Pygamber tebipçiligi: Zi, Sin, Şin, Sad we başgalar

Category: Kitapcy,Medisina
написано kitapcy | 23 января, 2025
Pygamber tebipçiligi: Zi, Sin, Şin, Sad we başgalar ■ «Zi» harpy
□ ز □

زبـــدÝag. Gyzgyn-çygly iýmit. Iň oňady täze ýagdyr. Guraklygyň we gury üsgülewigiň bire-bir emi. Nahara bolan işdäňi peseldýär. Onuň ýaramsyz täsirini bal ýa-da hurma aýyrýar.
Abu Dawut pygamberiň ýagy we hurmany halandygyny gürrüň berse, Resulallanyň Äşä garap: «Sen meniň üçin ýag bilen baldanam ezizsiň» diýenini Abu Nagym rowaýat edipdir.
زبيـــــبKişmiş. Iň oňady uly, etlek we ownuk däneli kişmiş-dir. Tebigaty gyzgyn-çygly. Sowuklama derdine uçranlaryň bedenini semredýär, gyzdyrýar we suwsadýar. Gyzdyryp ýatanlara sirkelibal bilen garyp berseň tiz peýda berýär. Onuň dänesi aşgazany gataldýar.
Nar däneleri bilen garyp, owradyp iýseň şypa berijilik täsiri köpdür.
Temim ed-Darydan eşidip şeýle gürrüň berýärler. Bir gezek ol Pygamberimize kişmiş eltip beripdir. Pygamberimiz kişmişi öňünde goýup, öz dost-ýarlaryna ýüzlenipdir. Ol: «Alyň, kişmiş iýiň. Ol iň oňat tagamlaryň biridir. Kişmiş ýadawlygyňy aýyrýar, gaharyňy öçürýär, beýniňi berkidýär, agzyňda ýakymly ys döredýär, flegmany giderýär, reňňi-roýuňy tämizleýär» diýipdir.
Hezret Aly kişmiş hakda: «Günde ýigrimi bir sany gyzyl kişmiş iýýän adam, halamaýan zadyny öz süňňünde görmez» diýipdir.
Ibn Apbasdan eşidip aýtmaklaryna görä: «Çöpüni aýryp, kişmiş iýiň. Onuň çöpünde dert, etinde şypa bardyr» diýipdir. «Resulalla kişmişi suwa ezip, ony her günde ýa-da günaşadan iýerdi. Soňra şeýtmegi bize-de tabşyrdy we öz hyzmatkärlerine-de şol suwdan içirdi», «Resulalla guradylan hurma bilen

kişmişi bilelikde ezip iýmegi gadagan etdi».
Ymam Zehri şeýle diýdi: «Hadyslary ýat beklemek we ýatkeşligini ösdürmek isleýän adam, köpräk kişmiş iýsin». Ymam Zehriň özi hem kişmiş iýer eken. Ýöne ol turşy almany welin hiç wagt iýmändir.
Kişmiş ýokumlylygy taýdan guradylan hurmadan hem oňatdyr. Kişmişi we pisse maňzyny süýt bilen garyp, her günde ajöze içse ol adamyň zehini güýçlener.
زقـــــومZakgun (zakkum). Ýabany zeýtun. (Elaeagnus). Bu Hyjazda bitýän ösümligiň adydyr. Zakgun nar agajyna meňzeş, ýöne ýapragy onuňkydan ýaýbaň, agymtyl-ýaşylymtyl güli bolan ösümlikdir. Ol tomus aýlarynda ýetişýär. Miwesiniň dermanlyk täsiri ýigrimi ýyla çenli saklanýar. Zakgun miwesi çişleri bejermekde örän peýdaly. Onuň ýapragy ýaralary tiz bitirýär, ýüzüň meneklerini aýyrýar. Ol bogunagyry, guryagyry, babasyl ýaly dertleriň hem emidir. Ýiti sanjy döredýän ýogyn ýellenmeleri bejermekde zakgunyň täsiri uludyr. Ýöne zakgun iňňän ajy daragtdyr.
Allatagala bu hakda «Elbetde zakgun agajy günäkärleriň tagamydyr» diýdi .
زعفـــــــرانZagpyran. (Crocus sativus). Gyzgyn-gurak tebigat-ly ösümlik. Şatlandyryjy, göwün açyjy, ruhuňy galkyndyrýan we güýçlendirýän ösümlik. Ibn Omardan eşidip gürrüň ber-meklerine görä, zagpyran we sary agaç bilen boýalan eşikleri geýmegi Pygamberimiz gadagan edipdir. Sebäbi, zagpyran ynsan ruhunyň göwherini güýçlendirip, jynsy höwesiň joşmagyna ýardam berýär. Jynsy höwesi artdyrýanlygy üçin, yhram geýen adamlara şol zeýilli eşigi geýmegi gadagan etdi. Zagpyran köňüle kuwwat berýär, gujuryňy we şadyýanlygyňy artdyrýar.
زنجبيـــــــل Zenjebil. (Zingiber officinale). Bu ösümligi Alla-tagala Gurhanda ýatlap geçdi. Ol gyzgyn-gurak tebigatly ösümlik. Ondaky artykmaç çyglylyk iýmitiň siňmegine we jynsy höwesiň güýçlenmegine ýardam berýär, aşgazan-içegedäki ýellenmäni aýyrýar. Eger onuň üstüne az-kem ýag goşulsa, onuň berýän täsiri has artar, ýogyn balgamy sürer, ondan gaýnadylan bal aşgazana gyzgynlyk berýär, garrylygyň öňüni alýar.
Rum patyşasynyň Pygamberimize zenjebil salnan küýzäni sowgat

edendigini Abu Sagyt ýatlaýar. Pygamberimiz dost-ýarynyň hersine ondan bir bölek dadyrypdyr.
زيــت و زيتــون الانفــاق Zeýtun. Zeýtun ýagy. (Olea europaea). Ol entek bişmedik, çig zeýtundan sykylyp alynýan ýag bolup, tebigaty sowuk gurakdyr. Bişen zeýtundan alynýan ýag çyglyrak bolýar, ol gyzgyn tebigatlydyr. Hernäçe kö¬nel¬digiçe gyzgynlygy güýçlenýär. Zeýtun ýagyny saça we beden agzalaryna çalsaň olary berkidýär we güýçlendirýär, ýüzüň gasyn atmasyny, garrylygyň gelmesini haýalladýar. Zähere ýa-da zäherlenmä garşy zeýtun ýagyny içmek peýdaly. Içiňi geçirýän, aşgazan we içagyry derdini köşeşdirýän, aşgazan-içegelerdäki soguljanlary çykarýan dermanlyk serişdedir. Zeýtun ýagynyň berýän peýdasy örän köp bolup, zeýtun ýagyndan özge ýaglar aşgazanyň işleýşini ýaramazlaşdyrýar.
Ibn Omardan eşidip aýtmaklaryna görä, «Zeýtun ýagy bilen owkatlanyň we ony çalynyň, çünki ol mübärek daragtdyr».
Termezide: «Zeýtun ýagyny iýiň we çalynyň» diýilýär. Ukba ibn Amyr: «Zeýtun ýagyny ulanmagy maslahat berýärin. Ony iýiň we çalynyň. Ol babasyl derdiniň dermanydyr» diýdi. Ýene bir rowaýatda «Zeýtun ýagyny çalynanyň ýanyna şeýtan barmaz» diýilýär. Pygamberimiz plewrit gaýnaglamasyny bejermek üçin zeýtun ýagyny we sary agajy ulanypdyr. Halk arasynda aýdylýan gürrüňe görä, garyp-gasaryň dermany zeý-tun ýagydyr. Ýaşyl zeýtun örän ýokumly, aşgazany güýçlendirýän, sowuk-gurak tebigatlydyr. Ol jynsy höwesiňi joşuryp, heýjana salýan, ýaramaz yslaryň döremegine päsgel berýän ösümlikdir. Gara zeýtun bolsa öt kesellerini (söwdaýy) döred-ýän, aşgazana ýakymsyz, gyzgyn-gurak tebigaty bolan iýmiş. Turşy zeýtun ot ýanygynyň bitmesine täsir edýär.
Agyzda döreýän agsyl keselini, düwürtigi, dokuzdonly derdini we örgüni aýyrmak üçin zeýtun ýapragyny çeýnemek ýeterlikdir.

■ «Sin» harpy

□ س □

سبستانSibistan. (Cordia). Bokurdagyňy we aşgazanyňy ýumşadýan, derman hökmünde bişirilip, gaýnadylyp iç ýuw-mada ulanylýan

ösümlik.
سدر Kedr. (Cedrus). Beýleki zatlara garanyňda bu daragtyň ýapragy bilen ýuwunsaň başyňy gowy arassalaýar we gyzgynyňy aýyrýar. Resulalla kedri: «Merhum ýuwlanda ulanylýan ot» diýip ýatlasa, Allatagala ony jennetde bitýän daragt hökmünde beýan etdi.
سفرجل Aýwa. (Cydonia indica). Sowuk-gurak tebigatly, aşgazan üçin ýaramly miwe. Aýwa esasan iç saklaýjy, keseliň gaýtalanmasynyň öňüni alýan serişde hökmünde belli. Nahardan soň aýwa iýseň içiňi ýumşadýar, emma ony aşa köp iýmek içde sanjy döredýär. Üsgülewigi we bogaz çişme keselini bejermek üçin iň peýdaly emleriň biri aýwa su¬wuny içmek ýa-da onuň bilen agzyňy çaýkamakdyr. Aý¬wany şol durşuna hem, kakadybam ulanyp bolýar.
Iç saklaýjy serişde hökmünde üwelen aýwa bellidir, emma ol käwagt iç sürýän derman hökmünde ulanylýar. Limon garylan aýwa içgisi, tebigy aýwa suwy ýa-da ondan alynýan ýag derlemäni saklaýar, aşgazanyň işleýşini güýçlendirip, ýüregi berkidýär.
Jana ýakymly bolan aýwa suwyny anbar bilen garyp ulanmak has-da güýçli täsir edýär.
Enese salgylanyp aýtmaklaryna görä, Pygamberimiz: «Aý-wa¬ny ajöze iýiň» diýipdir. Ibn Majeniň getirýän rowaýatynda, Talhanyň Pygamberimize aýwa berenligi, Pygamberimiziň hem oňa garap: «Saňa-da şuny iýmegi maslahat berýärin, çünki ol ýürege dynçlyk we giňlik berýär» diýenligi aýdylýar. Pygamberimiz: «Aýwa iýiň. Ol ýüregiňizi röwşen eder. Allanyň ähli pygamberi jennet aýwasyny iýendir. Ol kyrk erkegiň kuwwaty ýaly güýç berýär» diýdi. «Göwreli zenanlara aýwa iýdiriň. Ol ýürege giňlik berer, perzendi gözel eder» diýlip, Muhammet pygamberiň hadyslarynda aýdylýar.
سکر Şeker. Gyzgyn-çygly tebigatly, balgamy oýarýar we garnyňy ýumşadýar. Gyzyl şekeriň ýumşadyjy täsiri has güýçli bolup, däri-dermanlaryň güýjüni, beden agzalary¬nyň ähli ýerine ýetirmäge ukyplydyr. Şekerçiňňirikde (şeker alynýan gamyş) çyglylygyň aşa ýokarylygy üçin, ony derman hökmünde köp ulanmak, gijilewük, gotur ýaly dert¬leriň döremegine sebäp bolýar.

مســــــك Müşk. (Muscus). Aşgazanyň işleýşini güýçlendirip, der sebäpli döreýän ýaramaz yslary aýyrýan serişde. Pygamberimiziň müşk sepinmek bilen özüne timar be¬ren¬ligi Ibn Eble Şeýbäniň rowaýatynda aýdylýar.
ســــــــــلوي Bedene. Bu «sumane» diýilýän guşdur. Bu guş hakda Allatagala: «Size asmandan şirin nygmatlary we bedeneler inderdik » diýdi. Bedene deňiz ýakalarynda ýaşaýan guşdur.
Siňmesi ýeňil we örän ýokumly bedene etiniň göwün göteriji we içde dörän daşlary eredijilik täsiri bar. Sagdyn we sagalyp barýan adamlar üçin örän peýdaly. Ol tebigaty boýunça towuklara ýakyndyr. Bedene guşuna «Gök gümmürdisi öldüren» diýibem at berýärler, sebäbi olar köplenç gök gümmürdisinden gorkup jan berýärmiş.
ســـــماق Sumak. (Rhus). Sowuk-gurak tebigatly bolan bu agaç, iç saklaýjy we işdä açyjy hökmünde ulanylýar.
سمســـــمKünji. (Sesamum indicum). Gyzgyn-çygly tebi¬gatly bolup, onuň dänesiniň aşa ýaglylygy üçin aşgazana zelellidir. Onuň künjarasyny iýmek agyzda agyry döred¬ýär.
ســــــــــــمنÝag. Gyzgyn-çygly tebigaty bolan ýag aşgazan üçin ýaramsyzdyr. Sygyr ýagyny bala garyp içmek zäherlenmä peýda berýär. Pygamberimiz: «Sygyr süýdi şypa, ýagy bolsa dermandyr» diýdi.
Ýene bir rowaýatda: «Sygyr süýdüni içiň, ol şypadyr. Sebäbi ol her daragtdan iýip galýar» diýilýär. Abu Nagymyň rowaýatynda, Hezreti Alynyň «adamlar üçin ýagdan gowy bejergi ýokdur» diýenligem aýdylýar.
سمكBalyk. Eti ýokumlysy orta hal balyklar. Süýji suwda ýaşaýan we ot bilen iýmitlenýän balyklar, nebitli suwda ýaşaýan we hapa zatlar bilen iýmitlenýän balyklardan oňatdyr. Täze-ter balyklar sowuk-çygly bolup, siňmesi agyr we balgamy döredýär, gyzgyn tebigatly adamlara bolsa oňyn täsir edýär. Gyzgyn-gurak tebigaty bolan duzly balyk gijilewük, gotur ýaly dertleri ýüze çykarýar. «Simuk» balygynda gylçygyň köplügi zerarly, ýehudylar ony iýmeýär.
ســـناSena. (Senna. Cassia). Gyzgyn-gurak tebigatly ösüm-lik. Bu hakda öň Umaýsyň gyzy Esma bilen bag¬lanyşykly wakada aýdypdyk. Sena Allanyň mertebelän mekany bolan Mekgede gowy

bitýär. Tebipler dermanlyk serişde hökmünde munuň iň oňat görnüşini – Mekge senasyny («Senaýymekke») saýlap alýar. Pygamberimiziň: «Sena we ziräni peýdalanyň. Ol ikisinde ölüm awusyndan özge derde derman bar» diýenini, Ibn Maje rowaýat etdi. Bu Pygamberimiziň: «Garaçörekde ähli kesele şypa bar» diýmesi ýalydyr.
Sena oty örän köp derdi bejermek üçin ulanylýar. Sena mübärek dermanlaryň biridir. Ýüregiňi güýçlendirýän we hiç-hili agyry-ezýetsiz iç geçirýän serişde bolan senanyň saglyga zyýanly täsiri ýokdur. Bu dermanyň şeýle bereketlidigi we peýdalydygy üçin, tebipler ony ähli dermanyň düzümine goş-ýarlar. Iç sürdüriji däri hökmünde kakadylan, gaýnadylan, ow-radylyp un edilen senany ýa-da sena dänesiniň özüni ulan¬mak bolýar. Bularyň ählisi hem içiňi ýeňil sürýär, ol flegmatik, melanholik we holerik içgeçmesine peýdaly. Bogun çuňluk-laryna ýüzüp baryp, bogunagyry we waswasylyk derdine peýda berýär. Ibn Sina senany ýürek dermanlarynyň biri saýýar. Esma bilen baglanyşykly hadysada, Pygamberimiziň: «içagyryny nädip köşeşdirýäň?» diýip soranlygy, onuň hem: «Süýtleňňiç bilen» diýenligi ýatlanylýar. Pygamberimiz şonda: « Süýtleň¬ňiç ot ýaly gyzgyn dermandyr. Sen senany peýdalan!» diýipdir. Bu hakda ýene: «Haýsydyr bir zatda ölümiň dermany bar bolsa, ol senadadyr» diýdi.
Bu ýerde Pygamberimiziň örän köp zatlara göz ýetirenligi hakda inçe syr, beýik many we aýdyň delil bar. Sebäbi süýt-leňňiç ýaramaz täsiri bolan iç sürdüriji derman. Ol dördünji derejeli, gyzgyn-gurak tebigatly ösümlikdir. Onuň howpludygy we içi güýçli sürýändigi üçin tebipler ony ulanmagy goýbolsun etdiler. Ýokarda agzalan «zire» hakda aýtsak, käbirleri oňa «bal» diýdi, oňa «ýag» diýýänler hem, «Kerman tmini» diýýänler hem bar. Ibn Agraby ony «tmine meňzeş däne» diýip atlandyrsa, ony arpabadyýan, şibit (ukrop) ýa-da hurma hasaplaýanam bar. Muwaffak Abdyllatyp: «Ýag bölegindäki baldyr» diýdi. Umuman, ol bal bilen garylan ýagyň üstüne owradylyp sepilen sena ýalydyr, ol içiňi ýeňil sürýär. Pygamberimiziň: «Zyýanly täsiri bolmazdan ähli derde derman bolan üç zat bardyr. Olar sena we ziredir» diýenini, Enes rowaýat etdi. Adamlar ondan:

«Senanyň nämeligini bilýäs welin, zire nämekä?» diýip soranlarynda, «Nesip bolsa, Hudaý ony size bildirer» diýipdir. Emma Pygamberimiz şol üç zadyň üçünjisini unudandygyny hem aýdypdyr.
Senany gaýnadyp içmek, owradylan senany suw bilen iç-mekden has ýokumlydyr. Sena unyny 1-3 dirhem möçberin¬de, gaýnadylan senany bolsa 7-10 dirhem möçberinde içmeli. Sena ergininin üstüne benewşe gülüni we gyzyl kişmişi goşup peýdalanmak hakda er-Razy: «Sena we şaterne ähli hyltlarda iç sürüji dermandyr. Ol gotur we gijilewük derdini bejerýär. Eger içjek bolsaň, olaryň her birinden 4-7 dirhem möçberinde iç¬meli» diýdi.
Elbetde bu iç geçirýän dermanlardan has oňatdyr. Ýöne ulanmak üçin olaryň üstüne ýa-ha kişmiş ýa-da şeker goşmaly.
سويــــــــقÝarma. Arpa ýa bugdaý dänesinden bişirilýän aş. Arpa dänesinden bişirilýän bu aş, bugdaýýňka garanyňda sowugrakdyr. Olarda içdäki ýeli çykaryjylyk we iç tutujy täsir bar.
Gyzzyrmaly adamlar üçin iň ýaramly iýmit ýarmadyr. Käbir ýerde sargy hökmünde ulanylýan ýarma aşgazanyň işleýşini güýçlendirýär, teşneligi we ýürek bulanmasyny aýyr-ýar.
سواكSiwak. Bu barada «Erek» hakda aýdanymyzda ýatlapdyk.

■ «Şin» harpy
□ ش □

شــــــــاهترجŞaterne. (Fumaria). Ol gyzgyn-gurak tebigatly bolup, esasy häsiýeti ganyňy arassalamakdan ybarat. Ol gyzgyn hyltlarda sürgi serişdesi hökmünde ulanylýanlygy üçin, gotur we gijilewük derdini bejermäge peýdalanylýar.
شـــــــبرم Süýtleňňiç. (Euphorbia pityusa). Dördünji dere¬je¬li, gyzgyn-gurak tebigatly ösümlik. Balgam we gara öt sür¬güsine peýdaly bolan süýtleňňiç jana ýakymsyzdyr. Ondan köp peýdalanmak adamy heläk edýär. Şonuň üçinem, Esma bilen baglanyşykly hadysda aýdyşymyz ýaly, Pygamberimiz onuň ýakymsyzlygyny «Ol gyzgyndyr, gyzgyndyr» diýmek bilen tassyklady.
Süýtleňňiji süýt-gatyga garyp asla-da ulanmaly däldir. Eger onda 1 karatdan 4 dänik möçberinde içmegem hatarly.

Te¬bip¬ler ony ulanmagy goýbolsun etdiler.
شحمÝag. Olarda gyzgynlyk we çyglylyk beriji täsir bolup, köne ýaglaryň gyzgynlygy has güýçlüdir. Erkek malyň ýagy gulajyn (urkaçy) malyňkydan has gyzgynlygy üçin ýehudylar ony iýmeýär.
شعيرArpa. (Hordeum vulgare). Birinji derejeli, sowuk-gurak tebigatly ösümlik. Iň oňady ak arpa bolup, ýokum¬lylygy taýdan diňe bugdaýdan pesdir. Üsgülewik, bogaz çişme keselleri üçin, aşgazany arassalamak, teşneligi ýok etmek, peşewiň akmasyny gowulandyrmak üçin arpa suwy peýdalanylýar. Şeýle hem arpa suwunda gyzgynlygy aýryjy we ýellenmäni ýok ediji täsir bar. Arpa suwy arpa aşyndan (ýarmadan) has ýokumlydyr.
Şu sanalan on häsiýetiň arpa suwunda bardygyny Bukrat hekim hem aýtdy. Onda ýelmeşegenlik we dermanlyk täsiri bolup, ýiti kesellere tiz täsir edýän ýokumly iýmitdir.
Ibn Majeniň getirýän rowaýatyna görä, «Eger maşgalasynda ýarawsyzlyk ýüze çyksa, Pygamberimiz ýarma içmegi buýrardy we bişirip bererdi» diýip, Äşe aýdypdyr.
شلجمŞalgam. (Brassica rapa). Muňa araplar «lift» (لفت) hem diýýär. Şalgamda müň peýdanyň barlygy hakda gür¬rüň edilýär. Ol gyzgyn tebigatly, ýumşak ösümlikdir. Ony yzygider iýmek gözüňi ýiteldýär. Gaýnadylan şalgam suwy güýçli sowuk sebäpli üşän eldir-aýagy bejermäge peýdaly. Erkeklik tohumyny artdyrmak we jynsy höwesiň oýan¬magy üçin şalgam iýmek ýeterlikdir.

■ «Sad» harpy
 ص

صبرAloe. (Aloe). Miwesi ýygnalandan soňra, aloeni sykyp, suwuny almaly we tä guraýança garaşmaly. Olaryň içinde Ýemeniň kenarýaka adalaryndan getirilýän aloe iň peýdalysydyr. Ikinji derejeli, gyzgyn-gurak tebigatly ösümlik bolup, dermanlar bilen garyşdyryp ulansaň, olaryň zy¬ýanly täsirinden goraýar. Gabak çişmesini ýatyrmakda, bagyr dykylmasyny açmakda we sarygetirme keselini be¬jer¬mekde aloeniň peýdasy köpdür. Ganjaryp duran aşga¬zan ýaralaryny bitirmek üçin hem aloe peýdalydyr.

Osman ibn Affanyň gürrüň bermegine görä, göz agyrysyn-dan zeýrenýän bir adam Pygamberimize ýüz tutanda: «Oňa aloe bilen sargy edip daňyň» diýipdir.
«Iki sany ajy zatda: aloede we ajybalgazda şypa bardyr» diýip, Termezide ýatlanylýar.
صعتر Käkilik oty. (Thymus). Üçünji derejeli, gyzgyn-gurak tebigatly ösümlik. Agyzdaky ýaramaz ysy aýyrmakda, iç ýellenmede, agyr naharlary ýeňil siňdirmekde käkilik oty peýdalanylýar. Gaýnadylan käkilik oty reňkiňi gowulaşdyrýar, peşewiň we aýbaşynyň ýeňil akmasyna peýda berýär. Aşgazan we bagyr sowuklamasyny bejermek üçin ula¬nylýar. ýoňlan adamlar käkilik otuny ysgasa şypa tapar. Bu otda jynsy höwesiňi oýaryjylyk täsir hem bar. Edil kädi çigdiniňki ýaly, käkilik otuny gaýnadyp içmek içegedäki gurçuklary öldürýär. «Öýüňizde ladan we käkilik otuny tütediň» diýlip, Ibn Jöwza aýtdy.
صندل Sandal. (Santalum). Ikinji derejeli, sowuk-gurak tebigaty bolan ösümlik. Sirke ýa-da gülap sepilen sandal ýapragyny (gülüni) ysgamak başagyrysyny köşeşdirýär. Sandal içgisi bagry berkidip, asgyrmagy kesýär. Ezilen sandal iç saklaýjy serişde hökmünde bellidir, iň oňat sandal bolsa «makasyry» diýilýän görnüşidir.
صنوبر Senuber. Maňzynyň gyzgyn-çygly tebigaty bolup, endamyňy gyzdyrýar. Şöwketiňi we jynsy höwesiňi artdyrýar.

■ «Zad» harpy
 ض

ضأن Goýun. Ýokumlylygy taýdan goýun eti geçi etinden ýokarydyr, gyzgyn we çyglydyr. Bu hakda, nesip bolsa, et barada aýdanymyzda ýatlarys.
ضب Hažžyk. Gyzgyn-gurak tebigatly, etini iýmek jynsy höwesiňi, joşgunyňy artdyrýar.
«Hažžyk etini çeýnäp, iýip otyrkam, Pygamberimiz maňa seredýärdi» diýip, Hamyt aýtdy. Resulalladan hažžyk hakda soralanda: «Ony iýemok, gadaganam edemok» diýip jogap beripdir.
Resulallanyň ýanyna hažžyk getirenlerinde, Pygamberimiz ony

iýmekden saklanypdyr we «Ahlagy üýtgän kowumlardan bolaryn öýdüp gorkýaryn» diýipdir. Muny Jabyr aýtdy.
ضــــــرع Ýelin. Zenanlar süýdüni köpeltmek üçin sygryň ýa geçiň ýelnini iýmeli.
ضريــــــــع Zaryý1. Ýakymsyz ysly, ajy tagamy bolan bu ot hakda Allatagala: «Olara zaryýdan başga tagam (berilmez) bolmaz » diýip aýtdy. Mujahydyň aýtmagyna görä, Zaryý «şibrik» diýilýän otdur, ol bolsa zäherli zatdyr.
ضفــــدع Gurbaga. Gurbaga etini iýýän ýa-da ganyny içýän adamyň endamy çişip, reňki solar, erkeklik tohumyna zy¬ýan berer, hatda öldürer. Şol sebäpli tebipler ony peýda¬lan¬magy goýbolsun etdi. Gurbaga hakda öň bir ýerde: «Bir tebip Pygamberimiziň ýanynda gurbaganyň derde derman¬dygyny ýatlanda, Pygamberimiz bize gurbagany öldürmegi gadagan etdi» diýip aýdypdyk.
Abu Hüreýra salgylanyp, aýtmaklaryna görä, hapa we şol zeýilli dermanlary ulanmagy Pygamberimiz gadagan edipdir.

■ «Taý» harpy
□ ط □

طبــــــــــــــــاشيرHek. Sowuk-gurak tebigaty bolan hek ýüregiňi güýçlendirip, güýçli gusmany, içgeçmäni kesýär.
طحــــــــالDalak. Dalak eti ýaramsyz bolup, gara öt kesellerini döredýär. Pygamberimiz dalak hakda aýdyp: «Bize bagryň we dalagyň gany, balygyň we çekirtgäniň ölüsi (iýmek üçin) halal edildi» diýdi.
طرخــــــونTarhun.1 (Artemisia dracunculus). Tarhun gyzgyn-gurak tebigatlydyr, nahara bolan işdäňi açyp, jynsy höwesiňi ýatyrýar. Gara uk bilen garyp ulansaň zyýanly täsirini dep edýär. Derman ulanmazdan öňürti tarhun iý¬mek, tagam duýuş agzalaryny ukladýar.
طــــــرحTarh. (Musa). Bananyň bir görnüşi bolup, bu hakda «mim» harpynda aýdarys. Tarh barada Allatagala hem ýat-lady.
طلــــــــعTalg. Ilki görnen hurma miwesi. Onuň gabygyna «Küfri» diýilýär. Talga erkek hurma diýýänem bar.
Allatagala bu hakda: «Miweli baldaklary bolan beýik hurmalary…

» diýip ýatlady.
Talha ibn Ubaýdullanyň aýtmagyna görä, ol bir gezek Resulalla bilen hurma çakyşdyryp oturan adamlaryň ýanyndan geçipdir. Pygamberimiz olardan näme edýänligini soranda «Erkek hurmany alyp, urkaçysynyň üstüne goýýarys» diýipdirler. «Ol iş peýda bermezmikä öýdýärin» diýip, Pygamberimiz aý¬dypdyr. Bu habary olara ýetirenlerinde, edýän işlerini goýbolsun edip, aşak düşüpdirler. Pygamberimiz olara garap: «Ol ýöne bir gümandyr. Güman diýilýän zat ýalňyşdyryp, bela-betere duçar eder. Eger peýdasy bolsa ediberiň, menem edil siz ýaly adam. Ýöne meniň size aýdanymy Hudaý «Ony peýdalanyň» diýip aýdandyr. «Men Hudaýyň sözüni inkär edemok» diýipdir.
Ýakuty bu hakda agzap, «Hurma miwesi joşgunyňy, jynsy höwesiňi artdyrýar» diýdi. «Eger zenan jynsy gatnaşykdan öňürti hurma iýse, göwrede çaga galmagyna ýardam berer» diýilýär. Ol sowuk tebigatlydyr, ony bişen hurma bilen bile ulanyp bolýar.
Ala salgylanyp aýtmaklaryna görä, «Uýalaryňyzy hurma bilen hezzetläň. Ol hem Adam alaýhyssalamyň ýaradylan top-ragyndan ýaradylandyr». Pygamberimiz bir gezek «Musulmana (adama) meňzeş daragt hakda aýdyň» diýende, adamlar «sähra agaçlarydyr» diýen netijä gelipdirler. Emma Pygamberimiz şol agajyň hurmadygyny aýdypdyr.
طيـــــــب Hoşboý yslar. Ýakymly ysly atyrlar. Bu müşk bilen bile ýatlanylýar. Araplaryň ýakymly oty, öň ýatlaýşymyz ýaly Izhirdir (ýakymly ysly gamyş). Pygamberimiz «Maňa siziň dünýäňizden iki zat söýdürildi: Olar aýallar we ýakymly zatlar» diýdi.
طيـــــــــن Palçyk. Allatagala bu hakda «Biz ynsany arassa pal¬-çyk¬¬dan ýaratdyk» diýdi .
Gan akmasyny togtatmak üçin ermeni laýy (bolýus) الطين الارمني we mahtymy laýy ulanylýar. Güýçli içi geçýän we ýatanda agzyndan gyllyk akýan adamlar sürme palçygy bilen bejerilýär. Ermeni laýy çömmeltme gyrgyn keselini we gan pürkülmesini ýatyrmak üçin örän peýdaly.

■ «Zaý» harpy
ظ

ظفـــرDyrnak. Ýatgy bogulmasyny bejermek üçin dyrnak tütedilýär. Ol güýçli gyzgyn-gurak tebigatlydyr. Aýbaşynyň yzysüre dyrnak peýdalanmak, göwrede çaga galmagy üçin örän peýdaly.
Iki sany «Sahyh» (hakyky) hadysda aýdylyşyna görä, Ümmi Atyýe: «Aýbaşydan päklenmek üçin ýuwunanymyzda, kust-aloeniň ýa-da dyrnaklaryň bir bölegini ulanmaga rugsat berildi» diýipdir.

■ «Aýn» harpy.
□ ع □

عجوةHurma. (Diospyros). Buhary muny dermanlar bölüminde «Säher bilen iýilýän hurma» ady bilen getirip¬dir. «Bu hakda öň «Hurma kaky» böleginde ýatlapdyk.
عـــــــدسMerjimek, ýasmyk. (Lens). Tiz bişýän merjimek iň oňady bolup, ol sowuk-gurak tebigatlydyr. Aşgazan üçin ýakymsyz bolan merjimegi köp iýmek gözüň öňüne perde (ýorka) düşürýär, içiňi ýellendirýär. Gury merjimekden alnan şire mama keselini bejermäge peýdaly. Ony gant şu¬gun¬dyry bilen bişirip iýmek, sumak, zeýtun ýagy, por¬sybadyýan bilen iýmek peýdalydyr. Beýhakynyň rowaýat etmegine görä, «Merjimek iýseň ýüregiňi ýumşadýar, gözüňi ýaşardýar we ulumsylygy giderýär».
عســـــــلBal. Buhary muny dermanlar bölüminde «bal» ady bilen getirdi.
Bu hakda Allanyň sözi şeýledir: «Onuň garnyndan adamlar üçin şypaly bolan elwan reňkli içimlik çykar» .
Abu Sagytdan eşidip, aýtmaklaryna görä, «Bir adam Pygamberimiziň ýanyna gelip, «Doganymyň aşgazany bozuldy» diýeninde, Pygamberimiz oňa bal içirmegi buýrupdyr. Agasy-nyň ýanyndan dolanan inisi bal içirendigini, ýöne peýda etme¬ýän¬digini aýdypdyr. Bu ýagdaý ýene iki gezek gaýtalanypdyr. Üçünjimi ýa dördünji gezekde Pygamberimiz oňa «Hudaý hak sözleýär, agaň garny ýalan» diýipdir. Soňra bal içiripdir welin, hakykatdan hem gutulypdyr». Müslimiň getirýän rowaýatynda: «Agasynyň iýmit siňdirişiniň we aşgazanyň işleýşiniň bozulandygyny» aýdypdyr diýilýär. Pygamberimiziň: «Agaň garny ýalan sözleýär» diýmeginiň manysy, ondan bir ýa iki gezek içmegiň ýeterlik däldigini ýatladýar. Şol adamyň

içgeçmesi aşgazanyň siňdirmezliginden ýüze çykýar, bu sebäpli Pygamberimiz oňa bal içmegi buýurdy. Balyň bu ýerde bitir¬ýän esasy işi aşgazanda we içegede toplanan (dykyn alan) zatlary dep edýänligindedir.
Içgeçmäniň başga görnüşi hem bar. Çyglylyga meňzeş bir zatlar içegede hereket etmän saklanýar we ol ýerdäki kada¬ly-lygy hem bozýarlar. Şondan döreýän derde hem ýiti içege ke-seli diýilýär. Bal şol ýerdäki çyglylygy ýok etmäge ukyplydyr. Haçanda bal şol çyglylygy ýok edende, iýmitler aşak çökýär we şypa hasyl bolýar. Birinji we ikinji gezek bal içende iç-geçmäniň barybir köşeşmänligi şu sebäplidir. Şeýle derdi bejermek üçin iň oňat dermanlaryň biri baldyr, esasanam ony gyzgyn suwa garyp ulanmak has gowy täsir edýär.
Tebipleriň biragyzdan makullamagyna görä, ynsan tebi-gatyndaky içgeçmäni ýatyrmak üçin ýaňky ýaly usul iň äh-miýetli serişdedir.
Içgeçmäniň bu görnüşini bejermekde köp tebipler ýalňyşlyga duçar bolýar. Sebäbi olar bilmeýändikleri üçin gorka dü-şüp: «Bu dert nähilidir bir iç saklaýan dermana mätäçdir» diýip pikir edýär. Tebip her gezek syrkawa iç saklaýan derman berdigiçe, syrkawyň derdi güýçlenýär. Hudaý oňa başga bir ussat tebibi duşurýança hem derdinden saplanmaýar.
Bu zatlaryň ählisi Pygamberimiziň beýleki işlerden, dert-lerden, olaryň bejerlişinden we mynasyp dermanlaryndan ha-barlydygyny delillendirýär.
Bu gürrüňleriň ählisi elbetde bal hakyndadyr.
Ibn Majeniň Abu Hüreýreden eşiden hadysynda şeýle diýi-lär: «Aýda üç gezek bal ýalap, ertirlik edinen adama, bela-beter sataşmaz». Pygamberimiz: «Size şypaly iki zady maslahat berýärin, olar bal we Gurhandyr» diýdi.
«Ulanýan dermanlaryňyzyň iň haýyrlysy düzüw gan aldyr-mak we bal içmek» diýenini Resulalladan eşitdim diýip, Jaby-ryň ýazgylarynda ýatlanylýar. Äşe (Goý, Alla ondan hoşal bolsun!), Pygamberimiziň halwa (süýji önümleri) bilen baly halaýandygyny aýtdy. Bu Buharynyň hadysynda hem geti-rilýär.
Bal ikinji derejeli, gyzgyn-gurak tebigatlydyr. Iň oňady ýaz döwrüniňki, ondan soňra tomus we gyş döwrüniň baly oňatdyr.

Ynsanyň peýdalanýan dermanlarynyň arasynda, güýç ber-ýän¬ligi, aýdyňlygy we ýokumlylygy taýdan iň oňat dermanyň baldygyny tebipler biragyzdan ykrar etdi. Ary baly aşgazan işleýşini güýçlendirip, işdäňi açýar. Garrylar we göwniçökgün (melanholiki) adamlar üçin iň peýdaly iýmit hem baldyr. It dişlände ary baly peýdalanylýar, tebigatyňy ýumşadýar. Zäherli önümi iýeniňde, ony gyzgyn suwa garyp içseň, dertden sap¬laýar. Dermanlyk garyndylaryň we beýleki zatlaryň täsir edijilik güýjüni ýitirmän saklaýar. Bal çalyp goýsaň, ter eti üç aý, hyýary hem üç aý zaýalaman saklaýar. Şonuň üçinem ary balyna başgaça «Ynamdar goragçy» diýilýär. Özem bu zatlaryň ählisi synalyp görlendir. Ary balyny endamyňa sürtseň, ony ýumşadýar, saçdaky bitleri öldürýär, saçyňy ýumşadýar, ös¬dürýär we görmegeý edýär. Göz garaňkyramasyny aýryp, ony ýiteltmek üçin ary balyny sürme hökmünde göze çalmaly. Dişiňi agartmak we etini berkitmek üçin, ony ary baly bilen ýuwmaly. Ol iýmitleriň, içgileriň, dermanlaryň, süýjileriň we iýmişleriň biridir. Zyýanly täsiri ýokdur. Kähalatda öt haltasyna zelel berende, onuň zyýanly täsirini sirke bilen aýryp bolýar we ýene-de peýda berip başlaýar. Ary balyny ajöze ýalamak aşgazandaky zyýanly zatlary ýuwup aýyrýar, bagyr, böwrek we peşew ýollarynyň dykylmasyny açýar. Iýmitleriň içinde biz üçin baldan oňat hiç zat ýaradylan däldir.
Abdyllatyp bu hakda şeýle diýdi: «Köp dertleri bejermekde ary baly şekerden has oňatdyr. Ol peşew ýollaryny açyp, akmasyny ýeňilleşdirýär, hapalary aýryp, ony ýuwýar. Emma şeýle täsir şekerde örän az. Şekerde aşgazany gowşadyş güýji bolup, beýle täsir ary balynda ýokdur. Şeker ary balyndan diňe iki ýagdaýda ýokarda goýulýar, ol hem şekeriň süýjüliginiň we ýitiliginiň azlygydyr. Käbir arap tebipleri ary balynyň şekerden artyklygy hakda köp zat aýtdylar.
Pygamber alaýhyssalam her gün bir käse suw garylan ary ba¬lyny ajöze içer eken. Ine, bu saglygy goramak üçin ajaýyp bir hikmetdir.
Pygamber alaýhyssalam öz saglygyny goramak üçin alada ederdi. Ol muny ary balyny içmek, az iýmek, çäkden geçmez-lik, kişmiş iýmek ýa hurma şiresini içmek, ýakymly yslary sepinmek, ýag we

sürme çalynmak, aýallaryna ýanaşmak bilen bitirerdi. Özi hem bu işleri örän oňat we kämil derejede ýerine ýetirerdi.
Pygamberimiz: «Size iki sany şypany maslahat berýärin» diýmek bilen, adamzat we ylahy tebipçiligini, tebigy we ruhy täsirleri, beden we ruhyýet tebipçiligini, zemini we asmany se-bäpleri jemläp aýtdy. Bu ýerde örän inçe syr bolup, ähli dertleri bejermek üçin ýalňyz Gurhanyň ýeterlik däldigini, ähli yhlas-aladalaryň täsirsiz bolaýmagyny bildirýär. Ýöne buýrulyşy ýaly etseň, ündelşi ýaly ýöreseň, takdyr edilişi ýaly ryzkyňy çöp¬leseň gowy bolar. Eger ýeri bejerip, tohum sepeninden soňra, gurakçylygy dep edip, ýagyş ýagdyrmagy Hudaýdan dileg edýän daýhanyň ornunda bolsak, biz hem Hudaýdan ýardam we towpyk dilemelidiris. Daýhan alada edeninden soňra, berýän nygmatynyň üstüni doldurmagy üçin Hudaýa sygynýar. Saglygyny gazanmak we zeleli dep etmek üçin ätiýaç edýär.
Käbir alymlar: «Allatagala Gurhany köňüldäki şek-şübheleri aýyrmak üçin şypa edip ýaradyşy ýaly, ary balyny bela-beterleri bejermek üçin ýaratdy» diýdiler.
عشرUşar . Ot bilen peýdalanylýan bu ösümlige «Uşar şekeri» hem diýilýär. Aşgazan we bagyr üçin ýaramly bolan bu ösümlik sarysuw keselini bejermekde giňden peý-dalanylýar.
عصفورSerçe. Gyzgyn-gurak tebigaty bolan bu guş, ynsan tohumyny heýjana salyp, jynsy höwesiňi artdyrýar. Pygamberimiz serçäni öldürmegi gadagan etdi.
عقيقHakyk, Maşat gaşy. «Hakyk daşyndan ýüzük da¬kyn-ýan adamyň ýüregi, dawa-jenjelde hem öz ornunda du¬rar» diýip, Aristotel aýtdy.
Hakyk daşy ezilen suwy içmek gan akmasyny togtadýar. Aýtmaklaryna görä, bir hadysda: «Hakyk daşyndan ýüzük dakynyň, ol garyplygy ýok edýär» diýilýär.
عنـــــــــبرAnbar. (Narciss jonquilla). Gyzgyn-gurak tebigatly, ýüregiň we beýniň işleýşini güýçlendirýär. Duýuş agzala¬ryny ýiteldýär, gül ýagy bilen garyp ulansaň ýürek agy¬rysyny aýyrýar. Anbara hoşboý yslaryň şasy hem diýilýär..
Jabyr: «Biz deňizde anbar diýilýän uly balyga (huta) duşdyk, onuň etini ýarym aýlap diýen ýaly iýdik» diýdi.
عنـــــابSähekigde, Arpan, Unab. (Ziziphus jujuba). Çygly¬ly-gy

bolan gyzgyn tebigatly agaç. Mama we gyzamyk kesellerinde unabyň suwuny içmek peýda berýär, gan gaýnamasyny (gyzmasyny) köşeşdirýär. Sähekigdäni bişirip, ezip, gaýnadyp we iç ýuwma-klizma edip ulanyp bolýar.
عنــبÜzüm. (Viris vinifera). Iň oňady ak etli üzüm, soňra gyzyl we gara üzümdir. Üzüm etiniň tebigaty gyzgyn-çygly, gabygy we dänesi bolsa sowuk-gurakdyr, ýokumlylygy taýdan örän oňat. Iň oňady we ýaramlysy bişen üzümdir. Giçbişer üzümler ähli tarapdan artykmaç bolup, ter üzüm¬ler iç ýellenmesini aýyrýar. Köp iýen halatyň teşnelik ýüze çykyp, ony hem turşy nar sagaldýar. Üzüm dänesini iýseň semredýär.
Pygamberimiziň üzüm we garpyz iýmäni halandygyny gürrüň edýärler.
عوUd. Kalambak aloe. (Aloexyluma gallochum). «Kumary» diýilýän ud iň gowusydyr. Dermanlyk üçin gök udlar oňat görülýär. Ud gyzgyn-gurak tebigatly bolup, ýüregiň we duýuş agzalaryň işleýşini güýçlendirýär, köňüle, ýürege şatlyk berýär.
العود الهندي Hindi udy. (Aloe indica). Oňa başgaça «kust-aloe» hem diýilýär. Bu hakda Resulalla: «Hindi udyny peýda-lanyň. Onda ýedi dürli şypa bar: Badam şekilli mäzler çişende we plewrit keselini bejermekde ony ysgamalydyr» diýdi. Muny Buhary rowaýat etdi. Bu hakda, nesip bolsa «kaf» harpynda ýatlarys.
عــود الســوس Buýan köki. (Glycyrrhiza glabra). Gyzgyn tebigatly bolan bu ösümlik gusmakda, balgamy dertleri we üsgülewigi bejermekde peýdalanylýar.

■ «Gaýn» harpy

 غ

غاليــــةGaliýe . Kelleagyryny köşeşdirýär, ýüregiňi berkidýär, ýürek urgusynyň kadalaşmagyna peýda berýär. Ze¬nanlar ony dakynyp gezse, göwrede çaga galmagyna ýar¬dam berýär.
«Resulalla hem hoşboý yslary halaýan eken. Kime hoşboý ysly zatlar sowgat berilse, oňä kemgöwünlik bilen bakmaly däldir. Pygamberimiz «Ýagşy zatlar yzyna gaýtarylmaýar» diýdi.
غــــزالKeýik. Aw etleriniň içinde iň oňady we tagamlysy keýik

etidir. Gyzgyn-gurak tebigatly bu haýwanyň etinde guradyjylyk täsiri bolup, ol tiz siňýän iýmitleriň biridir.
غــرابGarga. Gargalar dört görnüşli bolup, uly gara garganyň we alagarganyň maslyklardan iýmitlenýändigi üçin, şapygy mezhebine görä, olaryň eti haram edildi.
Resulalla bozuklaryň arasyna gargany hem goşup, ony «bozgak guş» diýip atlandyrdy.
Üçünjisi ösümliklerden iýmitlenýän zakyja garga, dördünjisi bolsa kül reňkli gargadyr (graç). Bularyň etini iýmek bolýar diýýänem, bolmaýar diýýänlerem bar. Ähli gargalaryň eti aşgazana ýaramsyz we siňmesi agyrdyr, gara öt kesellerini we heýwere kesellerini döredýär. Tebipler ony peýdalanmagy gadagan etdiler. Medisina