



Është mirë që agjërimin ta prishim me Hurma, siç na ka mësuar Muhammedi, sal-lall-llahu alejhi ve sel-lem:

"Prishne agjërimin me hurma, sepse ajo është pastrim" (Transmeton Ahmedi)

Në një hadith tjetër, Muhammedi, sal-lall-llahu alejhi ve sel-lem, ka thënë:

"Hurma që është prej degëve të larta është shërim" (Transmetojnë Muslimi dhe Ahmedi)

KARAKTERISTIKAT DHE DOBITË E HURMAVE

Pema e hurmës është një nga pemët më të vjetra në botë. Ajo njihet edhe si Pema e jetës. Në botë ekzistojnë rreth 105 milionë pemë hurma, nga të cilat rreth 65 milionë gjenden në shtetet arabe.

Edhe pse nuk dihet saktësisht prejardhja e hurmave, besohet se ato për herë të parë janë paraqitur rreth Gjirit Persik. Në kohët e lashta, hurmat kanë qenë prezente ndërmjet lumenjve Nil dhe Eufrat. Mirëpo, ekzistojnë dëshmi arkeologjike se hurma është kultivuar në Arabi prej rreth vitit 4000 para erës sonë.

Në kohët e lashta hurma është konsideruar me të madhe si simbol i fertilitetit (plleshmërisë).

Letërsia që përmend dhe përshkruan hurmat dhe historinë e tyre është mjaft voluminoze. Nomadët kanë mbjellur hurma nëpër oaza të shkretirave, ndërsa Arabët përveç kultivimit dhe përdorimit të gjërë, atë e kanë dërguar deri në Spanjë.

Përveç në Lindjen e Mesme dhe Afrikë hurmat një kohë të gjatë rriten edhe në Amerikën Qëndrore dhe Jugore, dhe në Evropë, kryesisht në Spanjë, Francë, Itali, Sicili, Greqi, etj.

Lindja e Mesme dhe Afrika Veriore janë vendet që prodhojnë më së shumti hurma, mirëpo si shtet, Iraku çdoherë ka qenë prodhuesi më i madh i hurmave. Në Irak ekzistojnë rreth 22 milionë pemë hurmash, të cilat prodhojnë rreth 600,000 tonë hurma në vit. Rajoni i Basras, njihet për nga kultivimi i hurmave të cilësisë së lartë.

Pemët e hurmave rriten ngadalë dhe jetojnë gjatë. Ato mund të jetojnë deri në 150 vjet dhe mund të arrijnë lartësi deri më 30 metra. Ekzistojnë drunj meshkuj dhe femra. Zakonisht pemët fillojnë të japin hurma rreth 5 vjetë pas mbjelljes.

Pemët e hurmave janë pjesë kryesore përbërëse e sistemeve bujqësore nëpër vendet e thata dhe ato gjysëm të thata. Ato mund të prodhohen në sasi të mjaftueshme qoftë nga feramat e vogla apo nga plantazhet e mëdha komerciale. Përparësia e madhe e drurit është qëndrueshmëria e tij, nevoja e vogël për ujë, prodhimi afatgjatë dhe qëllimet tjera cilësore.

Hurma është e ëmbël dhe ka një shije jashtëzakonisht të mirë. Ajo është një pemë e vlefshme e

shkretirës edhe për nga prodhimet që dalin nga ajo siç janë materialet ndërtimore dhe materialet tjera që mund të nxirren nga gjetet dhe trungjet e saj. Pemët e hurmave janë një nga elementet kryesore të florës, pasi që prodhon rreth 1.5 milionë tonë të gjetheve për çdo vit.

Pemët e hurmave poashtu japin kontribut të madh në krijimin e mikroklimave stabile brenda ekosistemeve të shkretëtirës dhe kështu mundëson zhvillim të agrikulturës në shumë rajone të thata.

VLERA USHQIMORE E HURMAVE

Pjesa më e madhe e hurmave përbëhet nga sheqeri. Sheqeri përbën rreth 70 % të hurmave. Komponenta e sheqerit përbëhet nga glukozja dhe fruktoza.

Hurmat poashtu janë të pasura me hekur, potazium (rreth 150 mg në 100 g, që është i rëndësishëm për parandalimin e dehidrimit), magnez (që është i rëndësishëm për muskujt), sulfur, bakër, kalcium dhe fosfor (që është i nevojshëm për mirëmbajtjen e muskujve dhe fijeve nervore).

Hurma përmban vitamina të ndryshme, duke përfshirë edhe tiaminë, riboflavin, biotin dhe acid folik dhe askorbik. Hurma ka 13.8 % ujë dhe rreth 3% proteina. Nga 1 kilogram hurma, trupi i njeriut fiton rreth 3470 kalori. Kjo energji kënaq apetitin, që është shumë e rëndësishme sidomos gjatë agjërimit, në syfyr apo në iftar.

Kjo pemë e pasur luan një rol të rëndësishëm në të ushqyerit e popujve që e kultivojnë atë. Përdorimi i drurit edhe si ushqim shtesë për kafshët shtëpiake e bën atë edhe më të vlefshme.

Nga hurmat dalin edhe prodhime tjera - sirupë, marmelladë, ushqime për foshnja, akullore dhe pije të ndryshme freskuese.

Një studim që po zhvillohet nga Universiteti Ain Shams në Kairo hulumton mundësitë e prodhimit të një llojit të drurit nga disa pjesë të gjetheve të hurmave, që pastaj mund të gjëjë përdorim në industri të ndryshme.

PEMËT E HURMAVE NË KUR'AN

Hurmat përmenden shpesh në Kur'an, sidomos kur tregohen mrekullitë dhe kënaqësitë e krijimeve të Allahut, të cilat Ai i ka krijuar për njeriun. Allahu subhanehu ve teala, duke folur për hurmat në Kur'an, thotë:

Me atë (shiun) mbijnë, për të mirën tuaj, të lashat, ullinjtë, hurmat, rushnajat dhe nga të gjitha frutat (e pemëve). Në këto (të mira) ka argumente për një popull që vështron. (Nahl: 11)

Poashtu në tregimin e Merjemes, tregohet se dhimbjet e nënës së bekuar të Isait alejhis-selam e çuan atë tek pema e hurmës. Ajo ishte urdhëruar të hajë nga pema, hurma të freskëta.

"E ti shkunde trupin e hurmës se do të bijnë ty hurma të freskëta. Ti pra, ha pi e qetësou..." (Merjem: 25, 26)

Sipas studimeve shkencore, hurma e pjekur përmban një substancë që nxit zbutje të barkut dhe rrit elasticitetin e tij sidomos gjatë kohës së lindjes.

Hurma më e njohur dhe më e mirë është hurma

që rritet në kushte natyrore - pa ndonjë shtesë artificiale.

Allahu subhanehu ve teala në Kur'an, thotë:

"Hani nga të mirat me të cilat ju dhuruam!" (Araf: 160)

Allahu subhanehu ve teala na ka bekuar me shumë ushqime të mrekullueshme që na ofrojnë të ushqyer të shëndoshë dhe na mbajnë të shëndetshëm. Një nga këto ushqime është edhe hurma, për të cilën bëme fjalë deri tani. Është mirë që hurmat të përdoren rregullisht, sidomos gjatë Ramazanit kur fillojmë dhe prishim agjërimin - në syfyr ose në iftar.

Përgatiti: Klubi Studentor - Shkup

Pasi të lexoni këtë broshurë, mundësojani të tjerëve të lexojnë të njëjtën. Dhe keni kujdes, fletushka përmban ajete kur'anore, andaj ndalohet hyrja me të në vende të ndotura, gjegjësisht në toalet si dhe në vende të ngjashme.

Boton:

Shoqata Qytetare

Klubi Studentor

E-mail: penastudentore@hotmail.com



Ta prishim agjërimin

me Hurma

