

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



پروردگارا بر علم من بیافزای

عقل سالم در بدن سالم بدن سالم در تغذیه سالم



با تشکر از استاد عزیز و ارجمند

جناب آقای دکتر رضا حشمت  
جهت نگارش مقدمه کتاب

این کتاب به جناب آقای دکتر کاشانی و خانواده محترم ایشان تقدیم می‌گردد  
که بدون همکاری ایشان چاپ این کتاب مقدور نبود.

امید است با صرف عواید حاصل از فروش این کتاب برای کودکان سرزمینم  
ایران (ایتام زهک-سیستان و بلوچستان) این کودکان آینده سازان این مرز و بوم  
باشند.



جهان هستی، عالم طبیعت،  
طب سنتی، طب سوزنی  
و گیاهان دارویی

مؤلف:  
محمد جعفر کاتوزیان

گردآوری مطالب:  
مونا میرشمس

انتشارات ارسطو  
(چاپ و نشر ایران)

۱۳۹۳

سرشناسه : محمد جعفر کاتوزیان { با همکاری مونا میر شمس } .  
عنوان و پدید آور : جهان هستی، عالم طبیعت، طب سنتی، طب سوزنی و گیاهان  
دارویی. کاتوزیان، محمد جعفر، مولف، ۱۳۲۷.  
مشخصات نشر : ارسطو. مشهد.  
تعداد صفحات : ۲۲۱ صفحه  
موضوع : طب سنتی - طب سوزنی - گیاهان دارویی - استفاده ها  
وضعیت فهرست نویسی : فیپا  
شابک : ۳-۰۰-۷۵۵۸-۶۰۰-۹۷۸  
رده بندی دیویی : ۸ ب ۹ ف / ۳۰۱  
رده بندی کنگره : ۶۳۰۰۲۱۴ : کتابخانه ملی ایران ۴۱۰  
شماره کتابشناسی ملی : ۶۰۰۳۱۴۵

نام کتاب : جهان هستی، عالم طبیعت، طب سنتی، طب سوزنی و گیاهان دارویی  
مولف : محمد جعفر کاتوزیان { با همکاری مونا میر شمس }  
ناشر : ارسطو ( با همکاری سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران )  
صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد : پروانه مهاجر  
تیراژ : ۱۰۰۰ جلد  
نوبت چاپ : اول - ۱۳۹۳  
چاپ : مهتاب  
قیمت : ۲۰۰۰۰ تومان  
شابک : ۳-۰۰-۷۵۵۸-۶۰۰-۹۷۸  
تلفن های مرکز پخش : ۳۵۰۹۶۱۴۵ - ۳۵۰۹۶۱۴۶ - ۰۵۱۱

[www.chaponashr.ir](http://www.chaponashr.ir)

## بیوگرافی

آقای دکتر محمد جعفر کاتوزیان متولد سال ۱۳۲۷ در تهران میباشند. ایشان از کودکی در خانواده ای متدین و علم دوست رشد کرده و به دلیل علاقه بسیار زیاد ایشان از کودکی به آموختن درباره گیاهان پرداختند. همزمان با مهاجرت به آلمان شروع به آموختن علم گیاهان دارویی به صورت آکادمیک نموده و موفق به اخذ مدرک دکترا در رشته طب سوزنی و گیاهان دارویی از کانادین کالج- هولستیک شده اند.

ایشان حدود ۲۰ سال در عرصه شناخت گیاهان دارویی به تحقیق و پژوهش پرداخته که نتایج بسیار درخشانی به دنبال داشته است و در زمینه طب سوزنی و گیاهان دارویی به معالجه افراد پرداخته اند. به دلیل علاقه بسیار زیاد ایشان به کشور ایران از سال ۱۳۸۵ مدت ۶ ماه از سال را در ایران بوده و به هموطنان خود خدمت کرده اند.

به دلیل علاقه بسیار زیاد ایشان به اشاعه و ترویج این علم به تدریس در دانشگاه های کشور کانادا مشغول شده و تمام دانسته های خود را در اختیار دانشجویان خود قرار داده اند. با تهیه بیش از سیصد عنوان فیلم های آموزشی کمک بسیاری به ترویج طب سنتی داشته اند. ایشان عضو انجمن بین المللی طب سوزنی کشور چین و ایران نیز میباشند و به دفعات در انجمن علمی طب سوزنی ایران و دانشگاه علوم پزشکی ساری - مازندران سخنرانی داشته اند. مقالات بسیار زیادی از ایشان وجود دارد که اغلب راجع به گیاهان دارویی می باشد. ایشان اشاعه دهنده طب سنتی چین و ایرانی، اسلامی هستند.

به دلیل عشق و علاقه بسیار زیاد ایشان به این علم، دانسته های خود را به صورت نامحدود در اختیار افراد قرار می دهند زیرا به نظر ایشان این علم از آن خداوند است و باید تمام افراد از آن بهره ببرند. به امید خدا





## مقدمه

انسان جستجوگر در تکاپوی دائمی به هر مکان و زاویه ای و همه چیز و همه جا سر می‌زند و سپس مقایسه و تطبیق و نتیجه گیری نهایی و آنگاه، حقیقتی جاودانه به نام پدیده انرژی را در تار و پود هر آنچه که بوده و هست و هر آنچه خواهد بود، در اشکال مختلف و متعدد و تغییر پذیر، ولی لایزال و ماندنی در می‌یابد. انسان آگاه است که برای هر گونه جنبش روحی و جسمی و در نتیجه ادامه زندگی در ترازویی حساس قرار دارد و اگر تعادل و تبادل با انرژی به روشی صحیح و پایه ای انجام شود، چه از نظر روانی و چه جسمی سالم بوده و مسیر طبیعی عمر خود را طی می‌کند. بی‌نظمی و به هم ریختگی به سبب کمبود یا فزونی جزئی و کلی انرژی در هر دوره ای از عمر، ارمغانی جز بیماری نخواهد داشت. با سپاس فراوان و آرزوی سلامتی و موفقیت روز افزون برای استاد ارجمند و همکار عزیزمان، جناب آقای دکتر کاتوزیان به جهت زحمات بی دریغ و بی شائبه ایشان برای نگارش این کتاب گرانبها.

امید است بتوانیم با دو دیدگاه طب کلاسیک و طب سنتی و همسو کردن این دو دیدگاه با یکدیگر و ارتقا سطح کمی و کیفی طب سوزنی، گامی موثر در جهت کاهش آلام و درد بیماران برداریم.

با تشکر

دکتر رضا حشمت

رئیس انجمن علمی طب سوزنی ایران



## فهرست مطالب

### فصل اول

۲۸	تاریخچه طب سوزنی و طب چینی	۱۵	ما همه سهمی از زمین هستیم
۳۰	عناصر ۵ گانه	۲۳	طبع ها

### فصل دوم

۴۹	روش های تحریک سوزن	۴۱	کلیات طب سوزنی
۵۰	عوارض طب سوزنی	۴۳	تقسیم بندی نقاط طب وزنی
۵۱	<b>Moxibution</b>	۴۵	Cun چیست؟
۵۴	طب فشاری	۴۵	روش های پیدا کردن نقاط طب سوزنی
۵۵	طب سوزنی گوش	۴۶	سوزن های طب سوزنی
		۴۸	احساس کردن Qi یا انرژی حیاتی

### فصل سوم

۶۳	۳- پژوهش و تحقیق کردن	۵۷	روش های تشخیص
۶۹	۴- لمس کردن (گرفتن نبض)	۵۷	۱- معاینه
۷۲	۵- لمس کانال ها و نقاط	۶۲	۲- گوش کردن و بویایی

### فصل چهارم

۱۳۶	کانال سه راهه	۷۴	شرح کانال ها و نقاط
۱۴۲	کانال کیسه صفرا	۷۴	کانال ریه
۱۵۱	کانال کبد	۸۲	کانال روده بزرگ
۱۵۶	کانال DU	۸۸	کانال معده
۱۶۲	کانال Ren	۹۹	کانال طحال
۱۶۷	نقاط ویژه	۱۰۷	کانال قلب
۱۶۸	نقاط ویژه سر و گردن	۱۱۰	کانال روده کوچک
۱۶۹	نقاط ویژه در پشت	۱۱۳	کانال مثانه
۱۷۱	نقاط ویژه در اندام فوقانی	۱۲۷	کانال کلیه
۱۷۱	نقاط ویژه در اندام پایینی	۱۳۲	کانال دیافراگم

### فصل پنجم

۱۸۲	..... حجامت	۱۷۳	..... تاریخچه حجامت
۱۸۸	..... منال و تطبیق	۱۷۶	..... حجامت به چه معنا است
۱۹۱	..... حجامت فصد		حجامت نسبت به سایر روشهای درمانی
۱۹۱	..... تفاوت حجامت و خون دادن	۱۷۷	..... متداول چه مزیت هایی دارد
۱۹۳	..... حجامت سر	۱۷۸	..... عوارض جانبی حجامت
	حجامت پشت کبد، قلب کلیه ، Du۹، پشت	۱۷۹	..... حجامت و احادیث
۱۹۴	..... زنانو، پروستات، نخمدان	۱۸۱	..... تاثیر ماه و خورشید بر بدن انسان
			رعایت ساعات، روز و فصل مناسب جهت

### فصل ششم

۲۰۶	..... تناسب و سازگاری غذا ، میوه ، خواص	۱۹۷	..... اسیدی و قلیایی چیست؟
-----	---	-----	----------------------------

### فصل هفتم

۲۱۱	..... عرفان، دعا ، مناجات
-----	---------------------------

## فصل اول

- ما همه سهمی از زمین هستیم
- طبع ها
- توضیح تاریخچه طب سوزنی
- توضیح Qi
- توضیح Yin & Yang
- چارت ۵ عنصر و توضیح آن
- چارت کارکرد ۲ ساعت به ۲ ساعت بدن و توضیح آن
- مثلث و توضیح آن



## ما همه سهمی از زمین هستیم :

ما همه سهمی از زمین هستیم

”سخنرانی رئیس قبیله بزرگ سرخ پوستان سیاتل، خطاب به رئیس جمهور ایالات متحده امریکا در سال ۱۸۵۵“

مسئله مهمی که امروزه مردم را به خود مشغول کرده و به آگاهی بیشتر واداشته و مردم را مجبور کرده به اطراف خود بیشتر توجه داشته باشند زمین ، هوا و آب می باشد

این نامه را رئیس قبیله به نام سیاتله در سال ۱۸۵۵ به رئیس جمهور وقت ایالات متحده امریکا در مورد زمین نوشته

” ما همه سهمی از زمین هستیم ”

رئیس قبیله هم عارف بوده هم شاعر، این نامه زیبا، مودبانه و در عین حال زیرکانه نوشته شده است.

ایالت واشنگتن که در شمال غربی امریکا قرار دارد در زمانی زادگاه سرخپوستان دوامیشن (*Duwamish*) بود. ملتی که خودشان را مثل تمامی سرخپوستان دیگر سهمی از طبیعت می دانستند. احترام آنها به طبیعت و گرامی داشتن آن نشان می دهد که آنها از نسل های پیش با طبیعت در یک هماهنگی آرامش بخش زندگی می کردند. در سال ۱۸۵۵ چهاردهمین رئیس جمهور ایالات متحده امریکا فرانکلین پی یرز به این قبیله پیشنهاد کرد که سرزمین هایشان را به مهاجران سپید پوست بفروشند و خود به اردوگاهی کوچ کنند. در پاسخ رئیس قبیله نامه ای را به ایشان ارسال می کند که بسیار آموزنده و در حین نوشتن این نامه با قبیله خود نیز صحبت می کند.

سیاتله رییس قبیله دوامیش جواب نامه رییس جمهور امریکا را با قطعه ای ادبی

داد. قطعه ای پر از امید و حقایق، حقایقی که امروز بعد از حدود ۱۴۰ سال کم کم آشکار می‌گردد.

رئیس بزرگ در واشنگتن خبری فرستاد که آرزوی خرید سرزمین ما را دارد رئیس بزرگ حرف‌هایی هم از دوستی و نیت های خوب برای ما زده این لطف اوست چراکه ما می‌دانیم او نیازی به دوستی با ما ندارد اما ما تقاضای او را اندیشه خواهیم کرد زیرا که میدانیم اگر ما سرزمینمان را نفروشیم شاید مرد سپید با سلاح‌هایش بیاید و سرزمینمان را از ما بگیرد ولی چگونه می‌شود آسمان را، گرمای زمین را خرید یا به فروش رساند.

تصور این امر برای ما بیگانه است اگر ما تازگی هوا و یا زلالی آنها را صاحب نباشیم چگونه می‌توانیم آنها را به نرخی به فروش برسانیم با این همه ما تصمیم خود را خواهیم گرفت و آنچه را که رئیس سیاتله می‌گوید میتواند رئیس بزرگ در واشنگتن به آن اعتماد کند آن چنان سخت و آهنین که برادر سپید به تکرار فصول باور دارد.

کلمات من چونان ستارگانی هستند که هرگز غروب نخواهند کرد. هر قسمت از این سرزمین برای خلق من مقدس است به حقیقت مقدس است زمین برای همه نوع بشر، هر درخشندگی و برق برگ‌های کاج، هر ساحل ماسه‌ای، هر مه در جنگل‌های تاریک، هر روشنی، زمزمه کوچکترین حشرات در اندیشه و تجربیات خلق من مقدس است. آب و هوا و زمین و حتی حشرات و حیوانات هم مقدس‌اند. هر شیرهای که در درختی شکل می‌گیرد حامل خاطرات مرد سرخ است، مرده‌های مرد سپید سرزمین زادگاهشان را فراموش کرده اند هنگامیکه می‌میرند در زیر ستارگان تجزیه می‌شوند اما مردگان ما این سرزمین با شکوه را فراموش نخواهند کرد زیرا که زمین برای مرد سرخ مادری است و ما تمامی سهمی او و او تمامی سهمی از ما.

خوشبوترین گلها خواهران ما هستند، آهو، اسب و عقاب بزرگ برادران ما هستند. صخره‌های بلند، زیباترین بیشه‌ها، گرمای بدن اسب‌های کوچک و گرمای



بدن انسان‌ها همه و همه به خانواده ای بزرگ تعلق دارند و چنین است اگر رئیس بزرگ در واشنگتن خبری می‌فرستد که آرزوی خرید سرزمین ما را در سر می‌پروراند انتظار زیادی از ما دارد. رئیس بزرگ که به ما می‌گوید که برایمان مکانی در نظر گرفته تبعید گاهی که در آن جا می‌توانیم آسوده و راحت به زندگی مان ادامه دهیم او خدای ما می‌شود و ما بندگانش اما آیا چنین چیزی ممکن است؟

پروردگار خلق شما را دوست دارد و کودکان سرخس را ترک گفته است او برای مرد سپید ماشین‌هایی فرستاده تا او را در کارهایش کمک کند و دهکده های بزرگ برای او می‌سازد و خلق شما را قدرتمندتر می‌سازد روز به روز و به زودی طغیان خواهید کرد چون به زمین بی حرمتی شده و مقدس بودن زمین را از بین برده اند چونان رودخانه ای که طغیان میکند پس از یک باران نا به هنگام، خلق من اما چون جزر و مدی است که هرگز تکرار نخواهد شد ما از نژاد های گوناگون هستیم کودکان ما با یکدیگر بازی نمیکنند و پیران ما قصه گوی افسانه های مشترک نیستند پروردگار، شما را پناهی داد و ما تنها ماندیم اما تقاضای شمارا، فروش سرزمینمان را اندیشه خواهیم کرد، و این برای ما آسان نخواهد بود زیرا که این سرزمین برای ما مقدس است ما از دیدن جنگل هایمان لذت میبریم.

من نمیدانم روش ما به گونه دیگری است تا شما. درخشندگی و زلالی آبها که در جویبارها و رودخانه ها جریان دارند تنها آب نیستند بلکه خون اجداد ماست اگر ما این سرزمین را به شما واگذاریم باید بدانید که آن مقدس است و به کودکانتان بیاموزید که آن مقدس است و هر تصویر فراری در زلالی آبها، در ریاحه‌ها از وقایع و سنن خلق من سخن میگویند که زمزمه آبها صدای پدران ماست که جویبارها برادران ما هستند آنها تشنگی ما را میربایند رودخانه ها حامل قایق‌هایی هستند و بچه های ما را به یکدیگر نزدیک می‌سازند اگر ما زمین خود را به شما واگذاریم باید این چنین از آن یاد آرید و به کودکانتان بیاموزید که رودخانه ها برادران ما و شما هستند و بایستی از حالا به بعد تنها به رودخانه ها خوبی ارزانی دارید آن چنان که مرد به برادرانش. مرد سرخ از هجوم مرد سپید امتناع میکند

چونان مه صبح گاهی در کوهها که از طلوع خورشید پراکنده میشود. خاکستر پدرانمان مقدس اند گورهای آنان مقدس است هم چنین تپه ها و درختها و این قسمت از زمین که برای ما مقدس است.

ما می دانیم که مرد سپید روش ما را در نخواهد یافت قسمتی از زمین برای او چون قسمتی دیگر یکسان میباشد چرا که او بیگانه ای است که چون غارتگری در شب می آید و به یغما میرد از زمین آنچه را که میخواهد.

زمین برادرش نیست بلکه دشمنی است و هنگامیکه او را غارت کرد به گام هایش ادامه می دهد او گورهای پدرانش را پشت سر می گذارد و رنجی به خود راه نمی دهد از دست فرزندانش می رباید زمین را و رنجی به خود راه نمی دهد گورهای اجدادش و حق تولد فرزندانش فراموش شده اند. او با مادرش زمین و برادرش آسمان چون اشیایی قابل خرید و فروش و به تاراج بردن را و برای فروش چنان گوسفندان و یا مرواریدان درخشان می نگرد به زمین.

گرسنگی او زمین را خواهد بلعید و هیچ جز کویری به جای نخواهد گذاشت. من نمی دانم روش ما به گونه دیگری است تا شما. تنها، نظر به شهرهای شما در چشم مرد سرخ دردی است شاید برای اینکه مرد سرخ یک وحشی است و چیزی نمی فهمد هیچ سکوتی در شهر مرد سپید جریان ندارد هیچ مکانی تا در آن بتوان جوانه زدن برگهای درختان در بهار را دید و یا زمزمه حشرات را شنید شاید تنها به این دلیل که من یک وحشی هستم و چیزی نمی فهمم. این هجویات دشنامی است در گوش های ما. چه چیز دیگری در زندگی است؟ اگر انسان فریاد تنهایی گنجشک و یا مناقشه غوکان برکه را در شب نشنود؟

من یک سرخ پوست هستم و این را نمی فهمم یک سرخ پوست صدای لطیف باد که سطح برکه را نوازش می دهد دوست دارد و بوی باد که پاکیزه می شود از باران ظهر و یا سنگین می شود از بوی درخت کاج.

هوا برای مرد سرخ ارزشمند است چراکه تمامی موجودات از همان هوا تنفس می کنند حیوان، درخت و انسان در این تنفس مشترک اند پنداری که برای مرد سپید

هوایی که او تنفس میکند محسوس نیست چونان مردی که از روزها پیش مرده است بی حس در مقابل بوی تعفن. اگر ما زمین خود را به شما واگذاریم فراموش نکنید که هوا ارزشمند است که هوا روح شما را سهیم میکند با زندگی، زندگی که روح شما از آن پرهیز میکند.

باد به پدران ما اولین دم را ارزانی داشت و با خود برد آخرین بازدمشان را و باد باید به کودکانمان روح زندگی بخشد اگر ما سرزمین خود را به شما واگذاریم باید آن را هم چون مکانی مقدس محک زنید به سان جایی که در آن جا مرد سپید هم مسحور میشود از باد شیرین که عطر آگین است و از بوی گل‌های چمن زار. پیشنهاد فروش زمین مان را اندیشه خواهیم کرد و اگر تصمیم گیریم آن را به شما واگذاریم تنها به یک شرط: مرد سپید باید با حیوانات درست مثل برادرانش برخورد کند.

من یک وحشی هستم و این را نمیفهمم که هزاران هزار بوفالوی خون آلود را دیده ام از مردان سپید بر جای گذاشته شده و سلاخی شده از کاروانی گذرا، من یک وحشی ام و نمیتوانم بفهمم که چگونه میتواند اسب آهنی و اسب دودی (ماشین و قطار) اهمیت بیشتری داشته باشد از گاوهای وحشی که ما که فقط آنها را ذبح می‌کنیم تا زنده بمانیم چه میتواند باشد انسان بدون حیوانات؟

اگر تمامی حیوانات بمیرند انسان در تنهایی بزرگ روحش خواهد مرد. آنچه سرنوشت حیوانات است سرنوشت انسان خواهد شد همه موجودات به یکدیگر پیوسته اند هر آنچه زمین مبتلا میشود، مبتلا میشوند فرزندان زمین هم. به کودکانمان بیاموزید که خاک زیر پایشان خاکستر پدران ماست تا به سرزمینشان احترام بگذارند به آنها بگویید که زمین از روح اجداد ما اشباع شده است، به کودکانتان بگویید زمین مادر است و هر چه زمین مبتلا میشود، مبتلا میشود فرزندان زمین هم. اگر مردمان به زمین بد کنند آن چنان که به خودشان بد کرده اند چراکه زمین متعلق به انسان‌ها نیست، انسان متعلق به زمین است این را ما میدانیم همه چیز به یکدیگر پیوسته است به گونه خونی که خانواده ای را به یکدیگر پیوند میدهد. همه چیز به یکدیگر پیوسته است هر آنچه زمین مبتلا میشود، مبتلا میشود فرزندان زمین هم،

انسان خالق تار و پود زندگی نیست او رشته ای از آن است هر چه همیشه شما در آن کنید به رشته های خود می‌کنید. نه! روز و شب نمیتواند با یکدیگر در یک آن باشد.

مردگان ما در رودخانه های شیرین دور زندگی میکنند و باز میگردند با گامهای آرام بهار. روح شان جاری است در باد، بادی که به روح سطح برکه ها موج میزند پیشنهاد مرد سپید خرید سرزمین مان را اندیشه خواهیم کرد اما مردمان من خواهند پرسید که مرد سپید واقعاً چه میخواهد؟

چگونه میتواند و چگونه میتوان آسمان را، گرمای زمین را و یا سرعت آهوان را خرید؟ چگونه میتوانیم اینها را ما به شما بفروشیم و شما چگونه میتوانید آنها را از ما بخرید؟؟ میتوانید هر چه خواستید با زمین انجام دهید فقط به خاطر اینکه مرد سرخ زیر قطعه ای کاغذ را امضا کرده و به مرد سپید داده است؟ اگر ما تازگی هوا و درخشندگی آنها را صاحب نباشیم چگونه میتوانید آنها را از ما بخرید و یا چگونه میتوانید گاوهای وحشی را بازخرید کنید هنگامیکه آخرین آنها از پا در آمده توسط خودتان؟ ما تقاضای شما را اندیشه خواهیم کرد ما میدانیم که اگر زمین مان را نفروشیم مرد سپید با سلاح هایش خواهد آمد و سرزمینمان را به غارت خواهد برد اما ما وحشی هستیم.

مرد سپید چندی در قله های باور قدرت خود را باور کرده است که خود خدایی است و زمین از آن اوست آیا انسان میتواند مادر خود را تصاحب کند؟ ما تقاضای شما را، خرید سرزمینمان را اندیشه خواهیم کرد روز و شب نمیتواند در یک آن با یکدیگر باشد.

در مورد پیشنهاد شما، به تبعیدگاه رفتن فکر خواهیم کرد ما در حاشیه و در صلح زندگی خواهیم کرد این چندان مهم نیست که چگونه روزهای باقیمانده عمرمان را به سر آریم. کودکان ما، پدرانمان را سرافکنده و شکست خورده خواهند یافت. جنگجویانمان شرمسار و بعد از آخرین شکست. روزهایشان را بعد از آخرین شکست با مشروبات الکلی و غذاهای شیرین مسموم خواهند کرد این چندان مهم

نیست که روزهای باقیمانده عمرمان را کجا بگذرانیم چند صباحی بیشتر از آن باقی نمانده است شاید تنها چند ساعتی، چند زمستان.

هیچ کودکی از قبائل بزرگ که زمانی در این سرزمین زندگی میکردند و حالا در گروه های کوچک از پیشه ها به پیشه ای دیگر کوچ میکنند باقی نخواهد ماند. خواهیم رفت تا به روی گور پدرانمان مرثیه سر دهند که زمانی قوی و امیدوار بوده اند به مانند خلق شما آه، آه اما چرا باید من برای غروب خلق ام غمگین باشم؟ خلق ما از مردمان تشکیل یافته است و نه چیز دیگری. مردمان به سان امواج دریاها می آیند و میروند حتی سپید بوستان هم که خدا امروز در پناهشان گرفته است و دوستانه با آنها حرف میزند نمیتوانند از این سرنوشت نهایی سر باز زنند شاید ما با یکدیگر برادریم یا خواهیم دید همدیگر را.

اما یک امر را میدانیم آنچه شاید مرد سپید روزی آن را دریابد خدای ما همان خدای شماست شما تصور میکنید که ما را مالکید همانطوری که در مورد سرزمین ما فکر میکنید اما این هرگز واقع نخواهد شد او خدای تمامی مردمان میباشد یکسان برای سرخ و سپید این سرزمین برای او ارزشمند است و زخمه زدن بر زمین تحقیر خلق اوست هر زخمه ای که به زمین میزنید.

زمان سپید بوستان هم خواهد گذشت شاید حتی زودتر از قبائل دیگر. ادامه دهید به مسموم کردن بستر خود و شبی خواهد رسید که از بوی تعفن خود از تنفس باز خواهید ایستاد و شما در غروب خلق خود سخت خواهید سوخت. با آتش زنه های قدرت پروردگار که شما را به این سرزمین آورد و شما را تعیین کرد برای این زمین که بر مردان سرخ پوست حکمرانی کنید این انتخاب برای ما معمای است؟

هنگامیکه تمامی گاوهای وحشی سلاخی شده اند، تمام اسبان وحشی، اهلی و مناظر تپه های بلند ننگین از سیم های سخن گو(سیم تلفن) کجاست دارکوب؟ رفته است. کجاست عقاب؟ رفته است. چه معنایی میدهد

خداحافظ گفتن؟ به اسب و شکار فرجام زندگی و آغاز باقی ماندن ، پروردگار با انگیزه ای به شما بر حیوانات، بر جنگلها و بر مرد سرخ فرمانروایی عطا داشت، این انگیزه برای ما معمایی است شاید توانستیم جواب آن را دریابیم اگر واقف بودیم به رویاهای مرد سپید به امیدهایی که در شب های طولانی زمستان برای کودکانشان تصویر میکنند به رویاهایی که او در خاطر ایشان شعله ور میسازد آن چنان که بی صبرانه مشتاق دیدار صبح میشوند، اما ما وحشی هستیم و رویاهای مرد سپید از ما مخفی و چون از ما پنهان است ما هم به راه خود ادامه خواهیم داد زیرا که برای او از همه چیز معتبر تر حق هر انسانی است به زندگی و آن چنان که آرزویش را دارد بدون تاثیر اینکه او به گونه دیگری است از برادرانش. اما این چیز زیادی نیست که ما را به هم پیوند دهد ما تقاضای شما را اندیشه خواهیم کرد و اگر ما آن را بپذیریم تنها به خاطر آن است که شما تعهدتان را در مورد جایی که قول داده اید انجام میدهید شاید بتوانیم ما در آن جا واپسین روزهای خود را به روش خودمان به سر آوریم هنگامیکه آخرین سرخ پوست از روی زمین محو شود و خاطره او تنها سایه های ابرها باشد بر روی مرغزارها روح پدران ما در این ساحل و جنگل ها زنده خواهد بود چرا که آنها دوستدار زمین بوده اند به گونه نوزادی که عاشق طپش قلب مادرش است.

اگر ما این زمین مان را به شما واگذاریم دوست بدارید آن را چونان که ما دوستش داریم. حفاظت کنید او را چنان که ما حافظ آن بودیم و با تمام قدرتتان تمام قلبتان و تمام روح تان حفظ اش کنید برای کودکانتان، برای دوستانتان، آن چنان که خدا تمامی موجوداتش را دوست دارد زیرا که یک امر را ما خوب میدانیم خدای ما همان خدای شماست. و این خاک برایش مقدس میباشد حتی مرد سپید هم نمیتواند از سرنوشت نهایی یعنی مرگ سر باز زند شاید واقعاً ما با هم برادریم خواهیم دید، خواهیم دید ، خواهیم دید

## طبع ها :

### اصول طب قدیم :

۱- اجزاء تشکیل دهنده جهان تحت نظم آهنگ خاصی هستند و قوانین مشخص و ثابتی بر آنها حکم فرما است.

۲- جهان در یک مجموعه واحد و محدود و منظم قرار دارد.

۳- اساس ساختمان جهان بر اساس چهار صفت میباشد که این چهار صفت دو به دو متضاد یکدیگرند:

(الف) حرارت (ب) برودت (ج) رطوبت (د) خشکی

۴- از آمیخته شدن دو به دو صفات چهار گانه طبایع اجسام و عناصر به وجود میآید که بدین قرار است:

(الف) سرد و خشک (ب) سرد و تر (ج) گرم و تر (د) گرم و خشک  
در زمان قدیم طبیبان جامعه، برنامه کلی سلامت را تهیه و در اختیار افراد جامعه قرار می دادند و معتقد بودند اگر طبیعی قبل از اصلاح غذای فردی به مداوای وی پردازد گویا بر نابودی وی کمر بسته است، بنابراین تهیه غذای سالم برای افراد جامعه از ضروریات محسوب میشد. در طب سنتی مزاج افراد و طبیعت مواد غذایی به سرد، گرم و معتدل تقسیم شده است تا افراد با توجه به مزاج خود و طبع مواد غذایی بتوانند زندگی سالمی داشته باشند.

### سردی و گرمی چیست؟

در طب سنتی ایران خوراکیها به دو دسته سرد و گرم تقسیم می شوند. با مصرف غذاهای گرم حرارت بدن فرد بالا میرود، متابولیسم بدن (سوخت و ساز) تسریع می شود. سرعت در سخن گفتن، و پیوستگی در گفتار، سرعت در باز

و بسته کردن پلک‌ها، رسایی صدا و بلندی صوت، خشم، بیخوابی، نمایان شدن رگ‌ها، سرخی پوست، و تشنگی زیاد را حاصل می‌شود. به عکس با خوردن غذاهای سرد حرارت بدن فرد مقداری کم می‌شود و احساس سستی و رخوت به فرد دست می‌دهد. افسردگی را تشدید می‌کند

### طبع چیست؟

از ترکیب عناصر اربعه (آب، آتش، باد، خاک) حالت خاصی در انسان ایجاد میشود که خصوصیات همه آن عناصر را دارد. گاه به دلیل وراثت، شرایط اقلیمی، نوع تغذیه بعضی عناصر بر دیگری غلبه میکند و همین امر باعث میشود که بدن آدمی گرایش به حالت های اسیدی یا قلیایی و یا حالتی بین این دو پیدا کند که آن را طبع مینامند

روزگاری شوند با هم خوش	چهار طبع مخالف سرکش
جان شیرین برآید از قالب	گر یکی زین چهار شد غایب

### عناصر چهار گانه چیست؟

عنصر به معنی ریشه است و چون تمام ساختمان موجودات زنده و آلی خواه گیاهی، خواه حیوانی از چهار منبع بزرگ ریشه میگیرد، این چهار پایه را پیشینیان ما عناصر اربعه یا چهارگانه نامیده اند. اخلاط چهارگانه باید در بدن در حالت تعادل باشد و اگر از تعادل خارج شود انسان دچار پدیده میشود.

این چهار اصل مهم و اساسی عبارتند از منبع خورشید که به ما نور و حرارت میدهد، منبع هوا که به ما اکسیژن و به گیاهان گاز کربن میدهد و دو منبع آب و خاک که ما سایر احتیاجات زندگی را از آنها می‌گیریم. عناصر چهار گانه که شامل آتش، هوا، آب و خاک میشود هر یک دارای صفاتی است.

آتش: دارای صفت گرمی و خشکی میباشد

هوا: دارای صفت گرمی و تری میباشد



**آب:** دارای صفت سردی و تری میباشد  
**خاک:** دارای صفت سردی و خشکی میباشد

### مزاج چیست؟

منظور از مزاج ترکیب و آمیخته شدن عناصر میباشد که قابل تفکیک نیست و باید دانست که هر فردی دارای مزاجی است مربوط به خود که با مزاجهای دیگر افراد متفاوت است.

بقراط و پزشکان بعد از او که پیرو مکتب او بوده اند، فیزیولوژی کلی خود را بر اساس نظریه اخلاط چهارگانه استوار کرده اند. بقراط بر این عقیده بود که خون از چهار قسمت مختلف تشکیل شده است. علت این اعتقاد وی این بود که زمانیکه خون را در ظرف شیشه ای قرار میداد ۴ قسمت در آن قابل تشخیص بود. این چهار قسمت عبارت اند از: صفرا، دم، سودا، بلغم.

صفرا: در قسمت فوقانی ظرف حاوی خون قرار میگیرد که کف مانند است و دارای رنگی زرد میباشد.

خون یا دم: قسمت دوم ظرف شیشه ای است که بخش قرمز رنگ خون است بلغم: در قسمت سوم ظرف قرار میگیرد که سفید رنگ است و حالتی شبیه به سفیده تخم مرغ دارد و از گلبول های سفید و پلاکت ها تشکیل شده است.

سودا: در ته ظرف ته نشین میشود و سنگین و تیره است

افراد از نظر نوع مزاج به چهار دسته تقسیم میشوند (۱) افراد صفراوی مزاج (۲) افراد سوداوی مزاج (۳) افراد بلغمی مزاج (۴) افراد دموی مزاج

با توجه به طبقات چهارگانه اخلاط و مقایسه آن با طبقات عناصر چهارگانه، خواهیم دید که مشابهت نزدیکی در آنها وجود دارد. جالینوس بر اساس جایگاه خاص اخلاط چهارگانه در خون شباهت آن با جایگاه عناصر چهارگانه در طبیعت هر یک از اخلاط را با یکی از عناصر شبیه دانسته است و در حقیقت این نظر مشترک همه دانشمندان طب قدیم بوده است و اساس طب قدیم بر پایه آن استوار