

## فوائد البطيخ



للبطيخ فوائد كثيرة منها :

وله من الفائدة الكبيرة وخصوصاً في شهر الصيف ولهذا الجو الحار، فإنّه يخفف العطش ويخفف الحرارة، وهذا ما أكدّه العلم الحديث حيث إنّّه يحتوي على نسبة عالية من الماء حيث يطفئ الظمأ، وترطب الجسم، وتخفف من الشعور بحرارة الجو.

1- وأيضاً إنّّه مبيض للأسنان 2- مطهر للفم 3- منقي للبشرة ولقد أكد الرسول (ص) بقوله عنه قال: "تفكّهُوا بالبطيخ، فإنّها فاكهة الجنّة، وفيها ألف بركة وألف رحمة، وأكلها شفاء من كلّ داء". وقال: عمّ البطيخ، ولا تقطعها قطعاً، فإنّها فاكهة مباركة طيّبة، مطهّرة الفم، مقدّسة القلب، وتبيّض الأسنان، وترضي الرّحم".

2- وأيضاً يحتوي البطيخ على الكبريت، والفسفور، والكلور، والصودا، والبوتاس، وله فعالية انّه مدرّ، وكما أنّ لعصير البطيخ له فائدة كبيرة وهي: انّه يقي من التيفوئيد ويفيد المصابين

بالروما تيزم.

لكن قبال هذه الفوائد هناك مضرة في حالات أكله على الريق لأنّ في ذلك يورث القولنج.

وروي عن الإمام الرضا (ع) أنّه قال: "البطيخ على الريق يورث الفالج، وفي رواية: القولنج". وأيضاً الإفراط فيه بعد الطعام فإنّه يسبب عسرة الهضم بسبب تمدد عصارة المعدة.