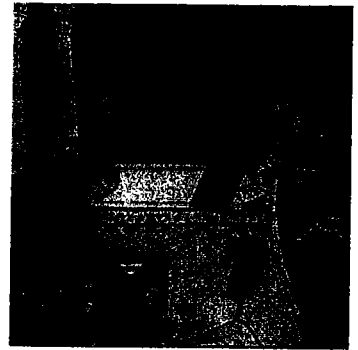


فراموش شده های طب سنتی



دلک:

عبارت است از مالش و مشت و مال بدن که دارای منفعت های بسیار است و اگر بگویند مرده را زنده می کند بعید نیست و دارای انواع مختلف می باشد:

نوع اول:

با قوت و زور بسیار که بدن را سفت و قوی می کند و رطوبت های بدن را که باعث سستی می شود کاهش می دهد و خون را به سوی عضو ضعیف هدایت می کند. این نوع برای افراد بلغمی مؤثر می باشد.

نوع دوم:

مشت و مال آرام و ملایم که رطوبت را در بدن نگه می دارد و باعث جذب رطوبت در آن عضو می گردد و در نتیجه باعث نرمی و سستی آن عضو می گردد، به طور کلی منافذ پوستی را باز کرده و باعث قبول مواد می شود. این نوع مشت و مال برای افراد سوداوی و صفراوی مؤثر است.

نوع سوم:

این نوع مشت مال نه قوی است و نه ضعیف بلکه حد تعادل دارد و باعث چاقی و فربهی بدن می گردد و خون و حرارت را در حد اعتدال به آن قسمت جذب می کند و تحلیل آن کم است. مشت و مال زیاد باعث لاغری شده و آن عضو را تحلیل می برد خصوصاً اگر طولانی باشد. مشت و مال خشن با پارچه زبر و خشن به مدت طولانی باعث کاهش رطوبت و خشونت آن عضو شده و سفتی در آن بوجود می آورد. برای بزرگ و قوی کردن قسمتی از

بدن آن عضو را با پارچه ای زیر و ضخیم مالش می دهند تا سرخ شود سپس بر روی آن زفت و مواد دیگری قرار دهند تا بزرگ کننده باشد و مواد نیز بهتر جذب شوند و عضو مورد نظر افزایش سایز پیدا کند و زمانی که به مقصود رسیدند دیگر ادامه نمی دهند تا لاغری بوجود نیاید. اگر در عضوی از بدن سرمای شدید نفوذ کرده باشد یا باد در آن غلبه کند هیچ درمانی بهتر از دلک یا مشت و مال نیست.

نوع دیگر مشت و مال آنست که با کف دست یا با پارچه نرم آرام و ملایم عضو را بمالند تا رنگ آن خوشرنگ شود در این روش جذب مواد کم و تحلیل نیز در آن وجود ندارد، در حقیقت نوعی دریافت است. در این روش مواد زائد دفعی رقیق شده و از طریق منافذ پوستی خارج می شود و مواد صالح و خوب جذب می شود و باعث سفتی اعضا و عضلات و اعصاب می گردد و رطوبت بدن و سستی آن را کم می کند.

خواص دلک و مشت و مال

دلک ماده غلیظ و لزجی را که در عضو خاصی از بدن محفوظ است رقیق کرده و خارج می کند. اگر عضوی در اصل خلقت از نظر اندازه کوچک باشد یا لاغر بمالند مشت و مال آنرا بزرگ و چاق می کند خصوصاً اگر قسمت انتهایی عضو را بمالند تا خون در آن قسمت نفوذ کند باعث افزایش حرارت و خونرسانی در عضو شده و رطوبت آنرا کم می کند و باعث بزرگی عضو مورد نظر می شود.

زمانی که نیاز است تا ماده ای از قسمتهای بالا به قسمتهای پائین عضو جذب شود این کار امکان پذیر نیست مگر با دلک.

مقصود از دلک و مشت و مال دو چیز است: جلوگیری از کاهش رطوبت بدن و کاهش مواد دفعی در عضله. اگر در جایی از بدن نگهداری رطوبت مقصود باشد باید همراه با روغن مالی باشد زیرا روغن باز کننده منافذ بدن و مرطوب کننده است.

در جایی که فقط کاهش رطوبت نیاز است مشت و مال باید بدون روغن مالی باشد ولی در هر حال باید در خدی باشد که بدن رنجور و لاغر نگردد.

روش مشت و مال

ماساژ و مالیدن بدن باید از هر سمتی به سوی قلب باشد و بهترین دست، دست گوهی بزرگ و بدترین دست، دست لاغر کوچک است. مالش باید در حدی باشد که در شخص تولید درد نکرده و او را خسته و کوفته نسازد زیرا مقصود از مشت و مال رفع خستگی است نه خسته شدن. خوابیدن در حمام برای مشت و مال مضر است زیرا به کلیه ها آسیب می رساند. اگر به جای مشت و مال فقط بر بدن مشت بزنند اثر آن کم است مالش باید با کف دست و با همراهی انگشتان انجام پذیرد.

افرادی که دوران نقاهت بیماری را می گذرانند یا لاغر و کم گوشت هستند نباید به شدت مشت و مال داد چون باعث درد شده و مضر است ولی در افراد چاق باید همراه با زور و قوت زیاد باشد که باعث تحلیل و لاغری آنها می شود.