

فواید سیر

❦ آیاسیر درمان کننده دردهای رماتیسمی میباشد...؟

* آیاسیر میتواند آسم - برنشیت - سیاه سرفه و ناراحتیها و تورم سینه را برطرف سازد؟

* آیاسیر در ناراحتیها و اسپاسمهای آنزین دوپواترین اثری در مان-کننده و آنتی اسپاسمودیک دارد؟

* آیاسیر بیماریهای روده‌ائی را درمان میکند؟

* آیاسیر فشار خون را پائین می‌آورد و درمان کننده فشار خون و تصلب شرایین است؟

پیشوای مذهبی شیعیان ، حضرت امام صادق (ع) در ۱۳۰۰ سال پیش ، سیر را داروی دردها و درمان کننده خوانده است ؛ اینک آزمایشها و گزارشهای علمی در مورد سیر و خواص زندگی بخش آنرا برای اطلاع خوانندگان ذکر می‌کنیم :

لوکاس دانشمند گیاه شناس مشهور که ۱۵ سال زندگی خود را وقف تحقیقات مربوط با استفاده داروئی از گیاهان نموده است در مورد خواص و مزایای سیر میگوید:

سیر - دارای خواص تحریک کننده‌گی - آنتی اسپاسمودیک بوده و در عین حال خلط آور و مدد نیز میباشد . بدین لحاظ با تجربیاتی که شده سیر در بیماری آسم - سیاه سرفه و ناراحتیهای « اسپاسمودیک سینه » بسیار مفید میباشد .

درد رماتیسم اعضاء با مالیدن سطح مقطع سیر روی آنها تسکین مییابد . همچنین

آقای «لوکاس» معتقد است که سیر در درمان فشار خون بسیار مؤثر است و کسانی که دچار زیاده‌ی فشار خون بوده‌اند با استفاده از سیر بهبودی یافته‌اند. و نیز در این مورد دکتر «پی اوتروسکی» در دانشگاه ژنو تجربیاتی بعمل آورده و نشان داد که ۴۰ درصد از بیماران فشار خونی پس از مصرف سیر فشار خونشان بطور مؤثری پائین آمده است و دکتر Piotrowsky در مقاله‌ای که در این مورد منتشر نموده متذکر شده است که سیر عروق خون را باز مینماید و در نتیجه فشار خون پائین می‌آید و نیز یاد آور شده است که مصرف سیر، باعث درمان سرگیجه می‌شود و نیز در آئزین دوپو آئزین و سردرد با استفاده از سیر بر طرف می‌شود در دانشگاه شیکاگو دکتر Dr. Emil, weiss تجربیاتی بر روی سیر بعمل آورده است و نتایجی که بدست آورده است بدین قرار است:

بیمارانی را که به اسهال همراه با سردرد و بعضی ناراحتیهای روده‌ای دچار بوده‌اند با مصرف سیر بهبودی یافته‌اند. و نیز مشاهده نموده است که با مصرف سیر باکتریهای مضر روده‌ای، مقصان می‌یابد و تعداد باکتریهای مفید که به گوارش کمک مینمایند و مولد ویتامینهای باشند فزونی مییابند. با وجود این حقیقت که «آنتی بیوتیکها» علاوه بر باکتریها فلور طبیعی و مفید روده را نیز از بین میبرند. اکثر پزشکان بدون اینکه ذره‌ای درباره آنتی بیوتیکهای طبیعی محتوی سیر، بیندیشند، اینداروها را به بیماران خود تجویز مینمایند.

طبق بررسی Dr. j. Kloss «سولفیدها» و دیسولفیدهای روغن سیر میتوانند ویرو-سهای مولد بیماریهای متعدد منجمله سرماخوردگی‌های معمولی را غیر فعال نمایند.

دکتر «کلوزا» در مقاله تحقیقی که در مورد سیر منتشر نموده شرح میدهد که چگونه با روغن سیر مخلوط با آب، موفق بدردمان «گریپ» - «گلوئی متورم» و آب ریزش بینی بیماران شده است. و نیز یاد آور شده است که این بیماران که هنگام ابتلا به گریپ از روغن سیر استفاده نموده بودند عوارضی مانند تب تورم غدد لنفاوی و در عضلات که اغلب با گریپ بهمراه می‌باشد بوجود نیامد. در آنها سوزش و تحریک گلو از بین رفت و گرفتگی بینی آنها پس از چکاندن روغن سیر، در سوراخهای بینی در مدت ۱۲ تا ۲۰ دقیقه کاملاً بر طرف گردید.

دکتر Kristine Nolbi در کتابش (تجربیاتم با غذاهای طبیعی) می‌نویسد «چنانچه شخصی هنگام شروع سرماخوردگی قطعه‌ای از سیر را در دو طرف دهانش بین دندان و گونه قرار دهد در مدت چند ساعت یا حداکثر یک روز عارضه سرماخوردگی بر طرف میگردد.»
آماسهای لوزه - سینوسها - حلق و برونش از عفونتهای تنفسی دیگری هستند که احتمالاً با سیر درمان می‌یابند.

مصارف دیگر طبیبی سیر در درمان لقی دندانها - بر طرف کردن رسوب روی دندان - فلج -

بقیه در صفحه ۶۰

« حمله مزدوران پرتغالی در ماه گذشته بکشور اسلامی «گینه» و پیکار دلیرانه مردم این سرزمین بامزدوران استعمار، خاطره نبردهای این مردم را با استعمارگران و شرکت های غارتگر اروپائی زنده ساخت . این داستان روشن کننده گوشه ای از مبارزات قهرمانان گمنام این سرزمین است . قهرمانانی که بقرآن سوگند یاد کرده بودند تا درهم شکستن کامل استعمار از پای ننشینند . این داستان را بقهرمانان شجاعی تقدیم می کنیم که هم اکنون در «گینه» «پرتغال» بیشرمانه ترین شکنجه های غیر انسانی را تحمل می کنند .

پیشنهادی برای اسارت

پیدا کردن مرکز يك شرکت اروپائی در شهر کوچکی نظیر «لابه» (۱) برای من که ده سال تمام در آن شهر سکونت داشتم کار ساده ای بود ، در جلوی در شرکت ، يك دربان سیاه پوست غول - پیکر جلوی مرا گرفت و مؤدبانه از مقصودم سؤال کرد . پاکت دعوتنامه شرکت را از جیب در آورده باو نشان دادم .

بانگاه تندی که به پاکت نامه افکند اطاق نماینده شرکت را بمن نشان داد

وقتی که وارد اطاق شدم نماینده شرکت را پشت میز کارش دیدم . وی مردی چاق و سرخ رو بود که غیبی آویزان داشت و چشمان ریز و رموش صورتش را زشت تر نشان میداد .

با خوشروئی بمن دست داد و پس از آنکه من خودم را معرفی کردم اشاره ای کرد که روی صندلی راحتی کنار او بنشینم .

پس از آنکه روی صندلی نشستم بزبان انگلیسی گفت :

... آقای عبدالحمید بخوبی میدانم که شما از نامه دعوت شرکت ما تعجب کردید . اما حقیقتش را بخواهید در این شهر کوچک افریقائی تنها فردی هستید که میتوانید بما کمک کنید . آشنائی ما برای شما و شرکت ما شانس بزرگی بود .
من گفتم :

... آقای محترم ، تأسفانه من نمیدانم شما را برای چه باینجا دعوت کرده اید . فکر میکنم که مطلع باشید من يك مبلغ اسلامی هستم و تصور نمیکنم برای شما که نماینده يك شرکت کشف «آلومینیوم» هستید مفید واقع شوم .

۱- لابه یکی از شهرهای گینه فرانسه است که اخیراً کمی توسعه یافته .

بسیاه بوستان بومی اینجانمی توان اطمینان کرد. این وحشی‌های کثیف بجای اینکه از ما قدردانی کنند ما را دشمن خود میدانند. من حرف او را قطع کردم و گفتم:

– میدانید آقای اسمارت وظیفه اصلی من تبلیغ مبانی دین اسلام در این سرزمین است. هر ماه از مرکز اسلامی لبنان مبلغی برای من میرسد تا من در میان سیاه بوستان عقب مانده این سرزمین تبلیغ کنم. من چگونه میتوانم وظیفه اصلی خود را رها کنم و همراه شما به جستجوی معادن آلومینیوم پردازم؟
اسمارت چشمان مرموزش را بمن دوخت و گفت:

– آقای عبدالحمید همراه گروه ما دو کشتیش و یک راهبه نیز هستند. فکر میکنید که آنها بچه‌علت بدنبال ما می‌آیند؟ برای تبلیغ دین مسیح در میان قبایل نیمه وحشی، آیا شما احساس نمی‌کنید که این سفر از جهت تبلیغی برای هدف مقدس شما مفید واقع شود؟ بعلاوه ما همراه مبلغ دوهزار و پانصد لیره بشما می‌پردازیم.

من در آن موقع هیچ نمی‌دانستم که اسمارت با زیرکی خاص خود مرا فریب میدهد. مبلغی که او برای حقوق من پیشنهاد میکرد از یک جهت برایم قابل توجه بود. در سال پولی معادل پانصد

مرد سفید پوست لبخندی زد و گفت:

– راستی بگذارید که خود را معرفی کنم. من اسمارت بروتون نماینده این شرکت هستم و برای ما اهمیتی ندارد که شما مبلغ اسلامی باشید یا نه ما میدانیم که شما بملت سکونت طولانی خود در این کشور اغلب زبانهای محلی و بومی را میدانید و باعث خوشوقتی است که بزبان انگلیسی تسلط دارید. شما آنچنان سلیس سخن می‌گوئید که مخاطب شما فکر می‌کند با کسی حرف می‌زند که تبعه یکی از کشورهای انگلیسی زبان است.

من با آرامی گفتم.

– از لطف شما تشکر میکنم.

اسمارت ادامه داد:

– شما میتوانید مترجم خوبی برای شرکت ما باشید. مخصوصاً که ما سرفرتازه‌ای در پیش داریم ما میخواهیم که در قلب جنگل‌های انبوه «گینه» یک معدن بزرگ آلومینیوم را کشف نمایم. شما در این سفر میتوانید راهنمای خوبی برای ما باشید. خوشبختی آنجاست که شما یک لبنانی بیطرف هستید و شرکت ما به بیطرفی شما کاملاً اطمینان دارد.

لیره انگلیسی از مرکز اسلامی برای من میرسید. در آن شهر کوچک افریقای همه میدانستند که من از لحاظ مالی سخت درمضيقه بودم. اما این مسئله برای من که تصمیم داشتم همه چیز خود را در راه اسلام فدا کنم مهم نبود. موضوع مهم آن بود که من حتی نتوانسته بودم در مدت ده سال، ساختمان يك مسجد کوچک را که در آن شهر شروع کرده بودم تمام کنم.

تلاش من برای دریافت پول از مسلمانان معدودی که در آنجا بودند بی ثمر بود زیرا که آنان در فقر و محرومیتی وحشتناک بسر میبردند. و در آن لحظه من در این فکر بودم که با قبول پیشنهاد اسمارت و چند ماه کار در شرکت «کشف و استخراج آلومینیوم» قادر خواهم بود که ساختمان مسجد نیمه تمام را بپایان برسانم.

اسمارت سیگاری آتش زد و گفت:
- گذشته از این مبلغ در صورت پیدا شدن يك معدن با ارزش آلومینیوم مبلغ قابل توجهی بعنوان جایزه نیز تقدیم شما خواهد شد.
در اینصورت فکر میکنم که حاضر به امضای قرارداد باشید.

چند لحظه این فکر برایم پیش آمد که پیشنهاد را فوراً پذیرفته و قرارداد را امضاء کنم اما برای اینکه جانب

احتیاط را رها نکرده باشم گفتم:
- در مورد قبول یا عدم قبول این پیشنهاد يك شب بمن فرصت بدهید.
اسمارت سرش را بعلاقت موافقت تکان داد. من از جا برخاستم و پس از آنکه دست او را بگرمی فشردم از وی خدا حافظی کرده بسرعت از دفتر شرکت خارج شدم.

خورشید کم کم در پس کوههای مغرب فرو میرفت و من سعی داشتم که هر چه زودتر خود را به محل مسجد که مجاور خانها بود برسانم و همراه با دو تن از مسلمانان پر و پا قرص به اقامه نماز جماعت پردازم. در آن هنگام که بسرعت از تنها خیابان اصلی شهر میگذشتم متوجه شدم که چند سیاه پوست ماهرانه مرا تعقیب میکنند و با اینکه این موضوع ابتدا موجب حیرت من شد بزودی آن را فراموش کردم زیرا که همچنان در این فکر بودم که پیشنهاد اسمارت را بپذیرم یا نه ؟.

نماز جماعت را مثل همیشه همراه با دو دوست خود علی و احمد بجا آوردیم و من برخلاف همیشه از واقعه آنروز سخنی با آنها نگفتم زیرا هنوز نمیدانستم چه تصمیمی خواهم گرفت.

پس از پایان مراسم مذهبی، آنها از من خدا حافظی کردند و من بطرف اطاق خودم رفتم و قتیکه وارد اطاق شدم وجود

يك پاكٲ نامہ بر روی ميزم توجه مرا
بسرعت جلب كړداينظور بنظر ميرسيد كه
شخصي ماهرانه پاكٲ را از پنجره بداخل
انداخته بود .

من بسرعت بعقب نگاه كردم و مرد
سياه پوست تنومندي را در آستانه در
اطاقم ديدم .
بقيه در شماره آينده

بسرعت چراغ نفتي روی ميز را
روشن كردم و نامۀ درون پاكٲ را بيرون
آورده نزديك چراغ بردم . خط
كج و معوج نامہ حاكي از آن بود كه
نويسنده آنرا باعجله نوشته است. در نامہ
نوشته شده بود :

«آقاي عبدالحميد، اميدواريم كه بارد
پيشهاد شركت «كشف آلومينيوم» وظيفه
انساني خود را انجام داده ، نهضت
آزادي بخش گينه را ياري مي نماييد .
در غير اين صورت، نهضت، شما را دشمن
ملت گينه خواهد دانست.»

من از خواندن اين نامہ کوتاه دچار
حيرت شدم زيرا كه هميشه از دخالت
در امور سياسي سخت پرهيز داشتم و اصولاً
نامي هم از نهضت آزادي بخش گينه نشنيده
بودم . نامہ از آن جهت براي من غير-
منتظره و عجب بود كه من فكر نمي كردم
قبول كردن همكاري با يك شركت اروپايي
كشف آلومينيوم ارتباطي به سياست
داشته باشد .

در اين افكار فرو رفته بودم كه ناگهان
صداي ناشناسي آهسته گفت :

- آقاي عبدالحميد اجازه ميدهيد
داخل شوم .

بشريت...

از صفحه ۵۳

بشرف است و همه چيز را با خود بديار
نيستي و نابودي ميبرد .

روزنامهها، سينماها، تماشاخانهها ؛
نمايشنامهها، شعرونقاشي، مجسمه سازي

وساير هنرها دستگاههاي فرستنده و پخش-

كننده در جهاني و همگاني كردن اين سيل-

بنيان كن فعاليت دارند و از پشت سر همه

اينها پروتوكلهاي صهيونيستها،

قرارداد كه تصريح ميكند تمام اين كارها

هدف اصلي صهيونيسم بين المللي است

كه ميخواهد: از اين راه جهان منهاي يهوديت

را نابود كند و از راه رواج فساد و فحشاء،

جهان را مطيع و منقاد فرمان صهيونيستها

سازد !

همواره بشريت در حال سقوط به جهنم

نابودي قطعي و زنديگي جنون آميز سر كش

كنوني كه وسائل گوناگوني آتش آنرا

مشتعلتر مي ساخته بوده مگر آنكه

بخواست خدا رهبري او بدست

مرداني غير از اينها بيافتد .

بقیه از صفحه ۵۵

سل - عفونت گوش - جوش‌های صورت - زخم‌های باز - تیفوس و وبا می‌باشد .
تحقیقات دیگر ، نشان داده است که Allicin محتوی سیر فعالیت « آنزیم‌های » موجود در نسوج غده را ، متوقف مینماید .

مقاله‌ای که در مجله Science (۲۹ نوامبر ۱۹۵۷) چاپ شده گزارش میدهد که در تجربیات محققین دانشگاه Reserue University Western باسامی A . weisherger و L. Pensky در موشهائی که با آنها سلولهای سرطانی تزریق شده بود و سپس با آنها Allicin داده بودند غدد سرطانی بوجود نیامد . بدون این ماده موجود در سیر ، سلولهای سرطانی باعث مرگ حتمی می‌شدند .

در انسان سیر باعث جلوگیری از وجود آمدن سرطان لب گشته است I. Leonou , D. Sergeev در Problems ob Dncology (مارس آوریل ۱۹۵۸) می‌نویسد : که خواص باکتری‌کشی و تحریکی سیر زخم‌های قبل از سرطان ، لکه‌های سفید و سخی لبها را ۲۱٫۳ درصد از ۱۹۴ بیمار را تسکین داده است .

فقط بایک دفعه بستن سیر با گاز روی لبها ، برای مدت ۸ تا ۱۲ ساعت ۵٫۸۰ درصد یعنی ۱۶۶ نفر از بیماران را مداوا نموده است .

از موقعی که بشر ارزش درمانی سیر را کشف نموده قرن‌ها می‌گذرد ولی هنوز هم آنرا بعنوان داروی شفا دهنده مؤثر بسیاری از ناراحتیها ، می‌شمارند .

تحقیقاتی که بوسیله دانشمندان روسی انجام شده سیر را بقدری مورد توجه عموم نموده است که از آن بعنوان «پنی‌سیلین» روسی ، یاد می‌شود . در روسیه بجای خوردن سیر بخور آنرا استنشاق می‌کنند .

در بلغارستان يك عقیده عمومی بر این است که با جویدن سیر طول عمر بیش از ۱۰۰ سال خواهد شد و باید گفت در بلغارستان اشخاص مسن که بیش از صد سال عمر دارند زیاد دیده می‌شود .

باید دانست خواص ذکر شده سیر به تبعیت از نظر پیشوای دینی خود در میان ایرانیها نیز از قدیم شایع بوده و مصرف سیر بخاطر درمان بخشی آن در میان مردم رواج داشته است . حتی درمان دردهای رماتیسمی را غالباً با سیر انجام میداده‌اند و هنوز نیز در شمال ایران سیر جزو اغذیه روزانه بشمار میرود و جویدن سیر جزو تنقلات مردم می‌باشد و آنها هم معتقدند با مصرف سیر بر طول عمرشان افزوده میشود .

سیر دارای مقدار قابل توجهی پتاسیم که شستشودهنده خون است ، میباشد . فسفر نیز