

(İSLAMDA TƏBABƏT (4

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

İSLAMDA TƏBABƏT (4)

İmamlar atası Əmirəl- möminin Əli (ə) alma haqqında buyurur: "Alma yemək mədəni gücləndirər, alma yeyin".

Alma yemək (gündə bir ədəd) həzm prosesini tənzimlər, kökəlmənin qarşısını alar. Alma mədə şirəsi üçün də çox faydalıdır.

Alma yemək və onu iyləmək sinir sisteminin pozulması zamanı müsbət təsir göstərir, beyni açar, onun fəaliyyətini gücləndirər.

Bu ilahi nemət orqanizmi toksinlərdən –zərərli maddələrdən təmizlər. Qabıqlı yeyilən alma isə orqanizmdəki zərərli mikrob və bakteriyaları məhv edər.

Gündəlik iki alma yemək insanın sifətini ağardar və gözəlləşdirər. Bu baxımdan sifəti alma suyu ilə silmək daha faydalıdır. Alma yemək dəri xəstəliklərində də müsbət təsir göstərir.

Bu ilahi nemətin gözəl xüsusiyyətlərindən biri də böyrəklərin fəaliyyətini gücləndirməkdir. Qurudulmuş alma qabığı isə güclü sidikqovucu olmaqla yanaşı, həm də böyrək daşlarını tökür. Bronxit və anginaya qarşı da alma dəyərli dərmanlardan biridir. Alma tumlarını heyva tumu ilə birlikdə əzib qaynadır, səhərlər süzüb bal ilə qarışdıraraq boğazı qarqara etmək və içmək xüsusən faydalıdır.

Əgər almanın içərisini çıxararaq oraya zəfəran doldurub iylənsə o, ürək döyüntüsünün qarşısını alar. Bu xüsusiyyəti almaya onun tərkibindəki qlukoza və fruktoza verir. Almanı, ümumiyyətlə, ürəyin köməkçisi saymışlar, o, ürək

xəstəliklərində və qan damarlarının təmizlənməsində, qanda xolesterinin miqdarını salmaqda ən dəyərli vasitələrdən biridir.

Alma bağırsaq parazitlərini və qurdlarını tökməkdə də böyük əhəmiyyət kəsb edir. Bunun üçün alma tumları balqabaq tumları ilə əzilib qaynadılır, səhərlər süzülərək 1 həftə ərzində (yeməkdən 1-2 saat əvvəl 1 çay bardağı içilir.

Almanı ac qarına yemək ağız boşluğundakı yaraları müalicə edər, dişləri təmizlər, ağızda gözəl qoxu yaradar. Alma yemək hətta, sarımsaq qoxusunu belə aparar. Alma yemək qastriti müalicə edər, onu əzib balla qarışdıraraq (1 alma-1 xörək qaşığı bal) səhərlər ac qarına yemək ilə mədə yarasını sağaltmaq olar.

Alma qaraciyərin fəaliyyətini gücləndirir, sarılığı müalicə edir. İnsanda bu meyvənin müsbət təsir göstərmədiyi bir orqan yoxdur.

Alma kimyəvi tərkibinin bolluğu sayəsində vitamin çatışmamazlığı zamanı ən çox tövsiyə olunan qidalardan olmaqla bərabər, xəstəliklərdən sonrakı halsızlığı və qan azlığını da aradan qaldırmaqda (istər bütöv şəkildə, istərsə də, şirə şəklində) müvəffəqiyyətlə işlədilir. Almanın tərkibindəki A vitamini onu görmə qabiliyyətini gücləndirən dərmanlar sırasına çıxarır. Almadan hazırlanmış şərbət mədə və ürəyi qüvvətləndirir, susuzluğun, ürək döyüntüsünün, tənq nəfəsliyin, ürək bulantısının qarşısını alır. Bu baxımdan alma mürəbbəsi də çox faydalıdır. Alma çiçəyindən hazırlanmış mürəbbə isə ürək zəifliyi və beyin üçün faydalıdır. Onu yarımbarı qızılgül ləçəkləri ilə qatıb bişirirlər. Alma bəhməzi isə ürəyi qüvvətləndirir. Qan təzyiqini tənzim edir və ödənin sürətli ifrazatını yatırır, ürəkbulanma və mədə pozulmasının qarşısını alır. Alma bəhməzini almaq üçün onu soyur, tumlardan təmizləyir, şirəsi çıxarılır. Alınan şirə 41 qalana qədər odda bişirilir.

Bu ilahi nemətin, hətta yarpaqlarında da Allah insanlar üçün şəfa qərar vermişdir, belə ki, onu qaynadıb balla qataraq zəhərlənməyə qarşı işlədirlər.

İmam Cəfər Sadiq (ə) buyurur: "Zəhərlənməyə qarşı alma şirəsi və qurudulmuşundan faydalı bir şey görmürəm, ilan və əqrəb sancan şəxslərə alma suyu verin".

Bir dilim almanı arı sancan yerə qoymaq, ağrının və iltihabın qarşısını alır. Bişirilmiş alma çibanların üzərinə bağlanarsa, gözəl təsir göstərir.. Müdriklərin nəzərində alma qədimlərdən cism və ruhun qidası adlandırılmışdır. O, güclü qida maddəsi olmaqla bərabər həm də əzələ və sinir sistemini möhkəmləndirir, gözəl əhval-ruhiyyə yaradır. Bununla bərabər, oynaq ağrıları, revmatizm və s. xəstəliklərdə, qida borusunun xəstəliyində alma əvəzsizdir.