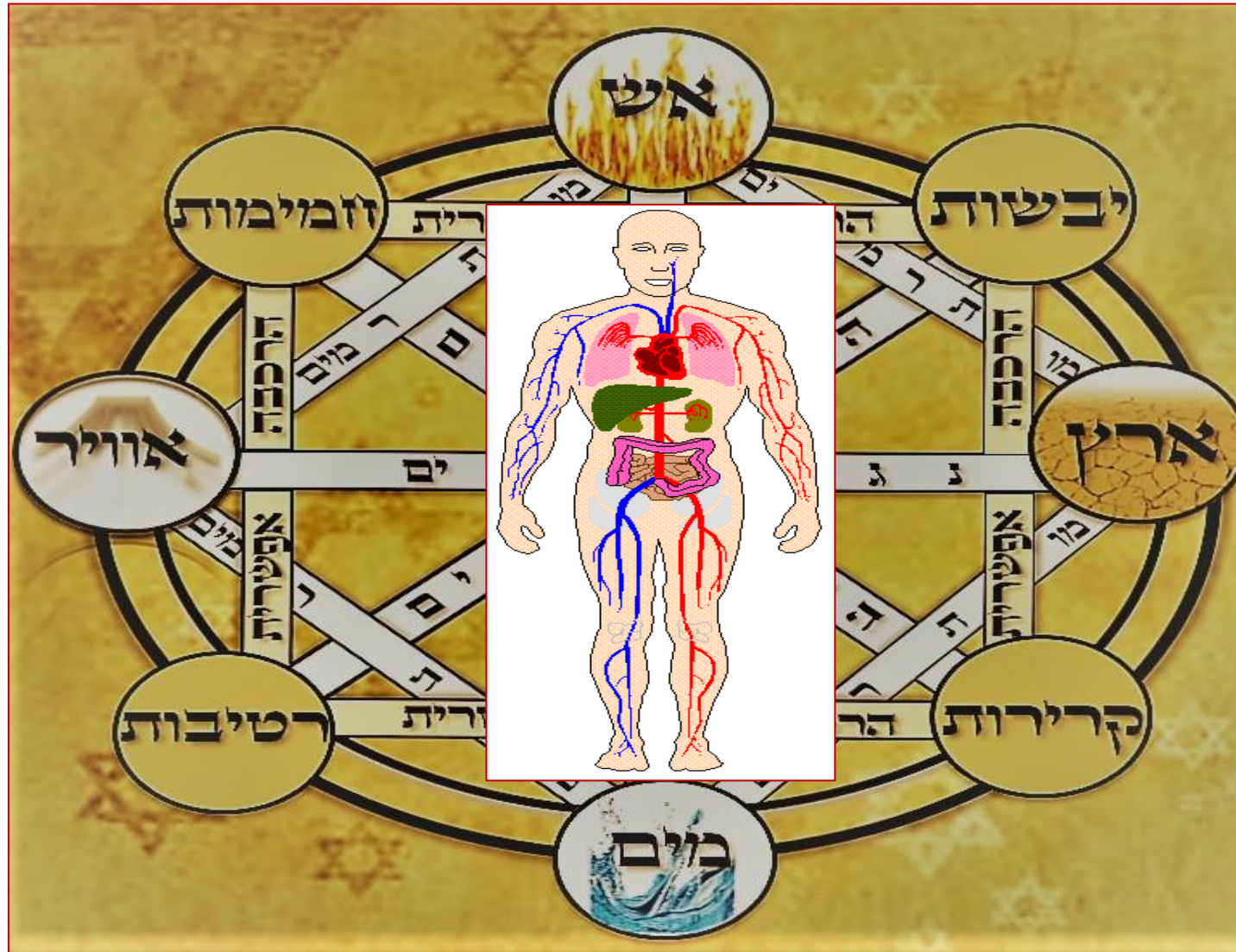


ארבע המרות הפיזיו-פילוסופיה של הרפואה היהודית



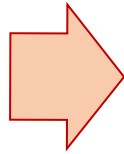
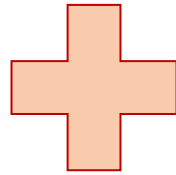


גוף האדם ברפואה היהודית





גוף האדם ברפואה היהודית





גוף האדם ברפואה היהודית





המרות



• המרות הן ארבע התמציות הראשוניות
שמהן נבנה הגוף על כל חלקיו, החלקים
נוזליים והמוצקים. הנוכחות התמידית של
המרות בגוף היא הכרחית לקיומו בלעדיהן
לא תתקיים החיים לכן הן תמיד נמצאות בדם
ובאיברים ומשפיעות על
הדינמיקה והאנרגיה של הגוף.





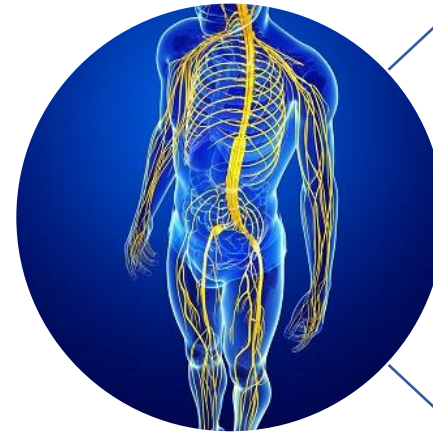
המרות במקורות היהדות

"אמר רבי יוחנן :

אדם - ראשי תיבות

אפר, **דם**, **מרה**...

מסכת סוטה דף ה' ע"א .



אפר

דם

מרה

• יסוד עפר

• היסוד הגס

ביותר הקולט

• את 3 היסודות

מרה שחורה

• יסוד האוויר

• הדם

• יסוד האש

מרה ירוקה



המרות במקורות היהדות

• "בשלושה דברים נברא האדם הראשון :
באפר בדם ובמרה , וכולם שקולים כאחד ,
שאלמלא שלשתן אין אדם יכול להתקיים,
שאם חסרים במדותן או אם יתירים
במדותן הרי זה מצטער." מדרש חופת אליהו רבה.



המרות במקורות היהדות

• "ומארבעת היסודות האלה יסד וברא את העולם כולו, ואלו ד' יסודות רוח ומים ואש ועפר, כן ברא את האדם גם מארבע היסודות מרוח וממים ומאש ועפר, והם דם, ליחה ומרירה אדומה ומרירה שחורה..."
ספר חכמוני לרב שבתאי דונולו זצ"ל

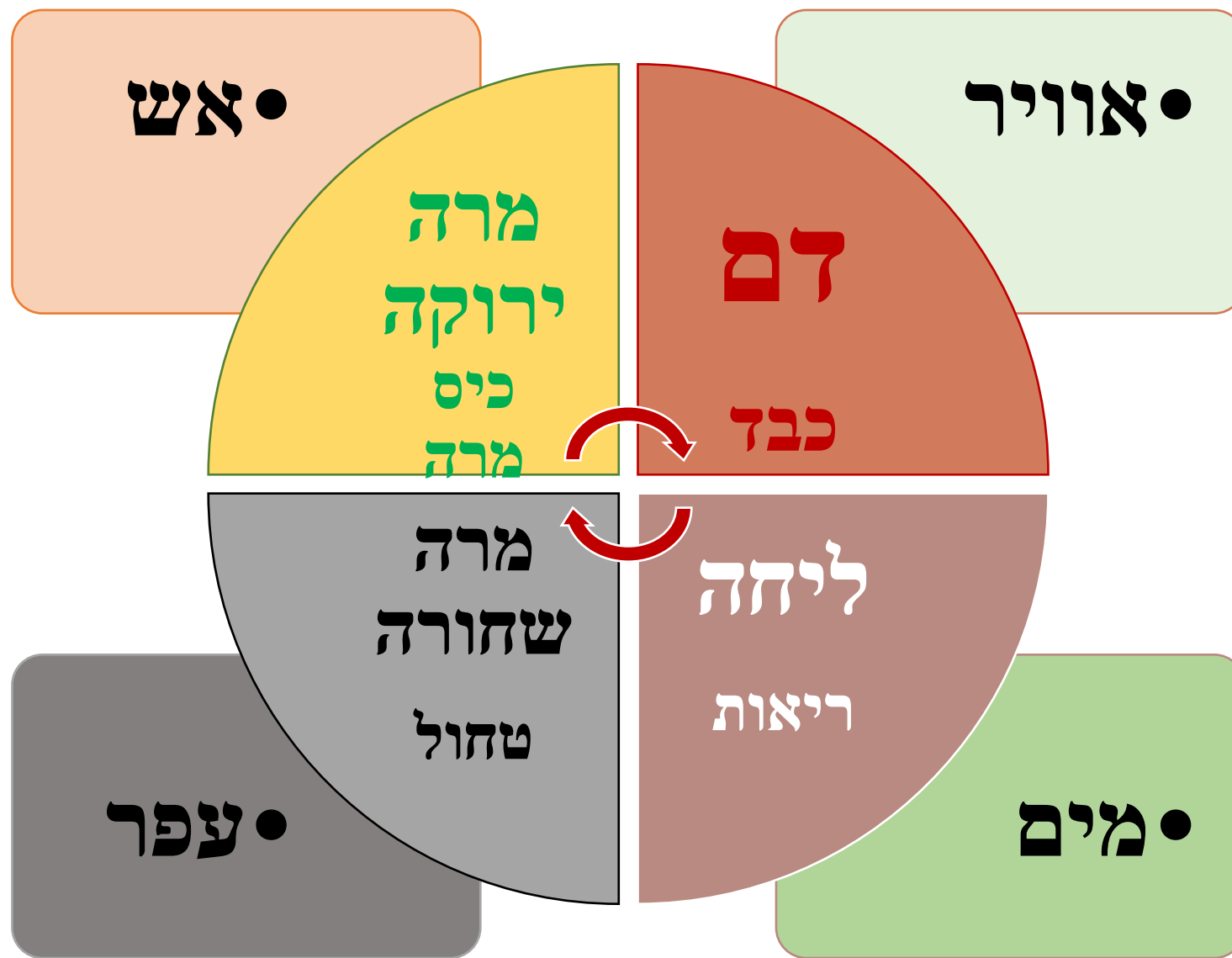


המרות במקורות היהדות

• "ונמצא כי גוף האדם הנוצר מארבעת היסודות התחתונים, והנה הם כלולים מ טוב ורע. וגוף האדם נוצר מן הטוב שבארבעת יסודות – אש, רוח, מים, עפר. אמנם מן הרע שבהם נוצרו בגוף ארבע מרות שהן: הלבנה, והשחורה, והאדומה, והירוקה, וכאשר תתגבר איזה מהן מבחינת הרע שבהן, על בחינת הטוב שבהן, באים חללים ונגעים על האדם ואם תתגבר ביותר תמית לגוף האדם" ספר שערי קדושה לרח"ו זצ"ל.



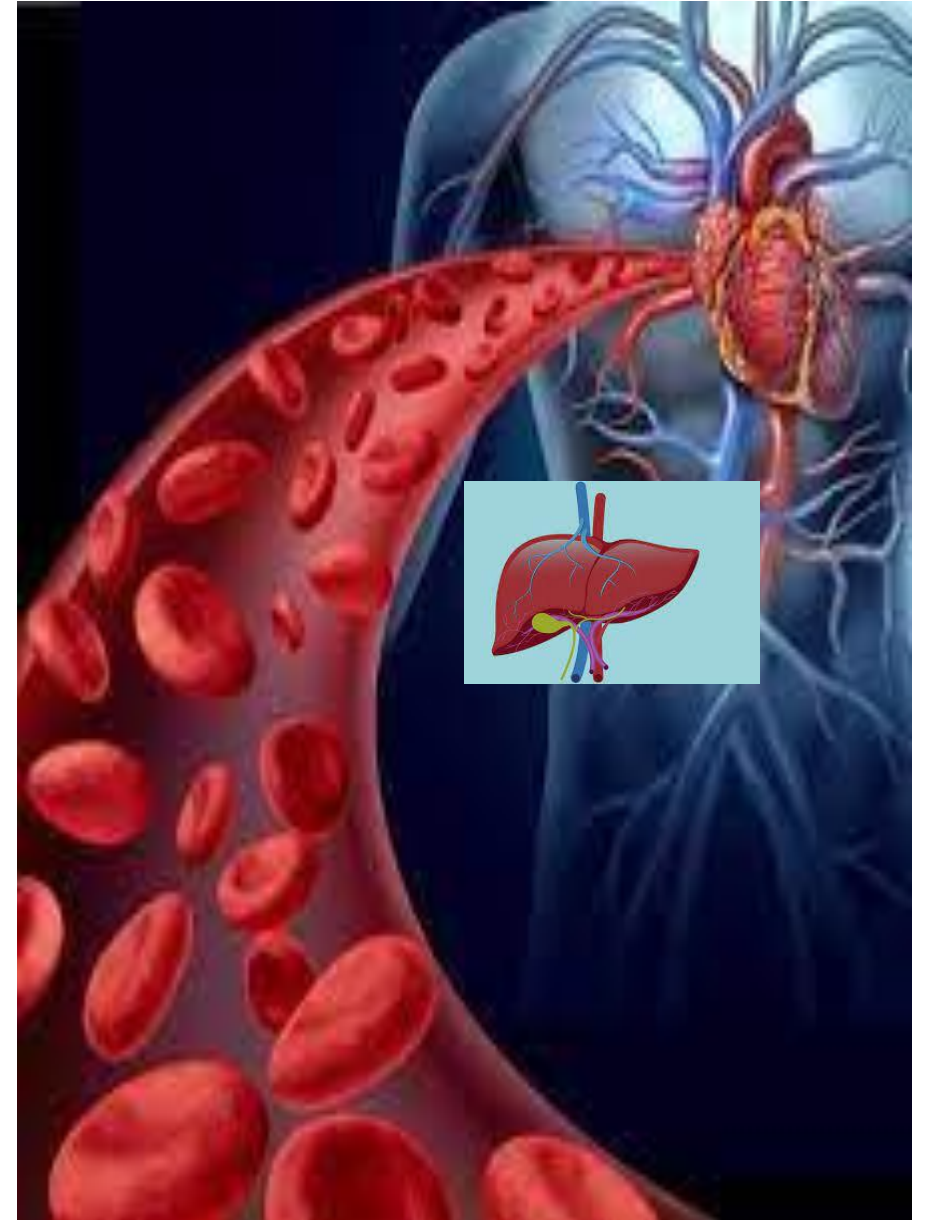
ארבעת המרות בגוף





הדם

"כי הדם הוא רביע הגוף
ומקורו בכבד וממשלתה
במוח והנוהג בה כוכב
מאדים...הדם מושל בכל
הגוף ומחזק בכל ארבע
היסודות וסובב בכל הגידים
ודומה לשמן שכוחו חם ולח
ורך וטעמו מתוק..." (ספר הרפואות)

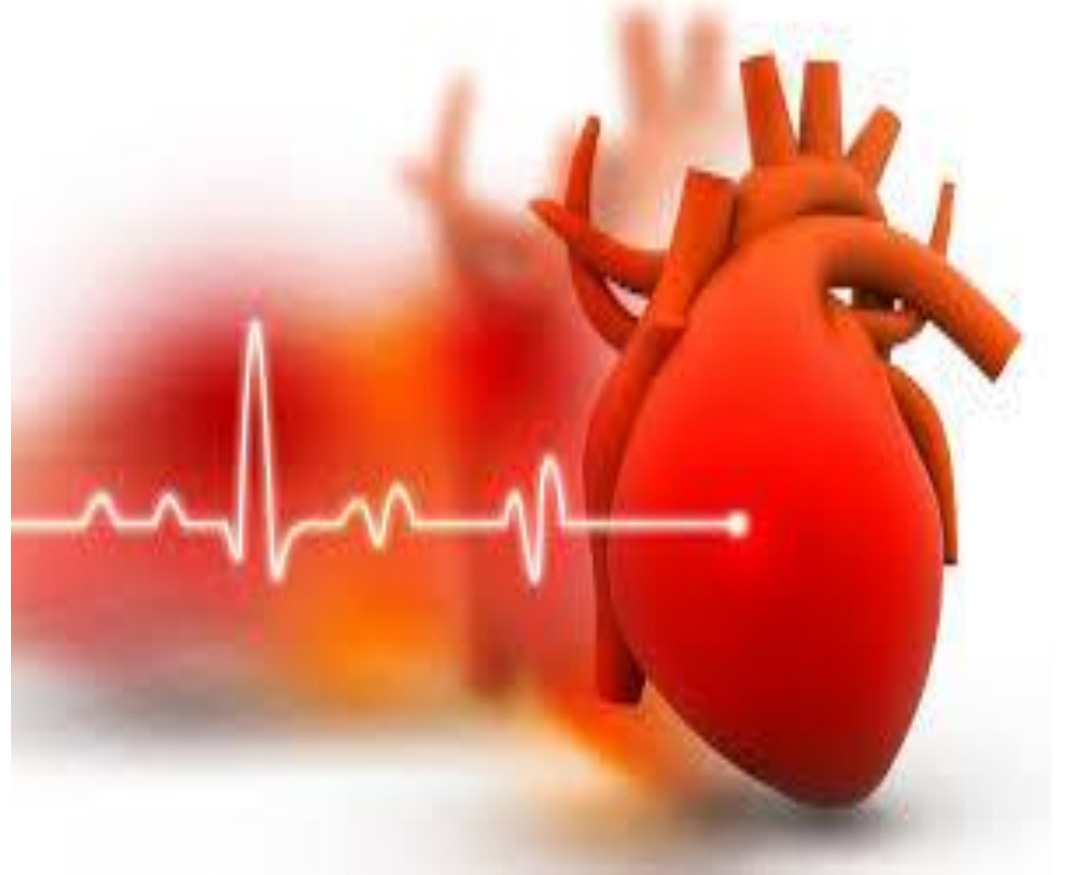




הדם

**"הדם נגד הרוח
,אומנם כי הדם הוא
הנפש, והנפש הוא
הרוח, וכווח הרוח חם
ולח והדם חם ולח..."**

ספר חכמוני לרב שבתאי דונולו זצ"ל





הליחה (המרה הלבנה)

"...והליחה כנגד
המים, כי כוח
המים קר ולח וכוח
הליחה קר
ולח..."

ספר חכמוני לרב שבתאי דונולו זצ"ל

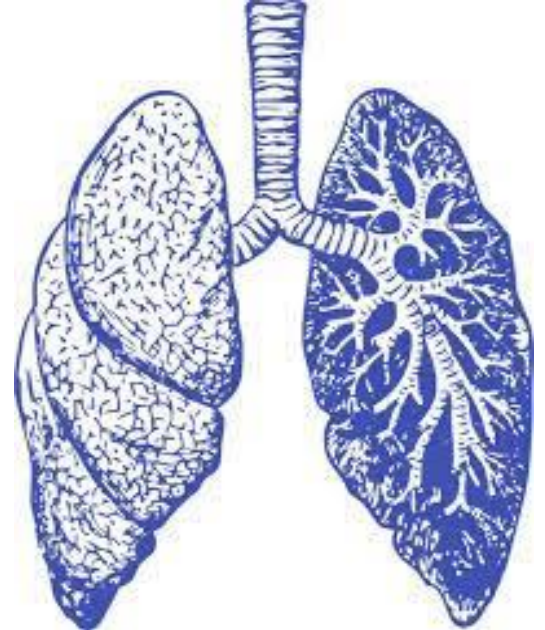




הליחה (המרה הלבנה)

"והמוח כפתילה בתוך הנר
ומושכת אליה לחלוחית העולה מן
הריאה אל הראש אל המוח הבא לו
ממנה והיא נקשרת בחום המוח
והדם ושניהם מעמידים שלהבת
הנשמה שהיא כנר הדולקת.. ולולא
קרות הקור העולה מן הריאה אל
הראש האש שורפת מיד המוח..."

פירוש לספר היצירה לרבי סעדיה גאון





הליחה (מרה לבנה)

"...והליחה מעורבת בבשר . סדר קרת
הליחה כנגד חומת הדם, וחומת הדם
כנגד קרת הליחה. ואם יהיו שניהם
שווין במסכתם (יחסיהן) זהו שלום הגוף.
ואם יעז הדם ותסור המרירה בדם
ותעורר השחון וההרס ואם ישפל הדם
ותעוז הליחה תגבר קרתה במותניים
ובברכיים ופעמים יכאבו הרגליים
ימעדו הקרסוליים על כן נמסך זה כנגד
זה להיות הגוף מרפא שלום..." ספר הרפואות





המרה אדומה (ירוקה)

"...והמרה האדומה
נגד האש, כי כוח
האש חם ויבש וכוח
המרירה האדומה חם
ויבש..."

ספר חכמוני לרב שבתאי דונולו זצ"ל





המרה השחורה

"...והמרירה
השחורה כנגד
העפר כי כוח העפר
קר ויבש וכוח
המרה השחורה קר
ויבש..."

ספר חכמוני לרב שבתאי דונולו זצ"ל





המרה השחורה



• 'הטחול...המתחבר בפּי האצטומכא להביא אליה מן

**השחורה ההיא כי הוא משכן המרה השחורה וזה
יעורר חפץ האכילה מפני טעם החמוץ שבה שזה דרך
הדברים החמוצים לעורר חפץ האכילה'. ספר שבילי אמונה**

• "אז תמשול בו המרירה השחורה, אז תיכון הדעת על
מכוניה וימלא הכוח, ותעז הגבורה והלב יתאמץ כי
מכון המרירה בטחול" ספר הרפואות



המרות והטעמים

"וגם טעמי הרוחות המתגרות
בתוך הבטן בקרב העליון הם
ארבע מני טעמים : **מתוקים**
לפי הדם, **ומרים** לפי המרידה
ו**חמוצים** לפי השחורה
ו**מלוחים** לפי הליחה..."

ספר הרפואות





שעון המרות

"וידבר עוד אסף על מחלקות יסודות הגוף
לכל תולדותיהם לכל מיני תחלואיהם. משבע
שעות בלילה ועד שלוש שעות ביום היא
ממשלת הדם ומשבע שעות ביום עד שלש
שעות ללילה היא ממשלת המרה לכל מיני
תחלואיה וגם משבע שעות ללילה ועד שבע
ביום היא ממשלת הליחה לכל נגיעיה וגם
משבע שעות ליום עד שבע שעות ללילה הם
תגרת הרוחות אשר בגוף המתגרים מן האוכל
המוסיף על החוק..." (ספר הרפואות)





חלוקת גוף האדם לפי המרות

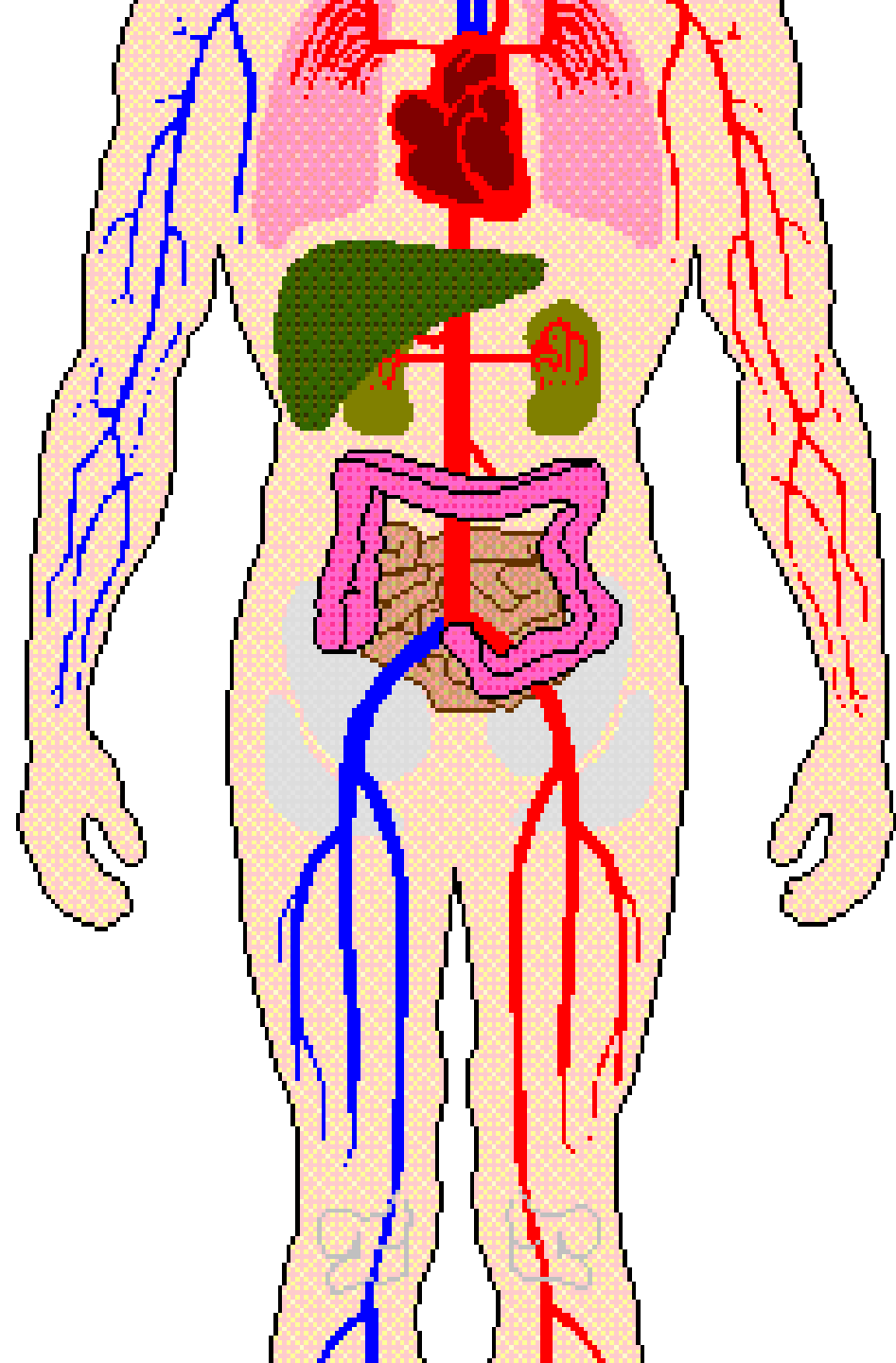
• "ודע כי הליחה מושלת במרום הראש ויורדת משורות הצוואר על כל שאר השורות של הגוף עד העצה הוא עצם המושב עד הצלעיים משני הצדדים ועד מבית החזה. ודע כי המררה והדם מושלים גם הם ממרום הגוף עד שמונה שורות ומבית לצלעות הוא מכון הרוח ומקום מנוחתה. ודע כי גם הליחה המגביר לרום על כל מוסדות הגוף ועל פני כל האברים מבית ומחוץ כי תחילת תולדותיה ומקורו ממוח הראש על כן ירום על שאר שלשת היסודות הדם והמרירות אך הרוח עליון על כולם". ספר הרפואות



המרות והאיברים

"אמר רבי מאיר: מרה
אוכמא (שחורה) **בטחול**,
מרה סומקא (אדומה) **בכבד**,
מרה ירוקה **במרה** מרה
דוורא (לבנה) **בריאה**"

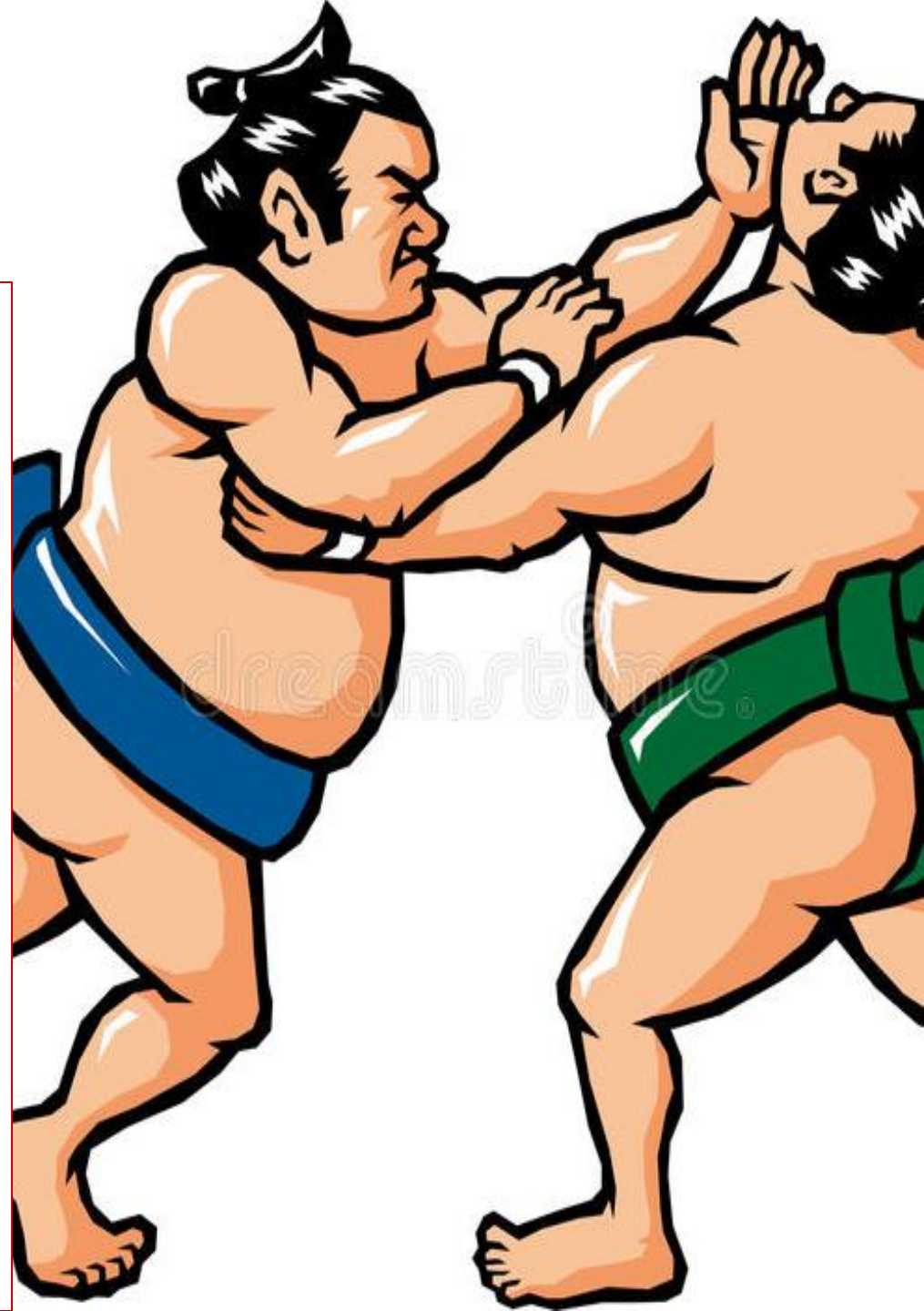
ספר תיקוני הזהר וזהר חדש.





סיבת המחלות התגברות המרות

"אז יקרה החולי ממקום תגרת הרובע
שהוא אחד מארבעת יסודי הגוף.
המגביר יעורר חולי והנשפל יכניע
לחלות. כן גם המה ארבעת יסודי הגוף ,
אם יכשרו לכוון על משקלם מדת
תכונתם וגבול חוקם, יהא שלום הגוף
ומרפא, ואם יעוררו זה על זה להוסיף
או לגרוע גם כל מיני תחלואיהם יתגרו
לפי הנוסף ולפי הנגרע". (ספר הרפואות)





אופן הטיפול עם צמחי מרפא



• לפיכך צריך הרופא לדעת מה יהיה טבעו של החולה
מן מרה אדומה ויהיה בזמן החום צריך לרפואתו בדבר
קר ולח, ואם יהיה טבעו של החולה קר ולח והזמן זמן
הקור צריך לרפואתו בדבר חם ויבש שהוא כנגדו,
ואם יהיה חוליו מן הדם והזמן זמן הקיץ צריך
לרפואתו בדבר קר ויבש, ואם יהיה חוליו מן מרה
שחורה והזמן זמן הקור צריך לרפואתו בדבר חם ולח"



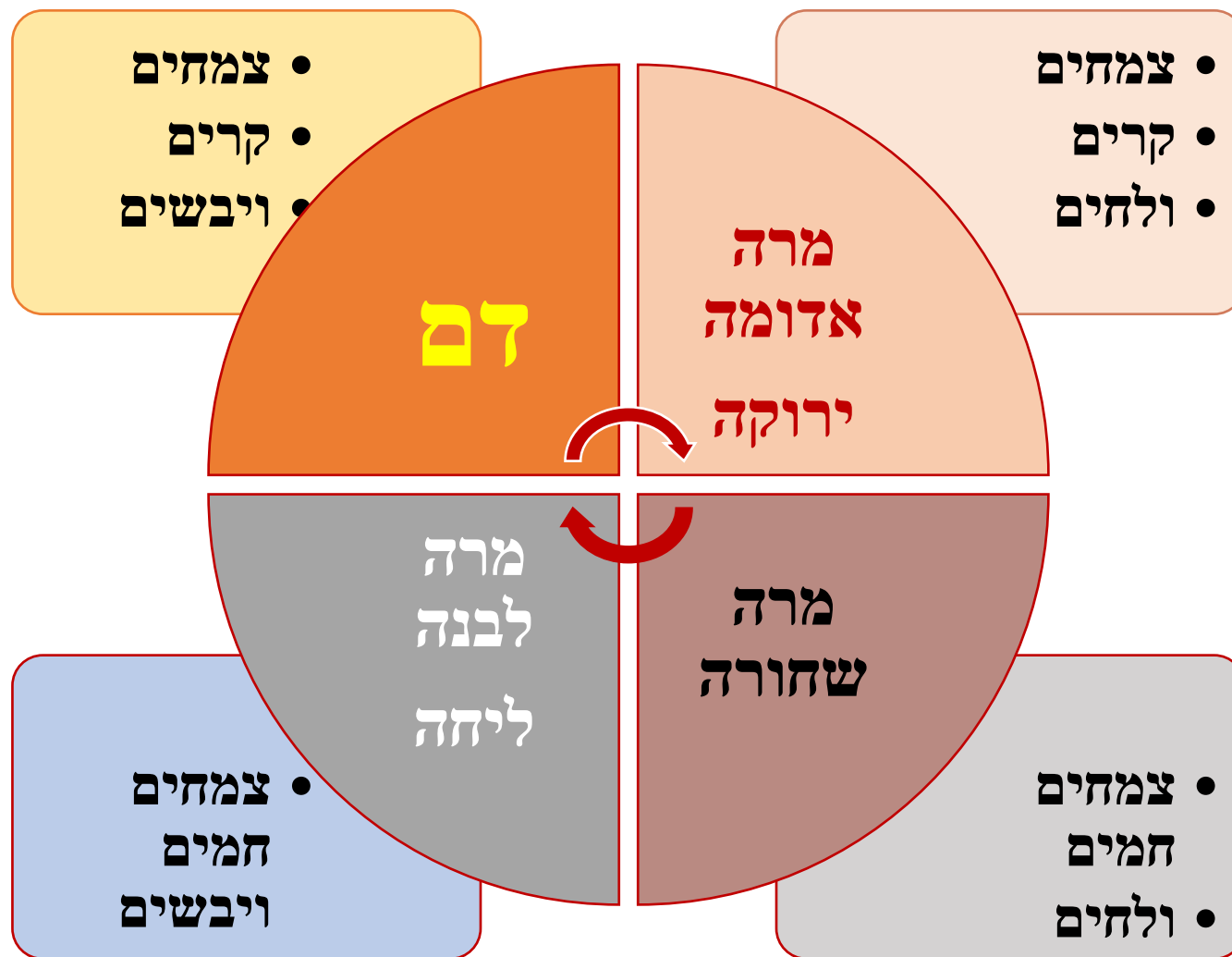
אופן הטיפול עם צמחי מרפא

<u>מרה</u> <u>אדומה</u>	<u>סימניה</u> חמה ויבשה	<u>זמן החום</u> קייץ אביב	<u>טיפול</u> קר ולח	<u>איברים</u> כיס מרה קיבה
<u>הדם</u>	<u>סימניה</u> חמה ולחה	<u>זמן החום</u> קייץ אביב	<u>טיפול</u> קר ויבש	<u>איברים</u> כבד ולב
<u>מרה</u> <u>לבנה</u> <u>הליחה</u>	<u>סימניה</u> קרה ולחה	<u>זמן הקור</u> חורף סתיו	<u>טיפול</u> חם ויבש	<u>איברים</u> ריאות מוח
<u>מרה</u> <u>שחורה</u>	<u>סימניה</u> קרה ויבשה	<u>זמן הקור</u> חורף סתיו	<u>טיפול</u> חם ולח	<u>איברים</u> טחול





צמחי מרפא לטיפול במרות





הרפואה היהודית

מה בין מזונות וצמחי המרפא



- וגדר הסם (צמחי מרפא) הוא מה שיפעל בגוף ומשנה טבעו ומהפך אותו אל
- החמימות אם הוא קר או אל הקרירות אם הוא חם, וכן לשאר הכוחות



- גדר המזון הוא מה שיפעל בו הגוף ויזון ויתהפך (ישנה) חלק מן אבר
- ועל זה הוא מגדל האיברים



הרפואה היהודית – תנאים למתן תרופות

• **התנאים למתן התרופה הם שלושה :**

1- התרופה חייבת להיות בטוחה לפי ניסיון הרופא

2- לתת התרופה בזריזות בהתאם לחומרת המצב

3- התרופה תהיה מותאמת :

א - לסוג המחלה והסימפטומים

ב – ליכולת החולה לקבל אותה

ג- נעימה לטעמו של החולה.





צמחי המרפא לטיפול במרות

שם

• נפתה

• נפית

חלק

• פרחים

• עלים

איכויות

• קר בשנייה

• יבש

בראשונה

• חריף ארומטי

• מעורר, מרגיע

• יסוד : עפר.

התוויה : אל-מזג חם ולח

מצבים של חום התגברות מרה אדומה ודם.

אופייניות : קיבה, מעי עצבים המרכזית, רחם ועור. פעילויות

רפואיות : מקרר העור, מוריד חום, מיזע, מפיג כאבים, פותח סינוסים, מרגיע, נוגד עווית, נוגד דלקת בעור ובמע.

• שימושים רפואיים : למצבי חום ויובש חום

גבוה, צמרמורות, עור יבש, כאבי ראש בגלל גודש בסינוסים, דלקת גרון, מפיג מתח ומרגיע חוסר שקט, מרגיע כאבים ועווית במערכת העיכול, גסטריטיס, תסמונת המעי הרגיש, מרגיע מצבי היסטריה, דיסמינוריה על רקע מתח, דרמטיטיס ואקזמה.

• הכנות : חליטה לבעיות במע' העיכול, טינקטורה למצבי לחץ מרקחת לטיפול עווית ברחם, סירופ לטיפול מחלות במע' העיכול.

• שימושים תיצוניים : שטיפות וגניליות למצבי דיסמינוריה, שטיפות ורטיות לדרמטיטיס ואקזמה והתפרצויות חום בעור.



צמחי המרפא לטיפול במרות



- **יסוד: עפר. התוויה: אל-מזג חם ולח**
אופייניות: ריאות, עור, כליות, שלפוחית.
פעילויות רפואיות: מיזע, מקרר פנים הגוף במצבים של חום מתפרץ, מוריד חום, מייבש לחות בריריות, מפסיק הפרשות, מייבש ליחה, מקרר חום בריאות ומקל על צפצופים, משתן, מנקז נוזלים, מפחית בצקות, מטהר רעלים-דיטוקס, ממיס משקעים בכליות, מטיב מראה העור, נוגד דלקת ומפזר חום בכליות ובשלפוחית, מנקז מוגלה ומרפה ריריות בפה, גרון ועיניים.
שימושים רפואיים: שפעת וחום, סינוסיטיס, דלקת סימפונות ואסטמה, מחלות עור, אקזמה, דלקות בדרכי השתן, דלקת עיניים, דלקת בגרון.
חלקים וסגולותיהם: **פרחים-מיזע**, מייבש ומנקז ליחה, משתן, מוריד חום ודלקתיות. **פירות-מיזע**, משלשל, מחזק תפקוד ריאות, מנקז רעילות ממע' העיכול. **קליפה ושורש-מיזע**, משלשל, נוגד דלקת מפרקים, נוגד דלקת בכליות. **עלה** – מייבש אקזמה חמה ולחה, היפוגליקמי. **הכנות:** **משחה** לעור ולעיניים, **חליטה וטינקטורה** מפרחים לדלקת בדרכי הנשימה. **רטיות ושטיפות** לדלקות עיניים. **סירופ ומרקחת מהפירות** לדלקות במע' הנשימה והעיכול. **מרתח** קליפה ושורש לדלקת מפרקים ודרכי השתן.



צמחי המרפא לטיפול במרות



- **יסוד: אש.**
התוויה: אל-מזג קר ולח מצבים של קור ולחות, התגברות הליחה.
אופייניות: ריאות, כבד, קיבה, מע' הרביה.
פעילויות רפואיות: מכיך, מרכך וממיס ליחה, מרגיע שיעול, פותח מעברי הסינוסים, מחזק תפקוד הסמפונות, משכך כאב, מרגיע צפצופים, משקם אדרנל, טוניק כללי, מחזק תפקוד מע' העיכול, מרגיע בחילות, נוגד דלקת ומשקם ריריות.
- **שימושים רפואיים:** למצבי חום ויובש, שיעול יבש, גודש וכאבים בחזה, צפצופים, ברונכיטיס, אסטמה, תשישות כללית, זיהומים בדרכי הנשימה, דלקת מפרקים, אבנים בכיס המרה, סינוסיטיס, כאבי ראש בגלל התגברות הליחה, הצטננות, שפעת,
- **הכנות:** שמן אתרי ומושרה למחלות נשימה ומפרקים, טינקטורה, מרתח, סירופ, הידרוסול למערכת הנשימה, הרחה, אינהלציה, שטיפות וגרגור לדלקות בגרון, משחה לבעיות מפרקים.
- **שימושים חיצוניים:** אקזמה, גירודים ופסוריאזיס.



צמחי המרפא לטיפול במרות



- **יסוד: אש.**
התוויה: אל-מזג קר ולח מצבים של קור ולחות, התגברות הליחה.
- **אופייניות:** ריאות, קיבה, מעי, רחם, מע' עצבים, אדרנל.
פעילויות רפואיות: מחמם ומייבש ריאות, מכיח, מרכז וממס ליחה, מרגיע שיעול, פותח מעברי הסינוסים, מחזק תפקוד הסמפונות, מייזע, משכך כאב, מרגיע צפצופים, משקם אדרנל, טוניק כללי, מחזק תפקוד מע' העיכול, מרגיע בחילות, נוגד דלקת ומשקם ריריות, מחמם ומייבש מע' העיכול, מנקז גודש בכבד, מפסיק הפרשות, מקדם מחזור, מעלה לחץ דם, מגביר זרימת דם, משקם אדרנל, מחזק תפקודי מוח, מחזק מע' החיסון, נוגד דלקת ומדלל דם..
- **שימושים רפואיים:** למצבי חום ויובש, שיעול יבש, גודש וכאבים בחזה, צפצופים, ברונכיטיס, אסטמה, תשישות כללית, זיהומים בדרכי הנשימה, דלקת מפרקים, אבנים בכיס המרה, סינוסיטיס, כאבי ראש בגלל התגברות הליחה, הצטננות, שפעת, דלקות וזיהומים במע' העיכול, הורג טפילים, אמנוריאה, הפרשות וגינליות, לחץ דם נמוך, חולשת עצבים.
- **הכנות:** שמן אתרי, טינקטורה, חליטה, מרקחת, סירופ, הידרוסול, שמן מושרה, משחה, שטיפות, אינהלציה, הרחה.
- **שימושים תיצוניים:** דלקות בעור, פציעות ונשירת שיער.



צמחי המרפא לטיפול במרות

שם

• אספרגוס

• גבעול

עלים

• שורש

חלק

איכויות

• קר בראשונה

• רטוב בשנייה

• מתוק ומלוח



• **יסוד:** מים.
התוויה: אל-מזג חם ויבש מצבים של יובש רקמות, התגברות מרה אדומה.
אופייניות: ריאות, מעי, מע' הרבייה, כבד, לבלב, דם ונוזלים.

פעילויות רפואיות: מזין לחות שורשית, מלחלח ריריות, מקל מצבי יובש, משפר ראייה, ממיס ליחה יבשה בריאות, מלחלח המעי ומשחרר עצירות. מחזק ומאזן מערכת השתן, מלחלח כליות, מפיג גירוי ריריות. מחזק תפקוד מע' הרבייה ומצבים של אין אונות. משתן מטבולי, מנקז נוזלים ובצקות, ממיס אבנים, מזין דם, מפיג עייפות, משקם תפקוד הלב לב ומאזן סוכר בדם.

• **שימושים רפואיים:** למצבי יובש עצירות כרונית, ברונכיטיס כרונית, התייבשות, דלקת בשתן, דיסוריה וחסימה בדרכי השתן, דלקת מפרקים, גהוט, לקות ראייה, אנמיה, חולשה, סכרת.

• **הכנות:** טינקטורה, מרתח, מרקחת, תחבושות, קומפרסים, משחה, מיץ טרי מעלים.

צמחי המרפא לטיפול במרות



שם

• קומפרי
• סימפוטום

חלק

• עליים
• שורש

איכויות

• קר בשנייה

• רטוב

• בשלישית

• מתקתק, מר,

מכוץ, מייצב,

מזין, משקם

- **יסוד: מים.**
התוויה: אל-מזג חם ויבש מצבים של יובש רקמות, התגברות מרה אדומה.
אופייניות: ריאות, קיבה ומעי, מע' הרבייה, מפרקים ושרירים, עור.
פעילויות רפואיות: מזין לחות שורשית, מלחלח ריריות, מקל מצבי יובש, משפר ראייה, ממיס ליחה יבשה בריאות, מלחלח המעי ומשחרר עצירות. מחזק ומאזן מערכת השתן, מלחלח כליות, מפייג גירוי ריריות. מחזק תפקוד מע' הרבייה ומצבים של אין אונות. משתן מטבולי, מנקז נוזלים ובצקות, ממיס אבנים, מזין דם, מפייג עייפות, משקם תפקוד הלב ומאזן סוכר בדם.
- **שימושים רפואיים:** למצבי יובש עצירות כרונית, ברונכיטיס כרונית, התייבשות, דלקת בשתן, דיסוריה וחסימה בדרכי השתן, דלקת מפרקים, גהוט, לקות ראייה, אנמיה, חולשה, סכרת.
- **הכנות:** טינקטורה, מרתח, מרקחת, סירוף לחום ויובש בריאות, מיץ טרי מעלים, בסלט.
- **שימושים חיצוניים:** תחבושות לעצמות שבורות, רטיות לדלקות עור וכביות, קומפרסים לשטף דם, משחה ושמן לדלקות מפרקים נפיחות ונקע.

תודה רבה מכל הלב



עם חזקת לב