

Pygamber tebiþçiligi: Si, Jim, Ha

Category: Kitapcy, Medisina, Sözler

написано kitapcy | 23 января, 2025

Pygamber tebiþçiligi: Si, Jim, Ha ■ «Si» harpy: ث

ثوم Sarymsak. (Allium sativum). Gyzgyn-gurak tebigatly. Içege agyrysny, ýellenmäni aýyrýan oňat serişde. Sargy hökmünde ulansaň deridäki ýaralary bitirýär. Ony iýmek suw üýtgemesinde (suw üýtgän çaglari) peýdaly. Aýbaşynyň akmagy, düwünçegiň ýoldaşyny agyrysyz çykarmak, kelleagyry, göz kesellerini bejermekde ulanylýar.

Bir hadysda: «Eý, Aly, sarymsagy çigligine iý. Eger ýany-ma perişde gelmeýän bolsa, menem sarymsak iýerdim» diýilýär. Başga bir hekaýatda bolsa Alynýň: «Resulalla sarymsagy bişirmän iýmekligi gadagan etdi» diýen sözleri getirilýär.

Sarymsak sowuklama bilen kesellänlere, sowukganly, ýarpy göwresi şel bolan adamlar üçin örän oňat iýmit. Içegede dörän agyryny, ýellenmäni aýyrýar. Sowuklama kesellerinde, awuly haýwanlar çakanda zäheriň garşysyna iň oňat serişde. Owradylan sarymsagy ýylan ýa-da içýan çakan ýerine sargy edip ýapsaň tiz şypa berer. Ol bokurdak agyrysyna peýdaly we gakylyk goparyjy serişde hökmünde bellidir. Bulardan başga-da onuň örän köp peýdasy bar.

Enes: «Bu miwäni iýen kimse metjidimize golaýlaşmasyn» diýdi. Sarymsagyň agyzda galan ýakymsyz ysny porsuja (porsukert سذاب) otuny çeynemek bilen aýryp bolýar.

ثلح و جليد Gar we buz. Olary iýmek aşgazana we bagra örän zyýanly. Esasanam bu saly gowşak, ejiz adamlara ýiti täsir edýär.

■ «Jim» harpy: ج

جبـن Ýag. Täze ýaglaryň tebigaty sowuk-çygly. Köne ýaglaryň tebigaty gyzgyn-gurak bolýar. Iň oňady şol ikisiniň

aralygyndaky ýagdyr. Täze ýag örän ýokumly we semrediji bolýar. Duzly ýagy köp iýmek teniňi arrykladýar, ýöne jynsy höwesiňi artdyrýar.

Ümmi Selme Pygamberimize gowrulan ýag eltendigini, Pygamberimiziňem ony iýip, täret almazdan namaz okandygyny gürrüň berdi.

Gowrulan ýag aşgazan-içege ýaralaryny bitirmekde we içgeçmä garşy iň oňat serişdedir.

جرير Ajybalgaz. (Nasturtium officinale). Tebipler oňa «Äşäniň oty» diýibem at berýärler. Ajybalgaz gyzgyn-çygly tebigatly ösümlük bolup, jynsy gatnaşyga bolan höwesiňi joşurýar. Bu ot hakynda Pygamberimiz: «Ajybalgaz ýaramaz gök önümdir. Göwnüme bolmasa, ol dowzahda bitýän ýaly» diýipdir.

جراد Çekirtge. Gyzgyn-gurak tebigatly, ýokumlylygy az bolan haýwan. Çekirtgäni yzygider iýip ýörmek horluk derdine uçradýar, süňňüňi arrykladýar. Ibn Abu Awfy: «Biz Pygamberimiz bilen ýedi jeňe gatnaşdyk, iýmitimiz hem çekirtgedi» diýdi. Bu hakynda Omar: «Gowrulan çekirtge iýesim gelyär» diýse, Enes: «Pygamberimiziň aýallary bir-birege çekirtge sowgat ederlerdi» diýdi.

جزر Käşir. (Daucus). Bu ösümlükde ýellendiriji we gyzgynlyk ýaly täsirler bar. Käşir nahara bolan işdäňi açýar. Käşir tohumyny içmek aýbaşyň we peşewiň agyrsyz akma-gyna peýda berýär.

جمار Hurma maňzy. Ak reňkli, sowuk-gurak tebigaty bolan, içgeçmäni saklaýan we haýal siňýän miwe. Ibn Omara salgylanyp aýtmaklaryna görä, Pygamberimize hurma maňzyny getirip berenlerinde: «Ynsanlaryň arasynda musulmana nähili hormat edilen bolsa, daragtlaryň arasynda-da hurma agajyna aýratyn bereket berlendir» diýipdir.

جوز الطيب Muskat hozy. (Juglans muscus). Gyzgyn-gurak tebigatly. Durkuňy saklamakda, agzyňda ýakymly ysyň döremeginde peýdalanylýar. Onuň ukladyjy täsiri bolup, ada-ma

edýän täsiri haşhaş samanyňky ýalydyr. Işsiz adamlar wagtyny hoş geçirmek üçin, onuň üstüne zagpyran we şeker goşup ulanypdyrlar. Muskat hozy nahary tiz siňdirýär, ýöne ony aşa köp ulanýanlaryň tiz zaýalanma-gyna sebäp bolýar.

جوز الهند Kokos hozy. Hindi hozy. (Juglans indica). Gyzgyn we çygly tebigatly. Jynsy höwesiň artmagyna ýardam berýär. Ol edil kedr hozy ýaly täsir edýär.

جوز Hoz. (Juglans regia). Gyzgyn-gurak tebigatly. Kähalatlar kelleagyryň döremegine getirýär. Aşgazan üçin ýaramsyz, siňmesi agyr bolan ösümlük. Hozuň ter-täze miwesi guran miwesinden has peýdaly. Ary baly bilen garylan hoz bokurdak agyrlaryny aýyrýar.

Ibn Sina: «Injir, hoz we porsuja otuny iýmek ähli zäheriň garşysyna dermandyr» diýdi.

Diskorit hem edil şonuň ýaly aýtdy. Ol: «Eger heläk edi-biljek zatlardan öň ulanylsa gorap saklar, soň ulanylsa zäherini aýrar» diýdi.

Muhezzepden rowaýat etmeklerine görä, «Mansuryň ýany-na giremde, onuň hoz bilen ýag iýip duranyňy gördüm. «Bu näme?» diýip soranynda, ol maňa bakyp: «Kakam maňa atam-dan eşidip gürrüň berdi. Ol hem Pygamberimiziň hoz bilen ýag garyp iýip duranlygyny görüpdür we onuň nämeligini sorapdyr. Şonda Pygamberimiz: «Ýag bir dert, hoz hem bir dert. Iki dert birleşse derman bolýar» diýipdir.

■ «Ha» harpy ح

حبة سوداء Garaçörek. (Nigella). Buhary oňa ikinji derejeli, gyzgyn-gurak tebigatly ösümlük diýdi.

Abu Hureýreden eşidip, şeýle rowaýat etdiler: «Size garaçöregi ulanmagy maslahat berýän. Onda ölüm awusyndan özge ähli kesele şypa bardyr».

Arap dilinde «Habbatus-söwda» diýilýän, garaçörek ösümligini parsça «Şowniz» atlandyrýarlar. Al-Jeremi Hasandan eşi-dip, ol ösümligiň gorçisadygyny (خردل hardal, sary-güllü ösümlük) aýtdy. Hyrawy bolsa onuň terpentin (batam, بطم hwoýaly

agaçlardan alynýan smolaly jisimleriň garyndysy) agajyndan başga zat dældigini aýdypdyr.

Abdyllyatyp: «Şowniz» garaçörekdir. Oňa «hindi tmini» hem diýilýär. Onuň saglyga berýän peýdasy çaksyz köpdür. Şo-nuň üçin onuň ähli derdi-belany aýyrýan kämil dermanlygy hakdaky gürrüňler köp ýaýrady. Elbetde bu ýerdäki «ähli derde derman» diýen söz, onuň ähli derde däl-de, örän köp derde dermandygyny aňladýar. Allatagalanyň «Ol ähli närseden ba-gyş edilen » diýen sözleri hem muňa mysaldyr.

Şu dermanda hem şonda aýdylyşy ýaly kesel bejeriji täsir köpdür. Elbetde munuň anygyny Alla we onuň resuly Muham-met pygamber bilýär. Biziň ylmymyz oňa ýeterden ejiz. Pygamberimiziň bu hakda agzap geçmegi onuň: « Säher turup, ýedi sany hurma bilen ertirlik edinýän adama şol günüň do-wa-mynda zäher we jady täsir edip bilmez» diýşi ýaly ýa-da «Elbetde siňegiň bir ganatynda zäher, beýleki ganatynda şypa bardyr» diýip aýdyşy ýalydyr. Sebäbi biz muny eşitsegem, onuň nädip şeýle bolýandygyna akylymyz çatmaýar. Şunuň ýaly zatlar örän köp bolup, bu habarlaryň ählisi Pygambberimiziň keramatyna nyşandyr.

Garaçörek (şowniz) – sowuklama bilen bagly ähli kesellere peýdaly. Oňa özge zatlaryň käbirini goşsaň welin gyzgynlyk bilen bagly dertleri hem tiz bitirýär. Bu edil tebipleriň zagpyranyň üstüne kamfara dänesini goşup ulanyşy ýalydyr. Garaçörek ýellenmäni, heýwere keselini aýyrýar, dört günden gaýtalanýan gyzzyrmany bejerýär. Burun dykylmasyny açmakda, bokurdak mázleriniň çişmesiniň aýrylmagyna, ýeli çykaryjy hökmünde, çygly aşgazany guratmakda, peşewiň, aýbaşynyň we süýdüň kadaly hem agyrysyz akmagynda giňden ulanylýar. Ony sirke bilen garyp, garnyň üstüne sargy edip ýapsaň «kädi çigidi» (حب القرع) diýilýän aşgazan gurçugyny öldürýär. Güýçli ýoňlamany, dümewi bejerýär. Onuň sykylyp alnan ýagyny ysgamak ruhy ke-sellerini bejermekde peýdaly. Siňňili we haly aýyrmak üçin giňden ulanylýar. Ony sürtesen saçyňy we sakgalyňy tiz ösdüýär, saç agarmasynyň önüni alýar. Tmin gaýnadylan suwdan bir mysgal alyp içmek demgysmany aýyrýar, möý çakanda zäherini ýok edip, şypa berýär. Her günde tmin gaýnadylan suwdan 2

dirhemlik içmek it dişlemesi zerarly dörän agyryny aýyryp, heläk bolmakdan gorap saklaýar. Ony tütetmek mör-möjekleri, çybyn-çirkeýi gidirýär. Tmini çörek bilen iýmek iç ýellenmesini aýyrýar, kelleagyry, ysmaz, ýüz ysmazy (gyşar-masy) ýaly dertlere peýda berýär, çakyzaň tutanda, pulsuň işleýşini gowulandyrmakda, bürme keselini (سُبات), huşsuzlygy, başaýlanmany we bokurdak mázleriniň çişmesini bejermekde iň oňat serişde. Tminiň peýdalary örän köpdür. Onuň ählisini bilmek isleýänlere tebipleriň ýazyp giden uly eserlerini okamagy maslahat berýän. Sebäbi şol kitaplarda tminiň peýdasy hakynda bu kitaba sygmajak örän köp peýdalar beýan edilen. Şol ösümligiň şeýle peýdalydygy hakynda tebipler bilen bolsa, onda ol hakynda Pygamberimiz, gör nämeleri bilendir? Öňki ötenleriň az sanly ylmy öňki-soňkyň serweri bolan Pygamberimiziň ylmynyň ýanynda hiç zatdyr. Goý oňa, onuň maşgalasyna we dost-ýaryna kyýamat gününe çenli hemişelik salawat bolsun!

حب الصنوبر Kedr hozy. Gyzgyn-çygly tebigatly, ynsan tohumyny artdyrýar. Turşy nar bilen garyşdyryp ulansaň zäher-lenmä garşy oňat serişde bolup hyzmat edýär.

حرف، حب الرشاد Salat. Kres-salat. (Lactuca sativa). Gyzgyn gurak tebigatly ösümlük bolup sowuk howa sebäpli dörän ganly içgeçme keselini bejerýär, jynsy höwesiňi oýarýar. Kres-salaty tütedip ýakmak mör-möjekleri, çybyn-çirkeýleri giderýär. İçegeleriň ýellenmesini, aşgazanda döreyän agyryny, sanjyny aýyrýar. Kres-salat edil gorçisa (خردل) ýaly täsir edýär. Pygamberimizden rowaýat etmeklerine görä: «Iki zatda şypa bardyr: Biri sabyrlylykda, ýene biri kres-salaty peýdalanmakda» diýipdir.

حصرم Gök üzüm (bişmedik). (Vitis vinifera). Sowuk-gurak tebigatly bolup, öt bilen (safra) baglanyşykly keselleri bejerýär. Üzümiň sykylyp alnan suwy içgeçmäni we gusmany aýyrmakda iň oňat serişdedir. Jynsy höwesiňi oýarýar. Sykylyp alnan üzüm suwuna narpyz ýa-da burç garyp içmek ýürek bulanmany dessine kesýär.

حريـر Yüpek. Gyzgyn-gurak tebigatly bolup, iň oňady tebigy, entek önüme öwrülmedik işlenilmedik yüpekdir. Ol endama ýakymly bolup, yüpek geýimleri geýmek bitiň döremegine päsgel berýär. Bu pikir Ibn Sinanyň «Yüpek geýim geýmek bitleri döredýär» diýen sözünüň tersinedir.

Buharynyň we Müslimiň rowaýat etmegine görä, Pygamberimiz Ibn Awfa we Zübeýda yüpek eşik geýinmäge rugsat beripdir. Çünki olaryň endamynda gijilewük bar eken. Başga bir rowaýatda bolsa söweş möwsümünde ol ikisiniň bitden, büreden zeýrenip Pygamberimize şikaýat edenligi, Pygamberimiziň bolsa olara yüpek eşik geýinmäge rugsat berenligi aýdylýar.

Yüpek eşik geýinmek gara öthaltanyň (söwdaýy) zyýanly zäheriniň bölünip çykmagyny azaldýar, ýürek-damar keselleri-ni bejerýär, olaryň işleýşini güýçlendirýär. Yüpek geýim geýmek erkeklere gadagan edilen zatdyr.

Başga bir hadysda aýdylyşyna görä, gadagan (haram) edilen zatlary derman hökmünde peýdalanmaga rugsat berlipdir. Şa-pygy mezhebinde gijilewük we ýene-de birnäçe derdi bejer-mek üçin yüpek geýinmeklige rugsat berlen. Emma Ymam Mälík ony gadagan etdi, belki-de onuň ýeterlik delili bolmagy mümkin.

Abu Musadan rowaýat etmeklerine görä, Pygamber alaý-hyssalam: «Allatagala altyny we yüpegi ymmatymyň zenanlaryna halal edip, erkeklerine haram etdi» diýipdir. Abu Der-da-dan eşidip, gürrüň bermeklerine görä, Pygamberimiz: «Allata-gala derdi we dermany bile iberdi. Her derdiň özüne derman ýaratdy. Özüňizi şolar bilen bejeriň, ýöne gadagan edilen zat-lara ýüz urmaň» diýipdir. Pygamberimiziň: «Özüňizi bejeriň» diýen sözi buýrukdyr.

Onuň gadagan edilmesi şol zadyň haramlygyna delildir.

Pygamberimiz hem saglygyny bejerdýärdi. Bu hakda Abu Hüreýreden eşidenler «Halal zat bilen özüni bejerene şypa bardyr. Haram bilen saglygyna seredene Hudaý şypa bermez» diýdi. Başga bir hadysda: «Pygamberimizden «şerap-çakyrd şypa barmydyr?» diýlip soralandy, «Ol derman däl-de, dert» diýipdir.

Abu Hüreýre: «Hapa zatlar bilen özüňi bejermegi Pygam-berimiz gadagan etdi» diýdi. Ibn Agraby «hapa», «hapysa» diýen söze

düşündiriş berip, şeýle diýdi: «Arap dilinde hala-nylmaýan zada hapa, hapysa diýilýär. Eger «hapa söz» diýilse ol sögünçdir, «hapa millet» diýilse kapyrlardyr, «hapa tagam» diýilse gadagan edilen, haram bolan tagamlar göz önünde tutulýar. «Hapa şerap» bolsa zyýanly içgi diýildigi».

Osman ibn Abdyrahman: «Bir tebip Pygamberimiziň ýanyn-da gurbaganyň derde dermandygyny ýatlady. Pygambe-rimiz hem bize gurbagany öldürmegi gadagan etdi» diýdi.

Taryk ibn Suweýd Pygamberimize garap: «Eý, Resulalla, biz öz topragymyzda bitýän üzümleriň sykylyp alnan suwuny içýäris» diýende: «Ýok, beýtmäň» diýipdir. Taryk ýaňky sözünü ýene gaýtalap: «Biz onuň bilen syrkawlaram bejeryäris» diýende, «Ol şypa däl-de, derdiň özüdür» diýip, Pygamberimiz jogap beripdir.

Hattaby: «Üzüm şerabyny içmekligiň günädigi üçin, Pygamberimiz ony «dert» diýip atlandyrdy» diýdi. Meniň pikirimçe onuň aýdan bu sözünde peýda ýokdur. Sebäbi üzüm şeraby hakda soran adam ony içmegiň günädigini bilmän duranokdy. Ol diňe şonuň tebigy peýdasy hakda soraýardy. Pygamberimiz bolsa ony inkär etdi. Herki zadyň dogrusyny Alla bilýär. Ýöne käbir keseller üçin onuň (gutulgysyz) dermandygy mälim. Pygamberimiz ony dünýä durmuşyndan aýryp ahyrete, tebigatdan aýryp şerigata baglap aýdypdyr. Käbir kimseler, arak-şerabyň haram edilendigi üçin Allatagala onuň dermanlyk täsirini aýrypdyr diýýärler. Anygyny Alla bilýär.

Kapyrlar, bozuk, ýaramaz we günäli adamlar ony öwüp aňrybaş derejä ýetirdiler.

Arak-şeraby gadagan edip, bizi yslam ýoluna gönükdirmegi, Hudaýyň bagyş eden nygmatlarynyň biridir. Ony gadagan etmekde biziň dinimiziň kämilligi we Hudaýyň bize bolan mähri ýatyr. Ony içip ýörmek Hudaýyň bizde ýaradan kämil zatlaryny gidirer, ol akyldyr. Eger ony satyn alyp bolýan bolsa, ähli ruhlar baýlygy däl-de, şony gazanmak üçin jan ederdi. Arak-şeraby içen adam onuň zyýan-zelelleriň dessine duýup başlar. Kim ondan içse erkini giderer we ýaramazlykdyr gadaganlyklara baş urar. Haram edilen jynsy gatnaşyga ýüz urar, hatda akylyny aldyryp, haram gatnaşygy halal saýar. Ondaky ähli

ýaramazlyklary, egin-başa buşugyp ýörmek, ýorgan-düşege, köýnek-geýime gusmak ýaly zatlary özüne endik edi-ner. Hudaýyň şonuň ýaly gadaganlyklarynyň biri bolan – özüňe kast etmeklige çenli alyp barar. Çakyry çakdanaşa köp içeniň şol zerarly ýogalmagy mümkin, ýa-da birnäçe günläp iýgisiz, içgisiz, özüne gelip bilmän gyzdyryp ýatar. Köp bendeleriň duçar bolan şol belasyndan Hudaýyň özi öz mähri bilen saklasyn! Eger şu aýdylanlara sähelçe gümanyň bolsa, onda alymlardan sorap görmegiňi maslahat berýärin.

حلبة Boýdäne. (Trigonella). Gyzgyn-gurak tebigaty bolan ösümlük. Ony gaýnadyp içmek aýbaşyň agyrysyz we ýeňil ak-masyňa peýda berýär. Aşgazan-içege ýollarynda dörän sanjyny aýyrýar. Ony iç ýuwmada hem, gaýnap hem ulanyp bolýar. Bu ot hakda Pygamberimiz: «Boýdänede ne-neňsi peýdaň bardygyny bilselerdi, ymmatym ony agramyna gyzyň berip, satyn alardy» diýdi.

Onuň esasy häsiýetleriniň biri agzyňda ýakymly ys döred-ýär, deri we peşew sebäpli ýüze çykan ýaramaz, porsy ysyň deregine jana ýakymly hoşboy ys berýär.

حلووي Halwa-süýji. Eger onuň düzüminde şeker köp bolsa, ol gyzgyn-çygly önümlere degişli. Ol bogaz çişini bejerýän serişde hökmünde belli, üsgülewige peýdalydyr. Halwa örän ýokumly iýmit bolup, eger onuň düzüminde ary baly bar bolsa, öt haltasynda (söwdaýy) agyry-derdi bolan adamlary bejermek üçin iň oňat serişdedir.

Äşe hem Pygamberimiziň halwany we baly halaýandygyny aýdypdyr.

حوي الخبيصة Habys halwasy. (ýag we hurma garylyp ýasal-ýan süýji) öt bilen baglanyşykly keselleri, inçekeseli bejerýär. Ol ukusyzlykdan ejir çekýänler üçin iň oňat şypadyr.

حمص Nohut. (Cicer). Gyzgyn-çygly tebigaty bolan ösümlükdir. Gara nohut ýokumlylygy we şypa beriji täsiri taýdan gyzyň nohutdan güýçli. Gyzyň nohut bolsa ak nohutdan ýokumly hasaplanýar. Nohut käteler içde ýellenmäni döredýär. Ol jynsy höwesiňi oýandyrmakda, ynsan tohumyny, zenan süýdünü

artdyrmakda, reňkiňi gowulandyrmakda iň oňat serişdeleriň biri hasaplanýar. Hamyr ýugurmakda hamyrmaýa nähili orun tutýan bolsa, nohudyň ynsan süňňüne edýän täsiri, berýän peý-dasy hem edil şonuň ýalydyr. Tebipleriň aýtmagyna görä, «Jynsy gatnaşyga taýyn bolmak üçin 3 sany zat zerur. Şolaryň ählisi nohutda bardyr».

حمام و حشي Gögerçin. Tebigatynda çyglylyk az bolan guş. Gögerçin jüýjesiniň tebigaty has çygly bolýar. Gögerçin eti jynsy gatnaşygyň güýçli bolmagyna uly kömek berýär. Gany-gyzgyn ýa-da guduzlama keseline duçar bolanlara gögerçin etini bişmedik gök üzüm bilen bile iýdirmeli. Eldekileşdirilýän gögerçinleriň eti gurusma, damar çekme kesellerine, sandyramasy bolan adamlara, igleme derdi bolanlara oňat şypa hökmünde tanalýar.

Hüseyinden eşidip aýtmaklaryna görä, gije höwürtgesinde ýatan guşy örüzmeli däl, çünki gije olar üçin dynçlyk çagydyr.

حمار و حشي Gulan. Gyzgyn-gurak tebigatly haýwan bolup, onuň etini iýmek ganyňy goýaldýar. Bil we böwrek agyrysyny bejermek üçin onuň ýagy oňat dermanlaryň biri hasaplanýar. Abu Katadanyň gulan awlamakda meşhurlyk gazanandygy hakda aýdýarlar, emma Pygamberimiz öýde saklanýan gulanyň etini iýmegi gadagan edipdir.

حنظل Türşek. (Citrullus colocynthis). Gyzgyn-gurak tebigatly, onuň dänesini we paçagyny iýmekden gaça durmaly. Gyrgyçdan geçirilen türşek bilen pisse maňzy garylyp alynýan ýagyň şypa beriji täsiri bar. Biýarasynda ýekeje miwesi bolan türşek jana howp salyjydyr.

Resulalla: «Ikiýüzli adamlar edil türşek ýalydyr, olaryň ysy ýok, tagamy bolsa ajydyr» diýdi.

حنطة Bugdaý. (Triticum aestivum). Gyzgyn tebigatly, çyglylygy we guraklygy kadaly bolan ösümlük. Ony gowrup iýseň, aşgazanda we içegede gurçugyň döremegine, içiň ýellenmegine getirýär. Ony degirmende un edilip üwelenden soňra birnäçe gün garaşyp, soň hamyr edip, bişirip iýmek gerek.

حناء Hyna. (Lawsonia). Sowuk-gurak tebigatly. Ony gyzgyn tebigatly ösümligem hasaplaýarlar. Agyzda we agyz boşlugynda dörän ýaralary bitirmekde, agsyl (قُضَاع) derdini bejermekde, gyzgyn çişleri ýatyrmakda peýdalanylýar. Hynanyň gaýnadylyp alnan suwuny ýanan ýere çalsaň tiz bitirýär. Ondan alnan boýag saçyňy gyzardýar we oňat täsir edýär. Dyrnaklaryň döwürmeginiň önüni alýar. Kese-liň başlangyç döwründe hyna bilen boýansa, mama bilen kesellän adama mama golaýlaşmaz we asla ýokaşmaz. Özem bu synag edilip görülen zat.

Ümmi Selme şeýle rowaýat etdi: «Resulalla bir ýerine ýara çykça ýa-da eline tiken batsa hökman hyna çalnardy». Buharynyň «Taryhynda» şeýle diýilýär: «Başym agyrýar diýip Pygamberimize ýüz tutanlara gan aldyr, aýagym agyrýar» diýen-lere hyna çalyn (boýan!) diýen sözlerden başga zady aýtman-dyr».

Abu Hüreyre hem Pygamberimiziň: «Ýehudylar we tersalar hyna çalynmaýar. Siz olaryň tersine boluň» diýenini aýtdy.

Ahmet ibn Hanbal: «Ähli – kitaba (hristianlar we ýahudylar) meňzejek bolup çal saçyny üýtgetmeýänleri halamok». Pygamberimiz: «Çal saçyňyzy üýtgediň, ýöne ähli-kitaba meňzemäň» diýdi.

Ahmet: «Ýekeje gezegem bolsa hyna çalnyp gör. Ýehudy-lara meňzemezlik üçin hyna çalynmagyňy isleýäris» diýdi.

Abu Zerden eşidip aýtmaklaryna görä, Pygamberimiz: «Garrylygyňyzy hyna bilen üýtgetmek iň oňat emdir» diýipdir.

Abu Rafyg Pygamberimiziň ýanynda otyrka, onuň eli bilen başyny sypap: «Size boýaglaryň serweri bolan hynany ulanma-gy maslahat berýäris. Ol jana ýakymly we jynsy höwesiniňizi güýçlendirýän zatdyr» diýenini gürrüň beripdir.

Enes: «Hyna çalynyň, ol siziň juwanlygyňyzy, görküňizi we jynsy höwesiniňizi artdyrar» diýdi.

Muwaffak Abdyllyatyp: «Hynanyň reňki ýakymly (ýuwan) gyrmyzydyr. Ol söýgi güýjüni heýjana getirýän, atyr ysly zatdyr. Ötüp giden adamlaryň hemmesi diýen ýaly hyna bilen boýanardy. Mysal üçin Muhammet Hanapyýa, Ibn Sirin we başga-da birnäçeler şeýledir. Abu Bekr, Omar, Abu Ubeýde dagylaram hyna çalynýan eken. Ibn Omar bolsa hyna bilen sakgalyny sary reňke boýapdyr» diýdi.

Ümmi Selmäniň Pygamberimiziň, saçyndan bir taryny öz-lerine görkezendigini, onuň hem hyna we nil boýag bilen boýalandygyny gördük diýip, Buharynyň kitabynda ýatlanylýar.

Enes hem Pygamberimiziň boýalan saçyny görüpdir. Indi Ümmi Selmäniň «Resulalla bir ýerine ýara çykça ýa-da eline tiken batsa, hökman hyna çalnardy» diýen sözlerinde durup geçeliň.

Elbetde, ýarany bejermek üçin, täze etiň ösüp çykmagy üçin, ondaky çyglylygy guradýan serişdeler gerek. Hyna hem ýaraly ýerde etiň ösmegine päsgel berýän çyglylygy guradýar. Tiken hakda aýtsak, hynada beden agzalaryny ýumşadyjy güýç bolup, ol tikeniniň aňsat çykmagyna ýol açýar. Hynany ýüň geýimleriniň arasynda goýsaň, ony oňat saklaýar, güýe düşmezligine ýardam berýär.

Synag geçiren käbir adamlar şeýle diýdi: «Hynanyň ýapragyny suwda ezmeli, soňra sykyp şiresini almaly. Her günde 40 dirhem agramyndaky hyna şiresini 10 dirhemlik şeker bilen garyp içmeli we guzy eti bilen naharlanmaly. Bu düzgüni 20 günläp ýerine ýetirsen heýwere keseliniň önüni alýar we bejerýär.

■ «Ha» harpy: ح

حبابي Mamamonjuk. Malwa. (Malva). Sowuk-çygly tebigatly, tebigatyňy we bokurdagy ýumşadyjy [täsiiri bolan] ösümlük.

Üsgülewigiň garşysyna iň oňat dermanlaryň biridir. Mamamonjugyň dänelerini ýeňil iç ýuwmada we başga ýerlerde ulanylýar. Ondan gaýnadylyp alnan ergin otyrýer gijilewigini aýyrmaga peýda berýär.

خبز Çörek. Allatagala bu hakda «Indi bir kişini, ine, şu puluňyz bilen şähre iberiň, ol iň gowy, päkize tagamlary saýlap, size ondan rysg-nesibe alyp gelsin » diýdi. Bu ýerde agzalýan tagam çörekdir.

Tebipler bu hakda şeýle diýdi: «Iň gowy çörek tamdyrda bişen arassa çörekdir. Onuň tebigaty gurak-gyzgyndyr. Tä so-wa-ýança iýmezlik gerek, sebäbi gyzgyn çörek suwsatgyç bol-ýar. Çörek iýmegiň iň gowy wagty onuň bişirilýän günüdür. Gury we petir çörek gowşan aşgazany berkidýär, olardan soňra «garby» atlandyrylýan çörek has peýdaly. Bulardan galan çörek

ýaramazdyr. Ununda kepegi az boldugyça, çöregiň aşgazanda siňmesi haýallar, ýöne ýokumlylygy taýdan örän ýokary bolýar. Iň ýokumlysy we ýeňil siňýäni ýumşak çörek-dir. Çörek owuntyklary ýellenmäni aýyrýar we haýal siňýär. Ýag-ly köke agyr hyltyň döremegine sebäp bolýar. Süýtli çörek örän ýokumly we haýal siňýär. Arpa çöreginiň agyryny köşeş-diriji, gan akmasyny saklaýjy we iç ýellenmesini aýryjy häsiýeti bar. Nohut unundan bişirilen çöregiň siňmesi haýaldyr. Oňa köp duz atmak maslahat berilýär.

Äşeden eşidip gürrüň bermeklerine görä, Pygamberimiz: «Çöregi hormatlaň, çünki Hudaý asmanlary we ýeri oňa tabyn etdi» diýipdir.

Iýýän çöreginiň ununda gum ýa çäge bar bolan adamyň ujydynda we böwreginde daş dörär.

خرنبوب Çowdary. (*Ceratonia siligua*). Sowuk tebigatly, iç gatadyjy täsiri bolan, aşgazana ýaramsyz ösümlik. Ondan alnan şire gyzgyn tebigatly bolup, aşgazany gowşadýar, iýmit siňdiri-şini haýalladýar. Rowaýatlara görä, Süleýman pygamberiň hasasy çowdary (harnup) agajyndan ýasalypdyr.

خردل Gorçisa. (*Sinapis*). Gyzgyn-gurak tebigatly bolup, balgamyň döremeginiň önüni alýar. Ondan aşa köp iýmek göze zyýan berýär, hatda kör bolmagyňa getirýär. Onda beýnidäki gan lagtalanmasyny açyjy (aýryjy) täsir hem bardyr.

خس Latuk. Salat. (*Lactuca*). Tebigaty sowuk-çygly ösümliklere degişli, uky tutdurýan, ähli gök önümleriň içinde ýokumlylygy iň gowy bolan ösümlik. Zenanlaryň süýdünü köpeldýär, ukusynda samraýanlara peýda berýär, ynsan tohumyny guradýar, jynsy höwesiňi köşeşdirýär. Ony yzygider iýip ýörmek kähalatda gözün ejizlemegine sebäp bolýar.

خشخاش Haşhaş. Göknar. (*Papaver*). Sowuk-gurak tebigatly. Ukladyjy we agyryny duýdurmazlyk täsiri örän uly. Kelläni dumanladyp, bulaşdyrýar.

خطمي Gülhaýry. Gülhatmy. (*Althaea officinale*). Oňat häsiýetli

gyzgyn ösümlük. Köküni gaýnadyp içmek içgeçmäniň, hatda ganly içgeçmäniň hem bire-bir emi. Onuň dänelerini ýeňil iç ýuwmalarda ulanýarlar.

س Sirke. Gyzgyn we sowuk tebigatdan düzülen. Aşga-zan çişmesine, gastrite (التهاب المعدة) peýda berýär. Emma öt haltasyna, bagra we balgama zyýan berip bilýär. Ony do-kuzdonly (الجمرة karbunkul), syzlawuk (النملة), gotur we gijilewik (الجرب) ýaly dertlere, endamyň ýanyk ýerine (حرق النار) çalsaň agyryny aýryp, ýarany tiz bitirýär. Ony gül ýagyna we suwa garyp ulansaň baş agyrysyna peýda berýär, şonuň bilen agzyňy çaykasaň, agyrynyň gyzgyn ýa sowukdygyna (gyzgyn ýa-da sowuk tebigatly agyrydygyna garamazdan) garamazdan, diş agyrysyny köşeşdirýär. Aşgazany gyzdyrýar we iýmitiň tiz siňmegine ýardam berýär. Resulalla: «Tagamlaryň gowusy sirkedir» diýdi. Pygamberimizden eşitmeklerine görä, ol Hudaýa ýüzlenip: «Eý, Alla! Sirkä bereket ber. Ol menden owalky pygamberleriň iýmitidi» diýipdir. Ýene bir rowaýatda: «Öýünde sirke bolan hojalyk garyp däldir» diýilýär.

Sirkäni bala garmak bilen, köp derde derman bolan sirkelibal içgisini ýasaýarlar. Şondan ýasalan goýy suwuklyga-da Yrakda sirke diýilýär. Süňňi gyzgyn bolan ýa-da gyzgyny galan adamlaryň saglygyny saklamak üçin oňat serişde. Sirkelibal ölüm howply (septiki) gyzzymalary (الحميات العفنة) dep edýär. Ony aşa köp peýdalanmak ynsan tohumynyň azal-magyna sebäp bolýar.

شمر Şerap, çakyr. Ol esasan üzümdeň ýasalýar. Bu Ymam Hanapyýanyň aýdan sözüdir. Ýöne öňki ýazgylarda ýatlaýşymyz ýaly, bir näçe ymamlar serhoş edýän her bir içgini «şerap, çakyr» diýip atlandyrdylar. Bu barada ýüpek hakda gürrüň gozgalýan ýerde agzapdyk.

خلل Dişsynçgar. Bu hakda «Elip» harpynda «Erek» bölümünde aýdypdyk.

حمط Hamt. Abu Ubeyde: «Tikenä bolan her bir agaja hamt diýilýär diýse, başga birleri hymt bu erek daragtydyr» diýdi.

Hamt hakda Allatagala hem ýatlap geçdi.

خیار Hyýar. (Cucumis sativis). Adaty hyýarlar uzyn hyýarlardan sowuk we galyňdyr. Iň oňat hyýar süýji tagamly, çigidi kiçi bolanydyr.

Derman hökmünde ony bala garyp ulanýarlar. Iň oňady hem onun maňzyny şeýdip ulanmakdyr.

خیار شنبّر Ýabany dalçyn. (Cassia). Onda melanholiýany we holerany sürüjilik (sazlaýjylyk) täsiri bar. Bokurdak çişlerini, ýarasyny aýyrmak üçin onuň suwy bilen agyz bokurdagyňy çaykamaly. Ony dürli hili gaýnadyp, iç ýuwma edip, derman hökmünde peýdalanyp bolýar. Medisina