



د کارونې طريقه

نيمه چمچه سياه دانه پودر يا دانې د شاتو يا تودو - اوبو سره د ټوخي، زکام يا ستړيا پر مهال هر سهار يا ماښام تېل يې د وينستو او بندونو لپاره.

احتياطي سپارښتنه

امېندواره ميرمنې دې يې په استعمال کې له احتياط څخه کار واخلي. له ټاکلې اندازې دې ډېر استعمال نه شي.

سياه دانه د نبوي طب يوه مبارکه تحفه ده، چې ساينس يې هم په طبيعت او شفا اعتراف کوي. که بدن، ذهن، او روح لپاره يوه طبيعي، ارزانه او بې زيانه درملنه غواړي، نو سياه دانه خپل ورځنی عادت وگرځوي.

په سياه دانې کې مغذي مواد، لکه جست، فاسفورس، کلسيم، پوټاشيم او سلنيوم شته، سربېره بېلابېل E او B1, B2, B3, B9, C پر دې دا د ویتامين ډولونه لري.

سياه دانه د مغذي موادو په لرلو سره د وېروس ضد دی او همدارنگه د بدن د دفاعي ځواک د پياوړتيا لامل کېږي او د التهاب ضد او د خوړو يو ښه هضم کوونکي هم بلل کېږي.

دا درمليز بوټی د تېلو په بڼه هم کارول کېږي او هغه کسان چې روماتيزم لري، د هغوی لپاره ډېر ښه درمل بلل کېږي، سياه دانه د میکروب ضد ځانگړتياوې لري او د وينې فشار په کنټرول کې هم مرسته کوي او دغه راز سياه دانه د تنفسي سيستم، معدې، پوستکي، کولمو، پښتورگو، د غاښونو درد او د بدن د پياوړتيا او د سرطان ضد ځانگړتياوې هم لري؛ دا مغذي مواد د حافظې د پياوړتيا لپاره هم گټور دي.



سياه دانه

د شفا خزانه

سياه دانه يو داسې طبيعي بوټی او د الله تعالی نعمت دی، چې استعمال يې گڼې روغتيايي گټې لري.

نبي کریم ﷺ يې په اړه فرمايلي دي:

(في الحبة السوداء شفاء من كل داء إلا السام)

ژباړه: په سياه دانې کې د هرې ناروغۍ شفا ده، پرته له مرگه. (صحيح البخاري: 5687)

د سياه دانې بله ځانگړنه داده، چې نه يوازې شته ناروغۍ له منځه وړي، بلکې په پرلپسې ډول خوړلو سره له راتلونکو ناروغيو څخه هم انسان ژغوري.

سياه دانه، کلونجي يا توروانجه چې په انگليسي کې ويل کېږي، علمي نوم يې The Black Seeds ورتنه دی او د طب نبوي يوه برکتې ډالۍ ده، Nigella sativa چې د زرگونو کلونو راهيسې د انسان روغتيا ساتنې لپاره کارول کېږي.

