

زيت الزيتون.. إشارة قرآنية رائعة

الإشارة القرآنية في قوله تعالى: (وَشَجَرَةً تَخْرُجُ مِنْ طُورِ سَيْنَاءَ تَنْبُتُ بِالذَّهْنِ وَصَيِّغُ لِلْأَكْلِينَ) حيث تبين أن الزيتون يحوي مواد صابغة....



توصلت دراسة جديدة إلى أن بعض الأغذية مثل زيت الزيتون تغير الطريقة التي تعمل بها المورثات ذات الصلة بحدوث تصلب الشرايين، ويقول العلماء إن زيت الزيتون غني بمركبات البوليفينولات Polyphenols، وهي كيميائيات نباتية مضادة للأكسدة ومسؤولة عن تلوين بعض النباتات. إذاً زيت الزيتون يمكن أن تؤثر إيجابياً على الدهون الثلاثية، وتؤثر بشكل إيجابي على الوقاية من أمراض شرايين القلب التاجية.

وقد أظهرت نتائج هذه الدراسة التي تمثل فتحاً علمياً جديداً أن استخدام زيت الزيتون يمكن أن يؤثر بشكل إيجابي على الدهون (الثلاثية والكوليسترول) وأكسدة الحمض النووي، ومقاومة الجسم للإنسولين (المؤدي إلى النوع الثاني من مرض السكري)، والتهابات الأعصاب، ونشوء السرطان، وكبح الأورام الخبيثة.

وبالنتيجة فإن العلماء ينصحون باستبدال الزيوت المستخدمة في الطعام بزيت الزيتون الذي يثبت العلم منافعه يوماً بعد يوم لما يحويه من مواد مضادة للأكسدة وتجدد الشباب وتمنح الحيوية للإنسان.



إشارة قرآنية رائعة

إن القرآن أشار إلى المركبات الفعالة الموجودة في زيت الزيتون وهي:

1- الدهون السهلة الامتصاص الموجودة في زيت الزيتون.

2- المواد الصابغة وهي مركبات تعطي النبات لونه وتسمى مركبات Polyphenols . وهذه المركبات مهمة كمضادات أكسدة.

يقول تعالى: (وَشَجَرَةً تَخْرُجُ مِنْ طُورِ سَيْنَاءَ تَنْبُتُ بِالذَّهْنِ وَصَبِغٍ لِلآكِلِينَ) [المؤمنون: 20].

فقوله تعالى: (تَنْبُتُ بِالذَّهْنِ) إشارة إلى وجود مواد دهنية نافعة في الزيتون، لأن هذه نعمة من نعم الخالق عز وجل. أما قوله تعالى: (وَصَبِغٍ لِلآكِلِينَ) فيشير إلى أهمية الأصباغ الموجودة في الزيتون ومنافعها للبشر.

ولذلك يمكن القول إن هذه الآية تحوي إشارة رائعة إلى أهمية هذه المادة الغذائية ومنافعها للناس، على عكس الدهون المصنعة التي أثبت العلم ضررها على الإنسان، فالحمد لله!

بقلم عبد الدائم الكحيل

www.kaheel7.com/ar

المراجع

<http://www.fasebj.org/cgi/content/abstract/24/7/2546>

<http://www.aljazeera.net/NR/exeres/DD43B0CC-4992-426D-8B4F-8FF519F9DC7C.htm?GoogleStatID=20>