

Анжир ва зайтунни қўшиб ейишнинг фойдалари



11:03 / 13.08.2020 5923

Ал-Азҳар университетининг тиббий бўлими «Шифобахш ўсимлик ва набодотлар» факультетининг раҳбари Тоҳа Иброҳим айтади: Бир гуруҳ япон олимлари «Тийн» сурасини ҳикматини ўрганиш мақсадида тажриба ўтказдилар.

Аллоҳ таоло Қуръони каримда: «**Анжир билан қасам ва зайтун билан қасам**», (*Тийн сураси, 1-оят*) деб бу икки мева номи билан қасам ичди. Сура давомида инсонни энг гўзал суратда яратганини айтди. Кўпчилигимиз айнан анжир ва зайтунни қўшиб истеъмол қилишининг фойдаларидан беҳабармиз. Бу икки мевани алоҳида истеъмол қилишдан кўра бирга қўшиб ейишнинг инсон танасига фойдаси жуда кўп. Улар биргаликда қуйидаги фойдаларга эга:

1. Қондаги холестерин миқдорини камайтиради;
2. Аёлларнинг фарзандли бўлиш имконини оширади;
3. Инсон жисмини чиройли, узоқ ёш ҳолатда туришига ёрдам беради;
4. Қарилик аломатларини камайтиради;

5. Озуқа сифатида қўллашга қулай;
6. Ҳужайралар ўз вазифасини аъло даражада бажаришига сабаб бўлади;
7. Иш қобилиятини оширади, танага қувват бағишлайди;
8. Эркаклардаги жинсий заифликка қарши самарали восита;
9. Юракни қувватлантиради;
10. Руҳий хасталикларга қарши курашади. Инсон ўзини руҳий назорат қилишини осон қилади ва ҳоказолар.

Бундан ташқари япон олимлари «Тийн» сурасини ҳикматини ўрганиш мақсадида тажриба ўтказдилар. Айнан анжир ва зайтун **methalonids** деб номланган моддага бой эканлигини кашф қилдилар. Бу модда инсон организмида 15 ёшдан 35 ёшгача фаол ажралиб чиқади. 40 ёшдан кейин бу модда секрецияси камаяди. Инсон жисмини сура давомида келганидек энг гўзал суратда яратилиши билан бу икки мева зикр қилинишининг ўзаро қандай боғлиқлиги ҳақида ҳеч ўйлаганмисиз?

Япон олимлари анжирда мавжуд бўлган **methalonids** моддасининг таъсири фақат зайтун билан аралашгандагина фаол бўлишини аниқладилар. Энг яхши таъсир даражаси 1 дона анжир, 7 дона зайтун билан истеъмол қилинганда ундаги моддаларнинг таъсир даражаси тенг бўлишини кашф қилдилар.

Қизиғи шундаки, «анжир» сўзи Қуръонда 1 марта, «зайтун» эса 7 марта зикр қилинган. 6 марта айнан зайтун лафзи билан, 7-маротаба «**Ва Тури Сийнодан чиқадиган бир дарахт(зайтун)ни (пайдо қилдикки), у ёғ ва егувчиларга нонхуриш ила ўсур**» (Муъминун сураси, 20-оят) оятида келган. Бу меваларни бирга истеъмол қилиш доим соғлом, ёш бўлиб юришга сабаб бўлади.

«Саломатлик» китоби асосида тайёрланди.