

(İSLAMDA TƏBABƏT (1

<"xml encoding="UTF-8?">

İSLAMDA TƏBABƏT (1)

Allahın adı ilə

Həkim (hikmətli) Allah öz kitabında buyurur: "And olsun əncirə və zeytuna". Keçən söhbətimizdə qeyd etdik ki, Allahın hər bir sözündə hikmət vardır. Ola bilməzdi ki, əncir və zeytun adlarının çəkilməsi mənə verməyəydi, buradfa bir hikmət olmayaydı Allah boş yerə and içməzdi ki, bu iki meyvəyə. Zeytun haqqında keçən sayımızda sğhbət açdıq və gördük ki, həqiqətən də bu bir ilahi nemət imiş, o, insan üçün həm əvəzsiz qida həm də bir çox dərdlərə dəva imiş.

İndi isə Tin surəsində züytunla birlikdə adı çəkilmiş əncir haqqında söhbət edək. Ümumən ənciri hər kəs tanıyır-dadlı bir meyvədir. Amma xəbərimiz varmı ki, əncir dəyərli qida olmaqla yanaşı həm də əvəzsiz dərmanlardan, ilahi ilaclardan biridir. İlahi nemət olan əncirin haqqında 8-ci İmamımız İmam Rza (ə) buyurur: "Əncir olan yerdə başqa dərmana ehtiyac yoxdur". Əgər bu hədisə diqqət yetirsək görərik ki, tibb elminin dərinliklərinə bələd olan İmam Rza (ə) ənciri az qala dərdlərin dərmanı adlandırır. Bəlkə buna görədir ki, Allah-Taala Qurani-Kərimdə əncirin adını hörmətlə çəkir, ona and içir.

Əncir hələ qədimlərdən insanları maraqlandırmışdır,öz ləzzətli dadı, asan həzm olması, şəkəri əvəz edə bilməsi, zəifliyi aradan qaldırması və s. xüsusiyyətlərinə görə Peyğəmbər (s) boş yerə ənciri cənnət meyvələrinə ən yaxın olan meyvə saymamışdır.

Əncirin ağ növü əsasən qida vasitəsi kimi, bənövşəyi rənglisi isə dərman vasitəsi kimi hələ qədimdən insanların diqqətini cəlb etmişdir. Əncirin hər bir növündə

insan orqanizmi üçün faydalı olan bir çox maddələr vardır.

124 min Peyğəmbərin sonuncusu, ən şərəflisi olan Həzrət Məhəmməd (s) buyurur: "Əncir yeyin, o cənnət meyvələrinin oxşarıdır, onun heç bir tullantısı yoxdur, əncirin təzəsi və qurudulmuşu bir çox xəstəliklərdə faydalıdır". Qocalmış və zəifləmiş adamlar əncirdən istifadə edəndə orqanizmi gücə gəldiyini nəzərə alaraq Calinus öz dövründə idmançılar üçün xüsusi əncir dietası hazırlayır. Ümumiyyətlə qədim Roma və yunan pəhləvanları öz yeməkləri arasında əncirə xüsusi üstünlük vermişlər.

Deyirlər, qədim yunan filosofu Əflatun (platon) ənciri o qədər sevərdi ki, müasirləri bunu nəzərə alaraq ənciri filosofların dostu adlandırmışlar.

Filosof Sokrat isə əncirin faydalı maddələri cəzb edən və zərərli maddələri orqanizmdən xaric edən bir meyvə olduğunu söyləmişdir.

Bu ilahi nemətin kimyəvi tərkibinə nəzər saldıqda görürük ki, Allah kiçik bir meyvədə insan üçün gərəkli olan nə qədər maddələr qərar vermişdir: şəkər,albumin, orqanik turşular, karotin (provitamin a), unlu maddələr, A, B2, C, D vitaminləri, kalsium, dəmir, natrium, maqnezium, xlor, kükürd, fosfor, brom.

Ənciri dərib səbətə və ya parça üzəridüzüb günəş şüaları altında saxladıqda onun şəkərliyi xeyli artır və deyirlər, belə əncirdən hörpələr üçün təbii qənd kimi istifadə etmək çox faydalıdır. ,Əncirdən dadlışərbət gazırlamaq olur, bunun üçün ənciri bir qaba yığıb üzərini örtənə qədərsu əlavə edir və tam bişirirlər, bir neçə gün saxladıqdan sonra onu süzür, alınan mayenin yarısı qədər bal qatıb işlədirlər. Bunu qurudulmuş əncirdən də hazırlamaq olar. Əncir şərbəti uşaqlar üçün mədə yumşaldıcı vasitə kimi işlədilir. Bu şərbət böyüklərdə böyrəkləri isti saxlamaqla yanaşı soyuqdan yaranan bel ağrısına da çox kömək edir. Əncir tez və asan həzm olan meyvədir, onu acqarına yemək çox faydalıdır,əncir həzm asanlaşdırır və gücləndirir, iştahanı artırır.