



อินทผลัมสด คือ อินทผลัมสดทุกชนิด ผลของมันครั้งดิบครั้งสุก รสชาติของมันหวานปนฝาด แต่อร่อยมาก

#### อินทผลัมสด

อินทผลัมสด คือ อินทผลัมสดทุกชนิด ผลของมันครั้งดิบครั้งสุก รสชาติของมันหวานปนฝาด แต่อร่อยมาก ปัจจุบันนี้มันถูกนำมาแช่ตู้เย็นไว้ เพื่อจะได้มีรับประทานทั้งปี ถึงแม้จะไม่ใช่อายุของมันก็ตาม

อัลลอฮฺ ตรัสแก่มะรียัมว่า

และเธอ (มะรียัม) จงเขย่งต้นอินทผลัมให้มันเอนมาทางเธอ มันจะหล่นลงมาที่ตัวเธอ เป็นอินทผลัมที่สดและสุกน่ากิน

อะนัส กล่าวว่

ท่านรอซูลุลลอฮฺ คือลัลลลอฮฺอะลัยฮิวะซัลลิม เคยละศีลอดด้วยอินทผลัมสด 2-3 ผล ก่อนที่ท่านจะทำการละหมาด ดังนั้นถ้าไม่มีอินทผลัมสด ท่านก็รับประทานอินทผลัมแห้ง 2-3 ผล แต่ถ้าไม่มีอินทผลัมแห้งท่านก็จะดื่มน้ำ 2-3 อีกแทน

อินทผลัมสด มีประโยชน์ (สรรพคุณ) ดังนี้

1. ทำให้กระเพาะอาหารแข็งแรง
2. ทำให้ร่างกายสมบูรณ์
3. เพิ่มสมรรถภาพทางเพศ
4. ทำให้เลือดลมดี
5. ทำให้ฟันแข็งแรง

คุณค่าที่ได้รับจากอินทผลัมสด

ท่านรอซูล จะละศีลอดด้วยอินทผลัมสด โดยท่านให้เหตุผลว่า การถือศีลอดนั้นทำให้กระเพาะอาหารปราศจากอาหารเมื่อเรากินอินทผลัมสดเข้าไป จะทำให้ความหวานของมันไปหล่อเลี้ยงตับ และอวัยวะต่างๆของร่างกายให้กลับมามีชีวิตชีวา และตามด้วยอาหารต่างๆ ที่ร่างกายต้องการ

อินทผลัมสด

เขียนโดย Administrator

วันเสาร์ที่ 08 ตุลาคม 2011 เวลา 20:08 น. - แก้ไขล่าสุด วันจันทร์ที่ 06 สิงหาคม 2012 เวลา 15:57 น.

---

นับเป็นความเมตตาของอัลลอฮ์ และวงการแพทย์วินิจฉัยว่า อินทผลัมทุกชนิดมีโป๊ตัสเซียมสูงมาก และมีประโยชน์ต่อร่างกาย

ลิงค์ที่เกี่ยวข้อง : [www.fareedaherb.com](http://www.fareedaherb.com)

ผู้ลงบทความ : [bunyai\\_09@hotmail.com](mailto:bunyai_09@hotmail.com) , [www.fareedaspices.com](http://www.fareedaspices.com)