

# خوب است بدانیم که

علی مسعودی

دوست گرامی!

اما واقعاً کدام یک آنهایی که این اخبار را می‌دانند و حتی عکس آن حیوانات (حشرات) عجیب و غریب را هم دیده‌اند، حاضرند روبالشی پلاستیکی یا ملحفه پلاستیکی بخرند؟! راستش را بخواهید ما برویجه‌های تحریریه که اینکارو نکرده‌ایم حالا آقای سردبیر شاید خیلی مشکوک می‌زنه چون چند روزی که پیدایش نیست یا یک خط در میون میاد.

بدبختی اینجاست که شستشوی مکرر اسباب خواب با مواد شوینده متداول وضع را به مراتب بدتر می‌کند. چرا که باعث پوسیدگی آنها شده و پز حاصل از پتو و روبالشی را بیشتر می‌کند. و این یعنی قوز بالا قوز.

یک راه حل بسیار ساده حتی برای تنبل‌ترین‌ها! استفاده از «روغن اکالیپتوس» است.

یعنی اگر لوازم خواب مان را به مدت یک ساعت در روغن «اکالیپتوس» شناور کنیم، قصه تمام می‌شود و تا ۹۹ درصد ذرات حساسیت‌زا از بین می‌رود و فقط اندکی بوی مطبوع «اکالیپتوس» می‌ماند که آن هم طی چند روز از بین خواهد رفت.

حالا روغن اکالیپتوس را از کجا پیدا کنید را نمی‌دانم، ولی عوضی نگیرید با روغن کله پاچه کمی فرق دارد چون اگر همان روغن پاچه بود؛ می‌گفتند هر شب قبل از خواب کمی کله پاچه میل کنید یا اینکه پتو و ملحفه خود را بدهید طبایعی‌ها (کله پاچه‌ای‌ها) بشویند.

حالا امشب بخوابید شاید فردا صبح فرجی شد و روغن پیدا شد ولی اگر بلایی سرتان آمد نکید نکتیتید. به نظر من و دوستان تحریریه با این وضع موجود شب‌ها به حالت آماده باش ایستاده بخوابید خیلی خیلی به صلاح شماست چون هر آن امکان دارد حملات تروریستی روی شما انجام پذیرد.

منتظریم، ما را از کوچکترین حمله‌ای که به شما شد، مطلع سازید و گر نه بعدها پشیمان می‌شوید.

□ دست آخر اینکه خوب است بدانید که: به فرموده حضرت رسول اکرم، محمد مصطفی (صلی الله علیه و آله و سلم)

شستن دستها در اول غذا فقر را، در پایان آن اندوه را برطرف می‌سازد (۳)

همچنین حضرت علی (علیه السلام) می‌فرمایند: شستن دست در اول و آخر غذا باعث زیاد شدن روزی و جلالی چشم می‌شود (۴) و نیز روایت است که چنین کاری دردها را از بدن دور می‌کند. (۵)

پی نوشت‌ها:

۱. حلیۃ المتقین، ص ۵۵

۲. مفاتیح الجنان، ص ۶۴

۳. شرح لمعه، ج ۲، ص ۲۸۶

۴. سفینه البحار، ج ۲، ص ۳۱۷

۵. حلیۃ المتقین، ص ۴۸

## □ نیش سوزن

شواهد باستان‌شناسی نشان می‌دهد استفاده از نیش سوزن برای درمان بیماری‌ها که «طب سوزنی» نامیده می‌شود، از آنچه که چینی‌ها مدعی‌اند، یعنی سه هزار سال، بسیار فراتر است.

مطالعات دقیق بریدن مرده یخ زده «تیر لئون» که پیرترین مومیایی دنیاست، مشخص شده که اطباء آن زمان برای درمان آرتروز زانوی آقای «تیرولئون» به کمرش مقادیر قابل توجهی سوزن زده‌اند این مومیایی که زادگاهش در اروپاست قریب به پنج هزار و دویست سال عمر دارد.

حالا هرچی باشه به پای طب اسلامی نمی‌رسند طبی که بعد از صدها سال کتاب و دستاوردهای آن هنوز رونق دانشگاه‌ها پزشکی معروف جهان است.



## □ وحشت عجیب ناک

شاید باورش سخت باشه اما در حدماجرایی خواندنش بد نیست بدانید که همه انسان‌ها طی خواب پوست اندازی می‌کنند و ناخواسته غذای هزاران هزار موجود ذره بینی که MITE نامیده می‌شود را در رختخواب به جای می‌گذارند تا سفره‌ای باشد برای تغذیه این همخوابگان همیشگی ما! این موجودات که اشکال بسیاری و وحشتناکی شبیه حیوانات ما قبل از تاریخ دارند، هر شب در بالش و پتوی ما منتظرند تا شام خوشمزه از راه برسد. اما نگران نشوید آنها هیچ آسیبی به شما نمی‌رسانند.

البته اگر دویینگ نکرده باشید، تنها با تولید مواد مختلف، زمینه ساز بیماری‌های حساسیتی و آلرژیک هستند. از این رو دانشمندان مدت هاست که توصیه می‌کنند بالش و پتو و ملحفه خود را از جنس پلاستیک انتخاب کنید یا حداقل روی آن را با لایه نازکی از پلاستیک بپوشانید. از طرف دیگر، بالش پر حتی اگر پر قو یا پر الاغ! هم باشد استفاده نکنید. چون بسیار حساسیت‌زاست حتی شما

## □ انار ملس

فصل پاییز که از راه می‌رسد میوه‌های زیادی را با خود می‌آورد. زیبایی طبیعت در این روزهای آخر پاییزی با خوردن انار (این میوه بهشتی) صفایش مضاعف می‌شود.

در دین شریف اسلام مستحب است که انار را با پیه‌اش (پوسته‌های نازک بین دانه‌ها که شبیه پوست پیاز است) بخورند.

امیرالمؤمنین علی (علیه السلام) بی‌فرماید: فایده این گونه انار خوردن این است که شعور انسان را زیاد می‌کند و معده را دباغی (پاکسازی) می‌نماید.

خوردن انار ترش شیرین (ملس) با پیه‌اش باعث دفع سموم بدن و زیادی عقل و شعور و زایل نمودن تب می‌شود. (۱)

این را هم بخوانید و بعداً سراغ انار بروید که حضرت موسی بن جعفر (علیه السلام) می‌فرمایند!

هرکسی در روزجمعه به صورت ناشتا یک انار بخورد تا چهل روز دلش را نورانی گرداند و اگر دوتا انار بخورد تا هشتاد روز و اگر سه تا انار بخورد تا صد و بیست روز وسوسه شیطان را از خود دور می‌گرداند و هرکسی که وسوسه شیطان از او دور گردد مصیبت خدا نمی‌کند و این دوری از وسوسه شیطان بدین جهت است که انار باعث تقویت، نشاط روح، تقویت مغز فکر، اعصاب و بینی می‌شود. (۲)

## □ مثل قدیمی‌ها بخوریم دیگه خیلی بهتره!

صحبت از مواد خوراکی شد، خوب است بدانید که متخصصان تغذیه اعلام کرده‌اند یکی از راههای بسیار مهم جلوگیری از ابتلاء به سرطان و به خصوص بیماری دیابت پخت آرام غذاست. طی مطالعاتی که بیش از بیست سال به طول انجامید و ۱۵ مرکز تحقیقاتی مهم آمریکا را به خودمشغول داشته، مشخص شده است پخت آرام و با حرارت پایین (درحد جوشیدن) یعنی ۱۰۰ درجه، کمترین تغییر را در مورد غذایی ایجاد کرده و علاوه بر حفظ مواد مفید، آن را کاملاً مناسب دستگاه گوارش انسان می‌کند. حال آن که پخت سریع و با حرارت بالا مثل سرخ کردن، نه تنها قندهای طبیعی غذا را دفرمه (تغییر ماهیت) می‌کند، بلکه باعث تولید هزارو یک محصول واسطه و آسیب رسان به بدن در غذا می‌شود.