



گاهنامه علمی - تخصصی

دکتر خاک

Dr. Soil

شماره اول، پاییز ۱۳۹۹

علوم و مهندسی خاک | دانشگاه محقق اردبیلی



خاک درمانی از دیدگاه پزشکی مدرن:

(درمان زخم‌های عفونی | درمان اختلال‌های قلبی | تسکین ورم‌ها با خاک سرخ | درمان واریس با گل ارمنی | بهبود بیماری‌های مفصلی با گل ارمنی)

آلرژی می‌گیریم چون از خاک دوریم | تأثیر راه رفتن با پای برهنه روی خاک | گل سرشوی یا گیل چیست و چه فوایدی دارد؟ | فواید استفاده از ظروف سفالی و گلی بر بدن انسان | خاک درمانی داروی ضد افسردگی

شناسنامه



عنوان: دکتر خاک | Dr. Soil

زمینه انتشار: علمی

ترتیب انتشار: گاهنامه

شماره انتشار: شماره اول

تاریخ انتشار: پاییز ۱۳۹۹

صاحب امتیاز: سجاد شیخ قاسمی

مدیرمسئول: سجاد شیخ قاسمی

سر دبیر: سجاد شیخ قاسمی

ناظر علمی: دکتر اسماعیل گلی کلانپا

کارشناس نشریات: مهندس سعید بوداقتی

طراح جلد و صفحه آرایی: رضا رسولزاده

تاریخ و شماره مجوز: شماره مجوز: ۳۷۹۲/ف/م | تاریخ مجوز: ۹۹/۰۲/۰۹

فهرست مطالب

- ۴ خاک از دیدگاه اسلام و قرآن
- ۸ طب سنتی در ایران باستان و اسلام
- ۱۰ استفاده بشر از خاک در طول تاریخ
- ۱۱ خاک درمانی داروی ضد افسردگی
- ۱۲ خاک درمانی از دیدگاه پزشکی مدرن
- ۱۶ آلرژی می‌گیریم چون از خاک دوریم
- ۱۷ تأثیر راه رفتن با پای برهنه روی خاک
- ۱۸ گل سرشوی یا گیل چیست و چه فوایدی دارد؟
- ۲۱ فواید استفاده از ظروف سفالی و گلی بر بدن انسان

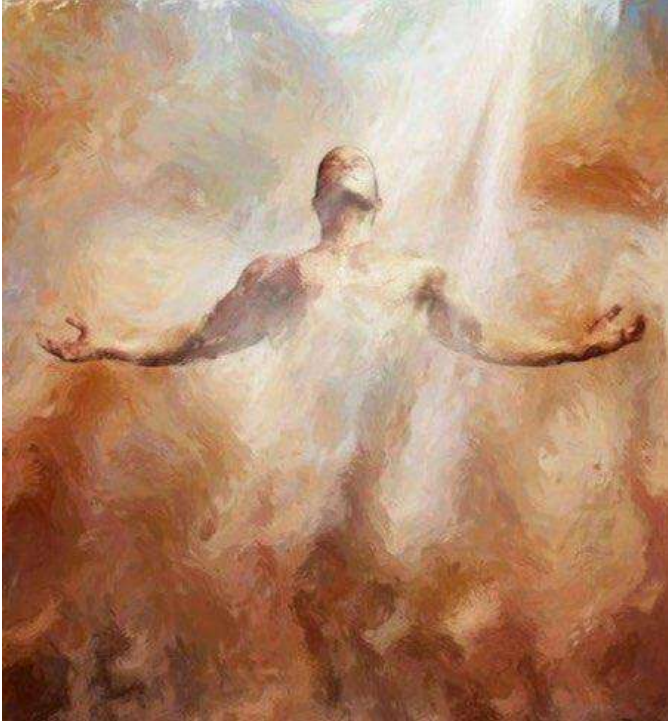
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

خاک از دیدگاه اسلام و قرآن



- ❖ آیا تا به حال فکر کرده‌اید که چرا بین این همه موجودی که در جهان وجود دارد انسان از خاک آفریده شده است؟
- ❖ چرا در صورت نبود آب برای وضو تیمم بر روی خاک جایز می‌باشد؟
- ❖ چرا خاک جزو تمیزکننده‌ها و مطهرات در دین اسلام می‌باشد؟
- ❖ چرا خداوند روزی‌های موجودات زنده خود را از خاک فراهم می‌کند؟
- ❖ چگونه خداوند از خاکی بی جان گیاهان سرسبز و زنده می‌روپاند؟
- ❖ چرا در هنگام سجده پیشانی خود را بر روی خاک می‌گذاریم؟
- ❖ اصلاً چرا خاک انقدر مهم و با ارزش است؟

با اندکی تامل می‌توان دریافت که سرشت و آفرینش انسان از خاک بوده در طول حیات خود چه برای بدست آوردن روزی و چه برای رفع نیازهای خویش از خاک کمک گرفته و در آخر بعد از اتمام حیات نیز دوباره به خاک باز می‌گردد یعنی تمام موجودات زنده بخصوص انسان و خاک از هم جدایی ناپذیر می‌باشند.



در قرآن کریم در ۱۲ آیه از کلمه‌ی (طین) به معنای گِل، در ۲۰ آیه صراحتاً از کلمه‌ی (تُراب) به معنی خاک و در بسیاری از آیات دیگر از کلمه‌ی (أرض) به معنی زمین یا خاک که در اصطلاح همان محل رویش گیاه می‌باشد استعمال شده است. هر واژه یا کلمه‌ای که در قرآن چندین بار تکرار شده باشد نشان از مهم و ارزشمند بودن آن است و دارای حکمتی می‌باشد. خداوند هر موجودی را از یکی از عناصر پنجگانه‌ی ای که وجود دارد خلق کرده است مثلاً ملائک را از نور، ابلیس و جن را از آتش، انسان و سایر موجودات زنده را از خاک و حتی طبق روایات، موجودات دیگری در سایر کرات وجود دارند که از هوا آفریده شده‌اند. با بررسی مطالب فوق می‌توان به این نتیجه رسید که چون انسان اشرف مخلوقات می‌باشد و از طرفی چون از خاک آفریده شده است بنابراین خاک بر سایر عناصر هستی برتری داشته و در مقایسه با سایرین از ارزش بیشتری برخوردار است.

از گذشته در مناطق مختلف دنیا براساس آداب و رسوم و فرهنگی که داشتند بعد از مرگ با برگزاری مراسم‌های مختلفی یا از جسد به هر طریقی نگه داری می‌کردند و یا آن را از بین می‌بردند مثلاً در مصر و برخی کشورهای دیگر بعد از مرگ جسد را مومیای کرده و نگه داری می‌کنند یا در هندوستان و ژاپن جسد مرده را می‌سوزانند و در کشورهای مسلمان نیز جسد را دفن می‌کنند.



قبل از اسلام حتی در زمان خلقت آدم و حوا بر اساس آیه ۳۱ سوره مائده قابیل بعد از کشتن برادرش هابیل او را در خاک دفن کرد. در کشور ایران نیز در گذشته‌های دور به روش‌های مختلفی جسد مردگان را از بین می‌بردند ولی دفن کردن مردگان از آغاز اسلام بیشتر رواج یافت.

دلایل زیادی برای دفن مردگان در خاک وجود دارد که مهمترین آن‌ها کمک به تجزیه اجساد مردگان توسط فعالیت میکروارگانیسم‌های موجود در خاک می‌باشد که در خاک سریع‌تر و آسان‌تر تجزیه شده و از بین می‌روند و بوی بد ناشی از آن‌ها در محیط پراکنده نمی‌شود.

برای تیمم دو فایده‌ی مهم اخلاقی و بهداشتی قابل تصور است:

درباره فایده اخلاقی تیمم باید گفت تیمم یکی از عبادات است و روح عبادت به معنای واقعی کلمه در آن منعکس شده است، زیرا انسان پیشانی خود را که شریف‌ترین عضو بدن اوست با دستی که به خاک زده، لمس می‌کند تا فروتنی و تواضع خود را در پیشگاه معبود آشکار سازد.

اما درباره فایده بهداشتی تیمم باید گفت امروزه ثابت شده است که خاک بخاطر داشتن باکتری‌های فراوان می‌تواند آلودگی‌ها را از بین ببرد، این باکتری‌ها که کارشان تجزیه کردن مواد آلی و از بین بردن انواع عفونت‌ها می‌باشد معمولاً در سطح زمین و در مناطق کم عمق که امکان استفاده بهینه از هوا و نور خورشید فراهم است فراوان می‌باشند، همچنین مواد آلوده‌کننده گوناگونی که در سطح اراضی وجود دارد، در مدت زمان نسبتاً کوتاهی تجزیه شده و بر اثر حمله‌ی باکتری‌ها کانون عفونت و آلودگی متلاشی می‌گردد، مسلم است اگر این خاصیت در خاک وجود نداشت کره زمین در مدت زمان کوتاهی به یک کانون عفونت تبدیل می‌شد. اصولاً خاک خاصیتی مشابه مواد

"آنتی بیوتیک" داشته و تاثیر آن در کشتن میکروب‌ها فوق العاده زیاد است. بنابراین خاک نه تنها آلوده نیست بلکه از بین برنده ی آلودگی‌ها نیز می‌باشد و می‌تواند از این نظر خاک را تا حدودی جانشین آب دانست، با این تفاوت که آب حلال است، یعنی میکروب‌ها را حل کرده و با خود می‌برد، در حالیکه خاک خاصیت میکروب کشی دارد. اما باید توجه داشت که خاک تیمم باید کاملاً پاک باشد همانطور که در قرآن آمده است « فَتَيَمَّمُوا مَعِيدًا طَيِّبًا / با خاک پاکی تیمم کنید». علاوه بر اینکه تعبیر به (معید) که از معود گرفته شده اشاره بر این دارد که بهتر است خاک‌های سطح زمین برای این کار انتخاب شوند، همان خاک‌هایی که در معرض تابش خورشید و مملو از هوا و باکتری‌های میکروب کش می‌باشند، اگر چنین خاکی طیب و پاکیزه نیز باشد، تیمم بر آن اثرات فوق را دارد بدون اینکه کمترین زیانی داشته باشد. بنابراین تیمم با خاک پاکیزه علاوه بر اینکه برای اطاعت فرمان خدا است و برای تعبّد به جای آورده می‌شود، از آنجا که کشنده ی میکروب‌های مودی و منهدم کننده ی موادآلی است نه تنها منافاتی با بهداشت ندارد بلکه می‌تواند جانشین مناسبی برای آب نیز باشد. گذشته از اینکه اگر وضو و غسل، بدلی نداشته باشد و بدون بدل، مکرّر نماز خوانده شود روحیه ی مواظبت برای گرفتن طهارت در شخص ضعیف شده و زمینه‌های سستی در انجام فرائض دینی برای افراد فراهم می‌گردد.

با توجه به خاصیت آنتی بیوتیکی خاک، در دین مبین اسلام از خاک به عنوان پاک کننده یاد شده است و چون خاک یک ماده غیر سیال می‌باشد پس احتمال آلودگی مکان‌های دور از محل کار بسیار کم است در حالی که این امر در مورد آب صادق نیست بدین صورت که آب به دلیل سیال بودن و خاصیت نفوذ پذیری که دارد می‌تواند باعث افزایش انتشار عامل بیماری زا گردد پس اگر ویروس یا باکتری وارد خاک بشود، بعد حرکتی آن نسبت به آب بسیار ناچیز خواهد بود.

مزیت دیگر خاک خشک و چسبنده بودن آن است که این امر موجب مرگ بسیاری از ویروس‌ها می‌گردد، به عنوان مثال در دین اسلام حکم ظرفی که سگ آن را لیس زده باشد، ابتدا هفت بار خاک مالی کردن و سپس گُر دادن آن ظرف با آب می‌باشد، چون آب به تنهایی باعث از بین رفتن ویروس‌ها و باکتری‌های بخصوصی که در بزاق سگ وجود دارد نمی‌شود. امروزه به این نتیجه رسیده اند که خاک این ویروس‌ها را از بین می‌برد و علت هفت بار خاک مالی کردن ظرف این است که در هر بار، رقت این مواد مضر رفته رفته کاهش یافته و در آخر از بین می‌رود.

خداوند متعال در آیات متعددی از قرآن کریم بر رویش بذر از خاکی بی جان اشاره فرموده اند که خود بیانگر این مهم است که رویش بذر جلوه ی روشن حیات در زمین می‌باشد. همچنین نمودی است از نشانه ی قدرت خداوند که رویش بذر گیاهان را برای امکان معاد استدلال کرده است.



سجده کردن به خاک نشانه‌ی خضوع و تواضع انسان در محضر باری تعالی می‌باشد، بررسی‌ها نشان می‌دهد که به هنگام سجده تمام انرژی بدن از طریق پیشانی به خاک و زمین منتقل می‌شود چون قبله در سمت جنوب قرار گرفته است، کل بار مغناطیسی زمین و انرژی‌های آن و بارهای مثبت و منفی طی چرخشی که از قطب شمال (+) به قطب جنوب (-) دارد، در هنگام سجده بارهای منفی به زمین منتقل شده و بارهای مثبت به بدن جذب می‌شود. به همین خاطر انسان بعد از خواندن نماز و سجده کردن احساس آرامش پیدا می‌کند.

این‌ها همگی نشان از مهم و با ارزش بودن این ماده‌ی مقدس در دین اسلام می‌باشد که در آیات و روایات زیادی به ارزشمند بودن خاک در زمینه‌های مختلف اشاره شده است.



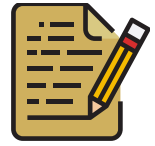
منابع:

<http://shabestan.ir/detail/news/504417>

<https://hawzah.net/fa/Question/view/63772>

<https://lorestan.iqna.ir/fa/news/1429563/خاک-منشا-سقاوت-و-برکت-برای-بشر-اهمیت-خاک-در-اسلام>

طب سنتی در ایران باستان و اسلام:



قدمت و پیشینه ی طب سنتی را در هیچ کشوری به درستی نمی توان تخمین زد اما می توان این احتمال را داد که با خلقت بشر علم پزشکی نیز به وجود آمد. در مجموع از زمانی که انسان در بدن خود درد و ناخوشی را حس کرد برای کاهش درد به روشهایی متوسل شد و از همان زمان طبابت آغاز گردید. در آن زمان چون علم پزشکی مدرن وجود نداشت طبیبان با استفاده از گیاهان دارویی، خاک و برخی چیزهای دیگر، بسیاری از امراض را درمان می کردند.



در طب سنتی و پزشکی باستان چهار نوع مزاج که برگرفته از عناصر اربعه می باشند به شرح زیر وجود دارند:

- ۱) مزاج گرم (آتش)
- ۲) مزاج سرد (خاک)
- ۳) مزاج تر (آب)
- ۴) مزاج خشک (باد)

از آنجایی که زمین، انسان و تمام کائنات از این عناصر تشکیل شده اند بنابراین باید بدن خود را مثل یک طبیعت فرض کرده و تعادل را در آن برقرار کنیم.

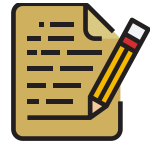
متاسفانه امروزه بسیاری از مردم سراغ شیوه‌های مختلف درمان و پیشگیری در طب مدرن یا مکمل می‌روند و با کمک روش‌هایی نظیر عطر درمانی، گیاه درمانی، هومیوپاتی، طب سوزنی، طب آیورودا و خاک درمانی تلاش می‌کنند تا احتمال ابتلا به بسیاری از بیماری‌ها را در طول زندگی به صفر برسانند؛ غافل از آن که طب سنتی خودمان راهکارها و تدابیر بسیار ارزشمندی برای بهبود کیفیت زندگی و کاهش احتمال ابتلا به بیماری‌ها و اختلال‌های جسمی و ذهنی را دارد، به شرط آن که تدابیر و نکات حفظ الصحی اش مورد توجه مردم و خانواده‌ها قرار بگیرد.

در کشور ما ایران، از زمان‌های دور یکی از شیوه‌های درمانی که مورد استفاده قرار گرفته است، خاک درمانی یا گل درمانی می‌باشد. که امروزه نیز در برخی از استان‌های کشور مانند آذربایجان غربی به ویژه در نزدیکی دریاچه ی ارومیه مورد استفاده قرار می‌گیرد. در اطراف دریاچه ی شورابیل نیز در قدیم از گل آن برای درمان بیماری‌های پوستی، مفصلی، تنفسی، آسم و اختلال‌های روانی مورد استفاده قرار می‌گرفت. اثر درمانی این گل به حدی زبان زد بود که بخشی از این گل سیاه از سواحل دریاچه ی ارومیه و بخشی از سواحل دریاچه شورابیل جمع آوری شده و به عنوان یک محصول درمانی برای مدت‌های طولانی به کشورهای چینی و روسیه و چین صادر می‌شد.

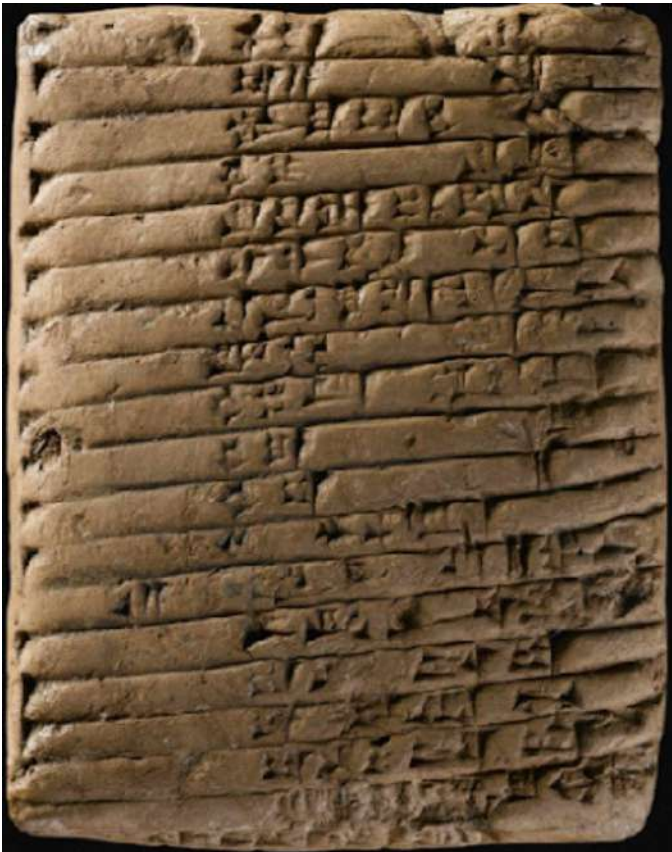


متاسفانه امروزه به دلیل افزایش میزان آلودگی محیط زیست بسیاری از مردم تصور می‌کنند که خاک را باید در گروه کثیف ترین مواد در طبیعت دانسته و تا حد امکان از تماس با آن پرهیز کرد. به این ترتیب خانواده‌ها ترس دارند که کودکانشان به خاک دست بزنند در حالیکه همین تماس با خاک آن هم خاکی که از سلامت و بهداشت آن در طبیعت مطمئن باشیم می‌تواند تاثیرات درمانی ویژه ای بر سلامت افراد داشته باشد. در متون طب سنتی به خاک‌های مختلف و متنوعی اشاره شده است که در اصطلاح از آن‌ها با نام (طین) یاد می‌شود. غالب این خاک‌ها طبع سرد و خشک دارند و استفاده ی خوراکی از آن‌ها تنها برای جنبه ی درمانی و در شرایطی که مصرف خوراکی آن‌ها به تجویز طبیب بوده باشد مجاز می‌باشد زیرا در آموزه‌های دینی ما اشاره شده است که مصرف خاک حرام می‌باشد مگر در مواردی که جهت درمان بیماری خاصی توسط درمانگر طب سنتی تجویز شود. این درمانگران از خاک برای درمان اسهال و ورم به صورت خوراکی یا موضعی استفاده می‌کردند و البته مصلح آن‌ها را نیز جهت رفع مضرات احتمالی همراه با آن توصیه می‌کردند (مثلا گلاب را به عنوان مصلح خاک ارمی) در حقیقت آن‌ها از گونه‌های مختلف خاک مثل خاک سفید، خاک سبز و خاک سرخ برای درمان بیماری‌های مختلفی استفاده می‌کردند.

استفاده بشر از خاک در طول تاریخ:



تاریخچه‌ی استفاده‌ی انسان‌ها از خاک، بسیار جالب است و با افسانه‌های مربوط به پیدایش جهان و بشر آغاز می‌گردد. نخستین مورد در ارتباط با پیدایش انسان می‌باشد که خود ارتباط بسیار جالبی با خاک‌ها به ویژه خاک رس دارد. همانگونه که اشاره شد خداوند اولین انسان‌ها را (آدم و حوا) از گل آفریده و از روح خود به آن‌ها دمیده است. رس‌ها به دلیل خاصیت پلاستیکی که دارند به طور عملی در زمینه‌های مختلف زندگی مورد استفاده قرار می‌گیرند. حتی در پنج هزار سال پیش که الفبا اختراع شد از لوح‌های نازک گلی به عنوان کاغذ استفاده می‌کردند که بر روی این لوح‌های گلی با چوب‌های نوک تیز حروف الفبا نوشته می‌شد و سپس این لوح‌ها را در زیر آفتاب خشک نموده و نگه داری می‌کردند.



اصول رنگ آمیزی با رس‌های رنگی از دوران قدیم شناخته شده بود بدین صورت که انسان‌های اولیه برای ترساندن دشمن، بدن خود را با رس‌های مختلف رنگ آمیزی می‌کردند. از گذشته انسان با استفاده از خواص درمانی کانی‌های رسی فردی را که دچار صاعقه زدگی شده بود نجات می‌دادند. بدین گونه که فرد مصدوم را بلافاصله با خاک رس می‌پوشاندند و اینگونه از مرگ وی جلوگیری می‌کردند.

اهمیت رس‌ها به اندازه ای است که می‌توان گفت انسان بدون آن قادر به ادامه زندگی نمی‌باشد.

از رس کائولینایت برای ساخت ابزارآلات و ظروف چینی نیز استفاده می‌شود حتی پرندگان نیز به اهمیت این خاک‌ها واقف بوده و ارزش آن‌ها را می‌دانند. به عنوان مثال پرستوها برای استحکام لانه‌های خود از رس‌ها بهره برده و از آن به عنوان مصالح ساختمانی استفاده می‌کنند. و شاید فکر استفاده از رس‌ها در ساخت بناهای ساختمانی را برای اولین بار پرستوها در ذهن انسان پرورنده باشند. به دلیل عایق بودن و نیز در دسترس بودن، رس‌ها در ساخت و ساز نیز مورد استفاده قرار می‌گیرند. به عنوان مثال می‌توان به هسته‌ی رسی سدهای خاکی اشاره نمود.

خاک درمانی داروی ضد افسردگی:

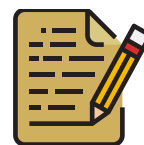


طبق تحقیقاتی که خانم دکتر صدیقی روانشناس کودک در این باره داشته اند کودک برای بازی کردن نیاز به اسباب بازی‌های گران قیمت ندارد و بازی با مواد طبیعی مانند شن، خاک و آب بسیار ارزان بوده و روی کودک تاثیر بسیار مطلوبی دارد. طبق تحقیقات صورت گرفته توسط دانشمندان، خاک به دلیل دارا بودن نوعی میکروب در کاهش استرس و درمان افسردگی بسیار موثر است که این میکروب تاثیری شبیه پروزاک (داروی ضد افسردگی) داشته و تماس با آن موجب افزایش سیتوکینین و در نهایت سروتونین خون می‌شود. احساس غم و ناراحتی با سطح هورمون سروتونین خون ارتباط مستقیم دارد بنابراین افزایش میزان سروتونین باعث ایجاد حس خوشحالی در فرد می‌شود.

بر خلاف باور رایج مردم محیط کاملا ضد عفونی شده و عاری از میکروب منجر به تضعیف سیستم ایمنی بدن کودکان و ابتلا به انواع بیماری‌های مختلف می‌شود. والدین باید توجه داشته باشند که آلوده شدن بچه‌هایشان به خاک نه تنها مشکلی در پی ندارد بلکه کمک شایانی به رشد و تخلیه هیجانات مثبت و منفی کودکان میکند. اثرات مثبتی که کار کردن و بازی کردن با خاک بر روی اعصاب و روان انسان دارد و با توجه به تاثیر آن در بهبود افسردگی به جرئت می‌توان گفت که با هیچ دارو و کار دیگری قابل مقایسه نیست. البته دانشمندان به این نتیجه رسیده اند که کارکردن در باغ یا مزرعه و یا حتی در اشل کوچک مثل باغچه و گلدان و کاشت گل و گیاه بسیار آرام بخش بوده و باعث کاهش استرس و ایجاد حس شادمانی می‌شود. به خاطر دلایل ذکر شده در کشورهای اروپایی و آمریکا در اکثر شهر بازی‌ها و پارک‌ها و حتی در حیاط خانه‌هایشان استخرهای شن و خاک وجود دارد که والدین بچه‌های خود را از همان کودکی با بازی کردن و سر و کار داشتن با این ماده ارزشمند تشویق می‌کنند.



خاک درمانی از دیدگاه پزشکی مدرن:



۱) درمان زخم‌های عفونی

امروزه گروهی از دانشمندان در دانشگاه ایالتی آریزونا (ASU) و کلینیک مایو موفق شدند تا با استفاده از روش باستانی باکتری‌های موجود در زخم را که موجب عفونی شدن آن می‌شوند از بین ببرند. در واقع آن‌ها با کمک گرفتن از فناوری مصری‌ها، به کشف راه درمان زخم به روش باستانی دست یافته‌اند. در این تحقیقات مشخص شد که فرآیند اکسایش_کاهش آهن و آلومینیوم موجود در خاک رس آبی قادر به کشتن باکتری‌های آزاد می‌باشد.

ستون علمی‌نشریه ی معتبر فیوچریتی در این زمینه گزارش مفصلی را منتشر کرده است که در آن به بیان ابعاد مختلف این کشف پرداخته است. فیوچریتی می‌نویسد که:

خاک رس استفاده‌های زیادی برای ما دارد ولی دانشمندان به تازگی متوجه شده‌اند که این ماده جادویی به جز این کاربردها کاربرد دیگری نیز دارد که از آن می‌توان برای درمان زخم‌های بدن انسان‌ها استفاده کرد. با توجه به گزارش‌های منتشر شده، نتایج تحقیقات اخیر نشان می‌دهد که این نوع خاک رس حتی باکتری‌هایی که در برابر روش‌های درمانی مقاوم هستند را نیز می‌تواند از بین ببرد. ترکیبات خاک رس آبی شامل عناصر کمیابی مانند کلسیم، آهن، آلومینیوم، منیزیم، پتاسیم و سیلیکون می‌باشد. حال دانشمندان علوم پزشکی و محققان باستان‌شناسی به اتفاق یکدیگر در طی آزمایشات خود به این نتیجه رسیده‌اند که خاک رس آبی قادر به از بین بردن چند نوع باکتری از جمله اشریشیا کلای و استافیلوکوکوس اورئوس می‌باشد که معمولاً در زخم‌ها به وجود می‌آیند و اغلب منجر به عفونت و التهاب می‌گردند.



بشری شود کمک شایانی نماید. بر اساس تحقیقات انجام گرفته توسط Gomes و Silva در سال ۲۰۰۷ برخی از کانی‌های رس به صورت پشوانه ای برای حفظ کارکرد مناسب دستگاه گوارش، ضدیبوست (ملین) و ضد اسهال مصرف می‌شدند و یا به عنوان ماده ای برای جذب یا رقیق کردن مواد دارویی مانند بارهای خنثی، ماده امولسیون کننده و روان کننده به کار می‌رفتند.

با خاک رس علاوه بر درمان بیماری‌هایی که در فوق به آن‌ها اشاره شد برای درمان بیماری‌هایی همچون بیماری‌های پوستی، آترواسکلروز (مسدود شدن دیواره‌های شریانی) غده‌های خوش خیم و بدخیم، التهاب آدنوئیدها (هیپرتروفی لوزه‌های حلقی)، پلیپ‌ها (رشد و بیرون زدگی یک توده از غشای مخاطی)، سینوزیت، سردرد، کم خوابی، ماستیت (التهاب پستان)، بیماری قند، آدنوم پروستات، بیماری‌های کبدی، یبوست، برونشیت و پنومونی (التهاب ریه‌ها همراه با آگزوداسیون و تجامد آن‌ها)، ورم‌ها، آنژین (گلودرد)، آرتریولیت (سفت شدگی در شریان‌ها) و واریس رگ‌های خونی، بیماری‌های قلبی و عروقی، سیستم اعصاب و ... معالجه می‌کردند.

در زیر به چند مورد از کاربرد کانی‌هایی که در دهه‌های اخیر کشف شده اند اشاره شده است:

در سال ۱۹۶۶، Wai و Banker کاربرد کانی رسی مونت موریلونایت در ساختن قرص‌های دارویی را پیشنهاد کردند.

در سال ۱۹۸۱، Hermosin و همکاران پتانسیل کانی سپیولیت را به دلیل قابلیت اکسیداسیون در علم پزشکی مورد بررسی قرار دادند.

در سال ۱۹۹۱، Ferrond و Yvon کاربرد رس‌ها را در درمان بیماری‌های پوستی معرفی کردند.

در سال ۱۹۹۲، Gamis و همکاران کاربرد کانی بنتونیت در داروسازی را مورد بررسی قرار دادند.

در سال ۱۹۹۲، Ueda و Hamayoshi کانی رسی سپیولیت را به عنوان یک ماده ی ضد بو معرفی کردند.

در سال ۱۹۹۸، Novelli کاربرد انواع کانی‌های رسی در پزشکی را مورد بررسی قرار داد.

در سال ۲۰۰۱، Tateo و همکاران کاربرد رس‌ها را در مصرف داروهای خوراکی بررسی نمودند.

رابین پتل، دکتر کلینیک مایو و نویسنده ی ارشد این مطالعه می‌گوید:

« ما نشان دادیم که خاک رس آهن دار می‌تواند باکتری‌ها را در شرایط آزمایشگاهی از بین ببرد این باکتری‌ها شامل باکتری‌های بیوفیلم دار نیز می‌باشد. »

نکته ی جالب این کشف پزشکی این است که خاک رس آبی تنها در زمینه‌ی آرایشی مورد استفاده نبوده بلکه این ماده از زمان‌های گذشته و دوران باستان توسط پزشکان باستانی همچون ادیسه و سینوهه پزشک معروف مصری‌ها برای استفاده‌های پزشکی، بخصوص ضد عفونی کردن زخم‌ها و جراحات بدخیم مورد استفاده قرار گرفته است. سهمگین ترین میکروبی که بر روی یک زخم می‌تواند وجود داشته باشد زیست لایه‌ها هستند که از نظر ساخت سلولی، همچون اجتماعی از زیست لایه‌های سلول‌های میکروارگانیسمی عمل می‌کنند که در واقع همگی آن‌ها به یک سطح متصل شده اند و به این صورت کشتن و از بین بردن لایه ی آن‌ها بر روی زخم کار بسیار دشواری می‌باشد.

زیست لایه‌ها اغلب موارد در ۳/۲ عفونت‌هایی که ناشی از وجود زخم بر روی پوست انسان می‌باشد دیده می‌شوند. حال دانشمندان اعلام کرده اند که باکشف راه درمان زخم به روش باستانی نه تنها می‌توان جهان پزشکی را متحول ساخت بلکه می‌توان یک گام دیگر در راه رسیدن به موفقیت در زمینه ی پیشرفت‌های پزشکی نائل آمد. البته یکی از دلایلی که کشف راه درمان زخم به روش باستانی مورد استقبال قرار گرفت این بود که در سال ۲۰۱۶ میلادی، سازمان ملل متحد اعلام کرد که مقاومت باکتری‌ها در برابر داروهای موجود در بازار فعلی در سطح جهان، به عنوان یک بحران در سطح بسیار کلان جهانی مشکل ساز شده است. امروزه با پیشرفت علم در زمینه ی پزشکی همچنان دانشمندان به طب سنتی و روش‌های درمان در دوران گذشته روی می‌آورند و بعد از آزمایشات و تحقیقات زیاد به نتایجی که در گذشته‌های خیلی دور پزشکان از آن‌ها برای معالجه بهره برده اند می‌رسند چون پایه و اساس علم پزشکی بر روی طب سنتی بنا شده است.

استفاده از خاک رس آبی آن هم به روش سنتی، تنها راهی نبود که دانشمندان برای مبارزه با این مشکل از آن استفاده کردند اما در حال حاضر یافته‌های اخیر درباره ی خاک رس آبی و توانایی آن در کشتن باکتری‌هایی که در برابر داروهای متداول و موجود در جهان بسیار مقاوم شده اند و واکنش‌های منفی آن‌ها نسبت به درمان‌های موجود، می‌تواند با استفاده از یک راه حل باستانی، به حل این بحران جهانی که ممکن است یکی از مشکل‌های بزرگ

۲) درمان اختلال‌های قلبی

علاوه بر گل‌هایی که نام بردیم گل‌های دیگری مانند خاک زرد، خاک سبز، خاک آندولوسی، خاک جلود، خاک خراسانی و خاک یا گل داغستان وجود دارند که برای هر یک از آنها خواص درمانی ویژه‌ای در متون طب سنتی ذکر شده است. به عنوان مثال یکی از خواص خاک سبز این بوده است که بعد از بریان کردن آنها را به صورت خوراکی برای درمان تپش قلب استفاده می‌کردند یا از گل داغستان که هنوز هم توسط برخی درمان‌گران توصیه می‌شود برای درمان مشکلات و اختلالات قلبی استفاده می‌شد و بر این باور بودند که این خاک خاصیتی مفرح دارد و دارویی مناسب برای درمان افسردگی و یا پیش‌گیری از ابتلا به افسردگی است.



۳) تسکین ورم‌ها با خاک سرخ

خاک سرخ یا گل فارسی یکی دیگر از انواع خاک‌هایی است که توسط درمانگران در زمان گذشته برای درمان برخی از بیماری‌ها مورد استفاده قرار می‌گرفته است. این خاک از جمله خاک‌های قابض محسوب می‌شده که به صورت ضماد و موضعی مورد استفاده بوده است. بسیاری از درمانگران از ضماد خاک سرخ برای بهبود و درمان ورم‌ها استفاده می‌کردند. گل ارمنی نیز یکی دیگر از خاک‌های سرخ رنگی است که جنبه درمانی دارد. یکی از مهم‌ترین کاربردهایش خاصیت ضدخونریزی آن است که از آن برای کاهش خونریزی افرادی که دچار جراحت می‌شدند، استفاده می‌کردند. در حقیقت برخی از درمانگران مصرف خوراکی این گل را برای افرادی که دچار خونریزی‌های داخلی و گوارشی بودند توصیه می‌کردند و البته گلاب را به عنوان مصلح آن برای بیمار تجویز می‌کردند.

۴) درمان واریس با گل ارمنی



برخی از درمانگران و حکیمان طب سنتی مانند استاد محمد عبادیانی در حال حاضر نیز گل ارمنی را دارویی مناسب برای درمان بیماری واریس می‌دانند. درمانگران با مخلوط کردن گل ارمنی و گلاب، خمیری تهیه می‌کنند و این خمیر را دور پا در محل واریس قرار می‌دهند و آن را با پارچه ای مناسب می‌بندند تا این گل خشک شود و حالت انقباض آن موجب از بین رفتن و جمع شدن واریس و درمان آن شود. تهیه ی گل ارمنی از عطاری‌ها چندان دشوار نیست و می‌توان از این شیوه طبیعی با تجویز متخصص طب سنتی برای درمان واریس و برخی از بیماری‌ها استفاده کرد.

۵) بهبود بیماری‌های مفصلی با گل ارمنی

یکی از بهترین مناطق در ایران که خاکش جنبه ی درمانی متعددی دارد سواحل نزدیک دریاچه ی ارومیه می‌باشد که گل سیاه رنگ و پرخاصیتی دارد که بر اساس تحقیقات دانشمندان آلمانی که آزمایش‌هایی را روی این خاک به عمل آورده اند، این گل خاصیت درمانی معجزه آسایی برای درمان برخی از بیماری‌های مفصلی، پوستی، بیماری‌های زنان و... دارد. از این رو گل درمانی نه تنها در دنیای سنتی قدیم جنبه‌های درمانی موثری داشته بلکه دنیای پزشکی امروز نیز خواص درمانی آن را تایید می‌کند تا با حضور در مناطقی که دارای خاک و گل با جنبه‌های درمانی و مورد تایید مراکز درمانی هستند از خواص درمانی این خاک‌ها برای افزایش میزان مقاومت بدن و پیشگیری از ابتلا به بیماری‌ها بهره ببرند.



منابع:

Arizona State University, Mayo Clinic

www.hometi.ir

www.bartarinha.ir

www.eligasht.com

www.eshraghie.com

آلرژی می‌گیریم چون از خاک دوریم:

به تازگی در نتایج تحقیقی که در یکی از لابراتوارهای خارجی به دست آمده معلوم شده است که عدم ارتباط مردم با خاک احتمال ابتلا به حساسیت‌های فصلی را در آن‌ها افزایش می‌دهد و به همین دلیل امروزه تعداد افرادی که به آلرژی‌های فصلی و مشکلات تنفسی مبتلا می‌شوند، درمقایسه با گذشته بیشتر است. بر اساس تحقیقات این گروه در خون انسان ۲ مول گلوبول سفید وجود دارد که برخی از آن‌ها در برابر عفونت و برخی دیگر به انواع حساسیت‌ها از خود واکنش نشان می‌دهند. به این ترتیب هر چه میزان گلوبول‌های سفیدی که به عفونت واکنش نشان می‌دهند در بدن بیشتر باشد میزان گلوبول‌هایی که به حساسیت واکنش نشان می‌دهند کمتر می‌شود. بنابراین در گذشته که احتمال تماس مردم با خاک و ابتلا به برخی عفونت‌های سطحی ناشی از آن بیشتر بود، احتمال ابتلا به انواع حساسیت‌ها کاهش می‌یافت. زیرا گلوبول‌هایی که به انواع عفونت‌ها واکنش نشان می‌دادند در این شرایط درگیری بیشتری داشتند. اما نکته ی مهم این است که اینگونه نباید باشد که مردم با هر نوع خاکی تماس پیدا کنند. مهم این است که ما با خاک‌های تمیز مثل خاک‌هایی که در ساحل دریا یا رودخانه وجود دارد یا خاکی که در بخش بکر بیابان‌ها وجود دارد در تماس باشیم و از خواص درمانی آن‌ها بهره‌مند شویم.



تأثیر راه رفتن با پای برهنه روی خاک:



اتصال با زمین به راحتی راه رفتن روی ماسه‌های ساحل یا دراز کشیدن روی یک صخره و اتصال مستقیم از طریق پوست بدن به سطح زمین است. فرضیه ای وجود دارد که می‌گوید یون‌های منفی زمین کمک می‌کنند که یون‌های مثبتی که در بدن ما همه روزه از طریق استرس، خوردن غذاهای ناسالم و قرار گرفتن در معرض وسایل الکترونیکی و تلفن همراه به وجود می‌آیند به تعادل برسند.

یک متخصص در حوزه زمین‌شناسی به نام دکتر جیمز آپمن این چنین توصیف می‌کند:

"منطقی‌ترین دلیل برای توصیف اثرات مفید اتصال با زمین این است که ارتباط مستقیم با زمین ریتم‌های الکتریکی روزانه و الکترون‌های آزاد را از سمت زمین به بدن انسان فعال می‌کند."

فواید اتصال با زمین:

مثبت ایجاد التهاب مزمن می‌کند. فواید بالقوه انرژی زمین روی مغز، قلب، عضلات، سیستم ایمنی و سیستم عصبی و به نوبه خود روی روند پیری انسان اثر می‌گذارد و از نظر علم پزشکی یک اتفاق بزرگ می‌باشد.

از دیگر فواید راه رفتن بر روی خاک با پای برهنه می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

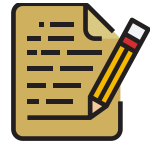
- عضلات کف پا را تقویت می‌کند.
- از استرس و اضطراب می‌کاهد.
- التهاب را کاهش می‌دهد.
- به تقویت سیستم قلب و عروق کمک می‌کند و فشار خون بدن را نیز کاهش می‌دهد.
- منجر به تقویت سیستم ایمنی بدن می‌شود.
- باعث کاهش بیماری‌های ارثی می‌شود.
- به بهبود کیفیت خواب کمک می‌کند.

ارتباط منظم حوزه‌های الکتریکی طبیعی زمین باعث می‌شود بارهای الکتریکی بدن به تعادل برسند. متخصصین این حوزه در سال ۲۰۱۳ به فواید درمانی اسپا رتبه ۳ دادند و مزایای آن را این چنین برشمردند:

- کاهش دردهای مزمن
- بهبود خواب
- کاهش استرس
- بهبود انرژی
- کاهش عدم تعادل هورمونی و قاعدگی در زنان
- تسریع ریکاوری بدن در جریان فعالیت‌های ورزشی شدید

دکتر استفن سیناترا مشاور نویسنده کتاب "Erthing with Ober" می‌گوید: یکی از مهم‌ترین فواید اتصال با زمین این است که به نظر می‌رسد الکترون‌های با بار منفی را از سطح زمین به داخل بدن هدایت می‌کند که در آن جا رادیکال‌های آزاد با ساختار بار

گل سرشوی یا گیل چیست و چه فوایدی دارد؟



گل سرشور یکی از گل‌هایی است که در طب سنتی از آن برای درمان و بهبود برخی از بیماری‌ها استفاده می‌شود و در متون طب سنتی از آن به عنوان طین یاد می‌شود. طین همان خاک است که در گروه داروهای با منشأ معدنی قرار می‌گیرد و خواص و جنبه‌های درمانی متعددی دارد. یکی از انواع این خاک‌ها، گل سرشوی است که یکی از معروف‌ترین کاربردهایش حفظ بهداشت مو و پوست سر می‌باشد.



خاک رس سرشار از مواد معدنی است که مدت‌های مدیدی به عنوان یکی از عناصر اصلی در حوزه زیبایی استفاده می‌شده است. گل سرشور، که در اصل از آن به عنوان جاذب در صنعت پشم استفاده می‌شد، اکنون یکی از اجزاء اصلی بسیاری از محصولات زیبایی و مراقبت پوست است. این ماده منبعی سرشار از مواد معدنی مانند منیزیم، سیلیس، کوارتز، کلسیم، آهن، کلسیت و دولومیت است. به باور درمانگران و متخصصان طب سنتی استفاده از این مواد طبیعی که منشأ طبیعی دارند، مثل خاک‌ها که منشأ معدنی دارند یا حنا و صدر که منشأ گیاهی دارند مناسب‌ترین انتخاب برای حفظ سلامت و نشاط و شادابی موها است زیرا این مواد طبیعی هستند و با طبیعت انسان تناسب و سازگاری بیشتری دارند و در مقایسه با مواد شست و شو دهنده شیمیایی مفیدتر و کم‌عارضه‌ترند.

دوای درمان موخوره:

شست و شوی سر با گل سرشوی علاوه بر آنکه می‌تواند به تقویت مو و افزایش سرعت رشد تارهای مو کمک کند، اثر ترمیم‌کنندگی نیز دارد و می‌تواند بسیاری از آسیب‌های وارد شده به ساقه مو را نیز برطرف کند. در کتاب‌ها و متون طب سنتی نسخه‌های طبیعی مختلفی در مورد خواص درمانی گل سرشوی مطرح شده که از میان آن‌ها می‌توان به خاصیت تقویت‌کنندگی موها و زخم‌ها، درمان جوش‌ها و برخی از کپیرها و خاصیت ضد موخوره، ضد جوش و نرم‌کننده گل سرشوی اشاره کرد.

۱۴ خاصیت گل سرشور بر بدن انسان:

۱. لایه برداری می‌کند

گل سرشور به خاطر خواص لایه برداری بی نظیرش معروف است. این ماده بر صورت اثر ملایم دارد، اما در عین حال، به طرز موثری

سلول‌های مرده را از لایه ی رویی پوست پاکسازی و منافذ پوست را باز می‌کند. این یکی از راه‌هایی است که برای پیشگیری از جوش زدن استفاده می‌شود.

۲. باعث درخشندگی پوست صورتتان می‌شود

گل سرشور می‌تواند یکی از مواد عالی برای افزودن به لوازم بهداشتی و آرایشیتان باشد. نه تنها کمک می‌کند از سلول‌های مرده پوست راحت شوید، بلکه درخشندگی فوری به پوست صورتتان می‌بخشد. گل سرشور این کار را با زدودن تمام ناخالصی‌ها از پوستتان و باز کردن منافذ پوست انجام می‌دهد. این امر یک مزیت محسوب می‌شود که به پوست صورتتان کمک می‌کند بهتر سروم‌ها و لوسیون‌ها را جذب کند، و کارآمدی آن‌ها را تقویت می‌کند.

۳. تولید چربی را کنترل می‌کند

نه تنها استفاده از گل سرشور به پاکسازی پوست کمک می‌کند، بلکه به تنظیم تولید چربی برای پوست‌های چرب و همچنین پوست‌های خشک نیز کمک می‌کند.

۴. جوش را کنترل می‌کند

گل سرشور به خاطر خواص جذب‌کنندگی چربی بسیار محبوب است. این همان چیزی است که آن را به ابزاری کارآمد برای مقابله با جوش تبدیل می‌کند. این ماده با بیرون کشیدن چربی و آلودگی‌ها از پوست، به تسریع فرآیند درمان جوش‌ها کمک می‌کند. همچنین پوست را با محتوای غنی مواد معدنی که دارد تغذیه و مانع جوش زدن‌های بیشتر می‌شود.

۵. رفع لکه‌های پوستی

گل سرشور نه تنها با جوش مبارزه می‌کند، بلکه پوستتان را نیز با کم رنگ کردن لکه‌ها و جای زخم‌های باقی مانده از جوش تمیز می‌کند.

۶. برنژگی پوست را از بین می‌برد

سوای از بین بردن لکه‌ها و کم رنگ کردن رنگدانه‌ها، این ماده ی طبیعی به رهایی از برنزه شدن کمک می‌کند.

۷. جوش‌های سر سیاه و سر سفید را از بین می‌برد

گل سرشور، به عنوان یک اسکراب، به از بین بردن جوش‌های سر سیاه و جوش‌های سر سفید کمک می‌کند.

۸. جای زخم را محو می‌کند

گل سرشور به کم رنگ کردن ظاهر جای زخم‌ها و سوختگی‌های قدیمی کمک می‌کند.

۹. پوست را تمیز می‌کند

گل سرشور را می‌توان به عنوان یک تمیز کننده ی ملایم استفاده کرد که نه تنها کثیفی‌ها را پاک می‌کند بلکه پوستتان را نیز لایه برداری کرده و به شما کمک می‌کند رنگ چهره ای صاف و یک دست داشته باشید.

۱۰. جریان خون را بهبود می‌بخشد

گل سرشور به بهبود جریان خون از طریق تحریک پوست کمک می‌کند. درمان گل سرشور می‌تواند به بهبود جریان خون در بدن کمک کند.

۱۱. به عنوان یک کمپرس گرم یا سرد عمل می‌کند

گل سرشور را می‌توان بسته به ناراحتی که به آن مبتلا هستید به عنوان کمپرس سرد یا گرم استفاده کرد. از آن می‌توان برای تسکین گرفتگی‌های دوران قاعدگی، نیش حشرات و سوختگی‌ها نیز استفاده کرد.



۱۲. گرما زدگی را برطرف می‌کند

گل سرشور خواص خنک‌کنندگی بی‌نظیری دارد که موقع بیرون زدن حرارت از بدن پوستتان را تسکین می‌دهد. این کار وقتی در یک منطقه آب و هوایی گرم زندگی می‌کنید یا وقتی که لازم است سریعاً از آفتاب سوختگی‌های بسیار کمک‌کننده است.

۱۳. به عنوان ضد عفونی‌کننده عمل می‌کند

گل سرشور حاوی خواص ضد عفونی‌کننده بی‌نظیری است. این ماده کثیفی و عفونت را به خود جذب می‌کند و باعث پاکسازی و سلامت پوست می‌شود. همین خاصیت آن است که این ماده را به درمان موثر برای معالجه‌ی مشکل جوش و آکنه تبدیل می‌کند.

۱۴. عامل پاکسازی موثر و خوشایند پوست است

خواص جذب چربی گل سرشور آن را به عامل تمیزکننده‌ی موثری تبدیل می‌کند که می‌تواند لکه‌های چربی، روغنی و خونی را از پوست و لباس شما پاک کند. گاهی از این ماده در شوینده‌های خشک‌شویی‌ها برای شستن لباس‌های چرب و روغنی استفاده می‌شود.

منابع:

<https://bazdeh.org/> خواص-گل-سرشور

<https://namnak.com/p31877> گل-سرشور

فواید استفاده از ظروف سفالی و گلی بر بدن انسان:



- در ظروف فلزی مانند آلومینیوم، نیکل و کروم، احتمال نشت فلز به مواد غذایی وجود دارد؛ در حالی که این خطر در ظروف گلی وجود ندارد. همچنین، پخت و پز در سفال باعث حفظ بسیاری از مواد مغذی خوراکی‌ها می‌شود.
- مصرف آب ننگه داری شده در ظرف یا بطری پلاستیکی به دلیل وجود مواد شیمیایی مانند BPA برای بدن مضر است. در حالی که ظروف سفالی این مشکل را ایجاد نمی‌کند. از طرفی، آبی که در ظروف سفالی ننگه داری می‌شود، دارای طعم طبیعی است.
- نتایج برخی از مطالعات نشان می‌دهد که آب ذخیره شده در ظروف پلاستیکی باعث کاهش سطح هورمون تستوسترون در بدن می‌شود، در حالی که آب ننگه داری شده در ظروف سفالی به حفظ هورمون تستوسترون کمک می‌کند و در نتیجه باعث بهبود روند سوخت و ساز بدن می‌شود.
- سفال قلیایی است و سطح PH آب را حفظ می‌کند. در واقع، وقتی غذاهای اسیدی در ظروف سفالی پخته می‌شود، طبیعت قلیایی ظروف سفالی کمی طبیعت اسیدی را خنثی می‌کند. به این ترتیب، باعث حفظ سلامت بدن و دستگاه گوارش می‌شود.
- ظرف سفالی طبیعی و غیر سمی است و بخار را در خود ننگه می‌دارد. همچنین مواد مغذی محلول در آب را نیز در خود حفظ می‌کند. ظرف سفالی گرما را در خود حفظ می‌کند و سازگار با محیط زیست است.
- امروزه با توجه به کمبود آب و همچنین نا مناسب بودن کیفیت آب در ایران، بیشتر مردم بار دیگر همانند قدیم آب را در داخل کوزه‌های سفالی ریخته و از آن استفاده می‌کنند. مردمان قدیم نیز همیشه آب آشامیدنی خود را در کوزه‌ها و خمره‌های سفالی ننگه داری می‌کردند بی آنکه بدانند که ننگه داری آب در ظروف سفالی چه مزیت‌هایی دارد.





آیا نگه داری آب در کوزه آب را تصفیه می‌کند؟

درباره این سوال باید گفت که تنها نگه داری آب در کوزه سفالی به طور دقیق و آن طوری که مردم فکر می‌کنند آب را تصفیه نمی‌کند. نگه داری آب در کوزه، آب را مطبوع و خنک می‌کند و با توجه به دیواره‌های سفالی ناخالصی‌های آب را جذب می‌کند که باعث بالا رفتن کیفیت آب می‌شود. ولی به طور ۱۰۰٪ آن را تصفیه نمی‌کند.

چرا کوزه آب را خنک می‌کند؟

دیواره‌های کوزه‌ها از جنس سفال و خاک رس می‌باشد و خاصیت دیواره‌های کوزه طوری است که آب داخل کوزه همیشه خنک می‌ماند. دیواره‌های کوزه نم و مرطوب است، و با توجه به قانون فیزیک، مولکول‌های آب برای تبخیر و بخار شدن احتیاج به گرما دارند، این مولکول‌ها با گرفتن گرمای داخل کوزه (گرمای آب داخل کوزه) باعث خنک شدن آب داخل کوزه می‌شود.

نوشیدن آب موجود در کوزه‌های سفالی شما را در برابر انواع بیماری‌ها مصون می‌دارد و همچنین در جدا ساختن چربی‌ها و دفع سم‌های موجود بر دیواره‌های معده موثر می‌باشد. همچنین دردهای مفصلی را تسکین داده و آرامش بسیار خاصی به شما می‌دهد.

منابع:

<https://www.parsnaz.com/فواید-استفاده-ظروف-سفالی-غذا/>

<https://sofalstore.com/health-benefits-of-using-clay-water-pot>



در قرآن کریم در ۱۲ آیه از کلمه‌ی (طین) به معنای گِل، در ۲۰ آیه صراحتاً از کلمه‌ی (تُرَاب) به معنی خاک و در بسیاری از آیات دیگر از کلمه‌ی (أَرْض) به معنی زمین یا خاک که در اصطلاح همان محل رویش گیاه می‌باشد استعمال شده است. هر واژه یا کلمه‌ای که در قرآن چندین بار تکرار شده باشد نشان از مهم و ارزشمند بودن آن است و دارای حکمتی می‌باشد. خداوند هر موجودی را از یکی از عناصر پنجگانه ای که وجود دارد خلق کرده است مثلاً ملائک را از نور، ابلیس و جن را از آتش، انسان و سایر موجودات زنده را از خاک و حتی طبق روایات، موجودات دیگری در سایر کرات وجود دارند که از هوا آفریده شده اند.