيع الطبية، علمت وتعلّمت، درّبت وتدرّبت، ورأيت المشاكل والصعاب الأبديّة، رفضت الوقوف عن التعلّم، وفضلت العمل في عيادتي عن أن أكون دكتوراً أكاديمياً، كما عملت في مسقط رأسي عندما سنحت لي الفرصة لأساعد أهلي في فلسطين المحتلة.

أنا وأبنائي جميعاً وحبّبة القلب زوجتي من المملكة الأردنية الهاشمية، كن لهم الفضل بما وصلت إليه، لكن الفضل الأول والأخير لله سبحانه وتعالى، و تضحيات أُمِّي وأبي إذ لولا تضحياتهما وتعبهما وسهرهما لما تمكنت من إكمال دراستي، وإلى جهدي الشخصي الذي استمدته من قول المصطفى عليه السلام (اطلبوا العلم من المهد إلى اللحد).

وفي النهاية كل ما قرأتموه : إنه قلّمي من كتب، وقلّبي من حكى.

■ إلى الأم العزيزة

أيتها الأم الحنون أنت في عيني الأمان كلها أنت الأية
إنني أشاق دوماً للحنين وغمرة الحب من الأم النقية
لا تخافي أنت يا أمي فدوماً ستكوني خضرة أم عطية
لو وضعت العالم بأسره كفك رجحت ولم يبق البقية
أنت في روحي ضمان ولعلي أنشد الله ليجمعنا سوية
إن دعواتي إلى الله ولم تنقطع يوماً أحبيك ومن قلبي التحية
أقبل رأسك قبل أيديك وأهديك السلام صباحاً وعشية
إنك الأصل وذات الفصل رائعة التلهم دائماً أنت العوية
أفديك روحي ثم قلبي إذا قصدت يوماً أنت نور في عيني
لا تبأسي يا أمة الحلم دوماً ليس سهلاً وإن الله أعلم بالعصية
أنت الإشارة دائماً وتاج راسي أهديك الهدية
هدية الحب والإخلاص دوماً من الابن المطيع واسم دوماً عطية

■ إلى الوالد العزيز

هك سألتنى عن الولد ، ذى الأخلاق هو الأكل
تعب المتاعب والشقاء ، مدمى السنين وكان عندي الأمك
طول الحياة مكرساً حب القلوب ذوى الغواد الأول
لا يعرف البخل عن أولاده وبناته مقدار حبه أو جريخ الخردل
علم ولم يكن متعلماً أبداً وأمننا بصديق في مقام المنزل
متديناً ذو شهرة بين الجميع وحبنا لك دائماً لا ينجلي
أنت الزعيم لنا حبيب القلب في الحاضر وفي المستقبل
علمتنا الإخلاص دوماً للمصاعب دائماً لها حامل
سوف لا ننسى فضيلة والد كل يوم كل عام شأنه لن ينزل
لحبك يا والدي لم أكن قاصداً فراق شخصك أو العزل
سوف أقبل رأسك اليوم قريباً أو بعيداً أنت عندي أكمل
اصح شعائك يا والدي اطلب رضاك وأنت خير مناضل