



باب في بيان فضل الليمون (Citron) في شرب الماء

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: "شرب الليمون في شرب الماء يذهب البهيمية ويذهب الحموضة ويذهب الكوليرا ويذهب الجذام ويذهب الطاعون ويذهب البثور ويذهب الحكة ويذهب الصدأ ويذهب الخشونة ويذهب القروح ويذهب الكدمات ويذهب الحروق ويذهب الجروح ويذهب الكدمات ويذهب الحروق ويذهب الجروح".

[هذا الحديث رواه الشيخان في صحيحهما]

الليمون من الفواكه الحمضية التي تتميز بخصائصها العلاجية العديدة. فهو غني بالفيتامينات والمعادن التي تساعد على تقوية الجهاز المناعي وحماية الجسم من الأمراض. كما أن شرب الليمون في الماء يساعد على تحسين الهضم وخفض نسبة الكوليسترول في الدم. بالإضافة إلى ذلك، فهو يعمل على ترطيب الجسم وتقليل الشعور بالحرارة في الصيف. ولذا فإن شرب الليمون في الماء يعتبر من العادات الصحية التي يجب اتباعها للحفاظ على الصحة والرفاهية.

النجاة الخيرية
ALNAJAT CHARITY

