



المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
الجمعية الخيرية لتحفيظ القرآن الكريم
معهد الفتيات للقرآن الكريم
القصيم - بريدة

التين نشأته وفوائده وما الحكمة من قسم الله به.

بحث مقدم لاستكمال متطلبات مادة مناهج البحث العلمي

إعداد الطالبة:

عبير علي عبد الله أبالحيل

الرقم الأكاديمي:

٣٧١١٠٩٩

إشراف:

بريعة سليمان السعود

١٤٣٨هـ - ١٤٣٩هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مُقَدِّمَةٌ

إن الحمد لله، نحمده ونستعينه ونستغفره، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا، من يهده الله فلا مضل له، ومن يضلل فلا هادي له، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له وأشهد أن محمداً عبده ورسوله،
أما بعد

التين من الفواكه الغنية بالفوائد والعناصر الغذائية وورد ذكرها في القرآن وسميت بها سورة من سور القرآن وهي السورة الوحيدة بالقرآن سميت باسم فاكهه وهي سورة التين في قوله تعالى:

﴿التِّينِ وَالزَّيْتُونِ﴾ [التين: ١]

ولذلك أشرت أن أبحث في موضوع التين وأسأل الله التوفيق.

أسباب اختيار موضوع البحث:

- ١-اهتمامي في مجال التغذية.
- ٢-التأمل والتفكر في خلق الله ﷻ بالتين خصوصاً.
- ٣-زيادة الوعي التغذوي لدى المجتمع.
- ٤-زيادة العلم والثقف في مجال الغذاء والتين بالخصوص.

أهم المشكلات التي واجهتني في البحث:

- ١-قلة المراجع.
- ٢-عدم وجود معلومات مختصة في التين بشكل خاص.
- ٣-قلة الوقت وعدم وجود وقت كافي للبحث.

الشكر:

أشكر أمي وأبي على مساعدتهم لي وأشكر صديقتي ومعلمتي جزاهم الله عني خير الجزاء.

خطة البحث

مقدمه:

وتحتوي على أهمية الموضوع وأسباب اختيار الموضوع والصعوبات التي واجهتني أثناء البحث والشكر.

تمهيد:

ويحتوي: تعريف التين والمعنى الصحيح والمقصود من الآية ونشأت التين وأصنافه.

المبحث الأول:

طرق حفظه واستخداماته.

المبحث الثاني:

مكوناته وفوائده.

المبحث الثالث:

ما الحكمة من قسم الله به، وما علاقته بالزيتون.

الخاتمة:

وتحتوي على أهم النتائج.

الفهرس.

التين

[تين] التين: هو الفاكهة التي تؤكل سواءً طازجة أو مجففة، ومفرد التين: تينة.

قال تعالى: ﴿وَاللَّيْنِ وَالزَّيْتُونِ﴾ [التين: ١] اختلف في معنى التين والزيتون ومن المعاني

التي ذكرت:

المعنى الأول: التين: هو دمشق. والزيتون: هو بيت المقدس.

المعنى الثاني: التين والزيتون: جبلان في الشام.

المعنى الثالث: التين والزيتون: مسجدان في الشام.

وكل هذه المعاني خاطئة والمعنى الصحيح هو: أن التين والزيتون: الفاكهتان المعروفتان.^١

نشأته:

نشأت شجرة التين في غرب آسيا وهو موطنها الأصلي ثم انتقلت إلى تركيا الآسيوية وشمال الهند وانتشرت أيضا زراعتها في الشرق الأوسط، وعرف التين أنه في القدم من الأغذية الرئيسية بسبب بقائه مدة طويلة بدون عفن ولا تلف وسهل التخزين ووفرة العناصر الغذائية فيه، ومن الدول العربية التي اشتهرت في زراعة التين هي دولة فلسطين لوجود المناخ والبيئة

المناسبة.^٢

أصناف التين:

إن أصناف التين المحلية كثيرة جدا يصل عددها إلى أكثر من ثلاثين صنفاً تختلف تسميتها من منطقة إلى أخرى، ولم يتم حتى الآن حصر كل هذه الأصناف ودراساتها،

^١ انظر، الصحاح تاج اللغة وصحاح العربية، الفارابي، دار العلم للملايين-بيروت، ١٤٠٧هـ-١٩٨٧م، باب نتن، (٢٠٧٨/٥)؛ انظر، لسان العرب، ابن منظور، دار صادر-بيروت، ١٤١٤هـ، الإصدار الأول، (١٣ / ٧٥)؛ انظر، القاموس المحيط، الفيروز آبادي، مؤسسة الرسالة-بيروت، ١٤٢٦هـ-٢٠٠٥م، فصل التاء، (١ / ١١٨٤، ١١٨٣).

^٢ انظر، شجرة التين، عبد الله حسن الدحلة، مؤسسة الأيام، فلسطين، ٢٠١٤م، (٧/١)؛ انظر، التين، عبدالصمد عطية، وزارة الزراعة السورية، ١٤٠٠هـ، ١٩٨٠م (١/١٧، ١٨)؛ انظر، قاموس الغذاء والتداوي بالنبات، أحمد قدامه، دار النفائس-بيروت، ١٤٠٢هـ-١٩٨٢م، (٢/١٢٣)؛ الإكثار الدقيق لنبات التين صنف (حرة المدينة) ودرجة نباته الوراثي باستخدام تقنية زراعة الأنسجة، موسى بن طعيميس الفريدي، دار المنظومة، ٢٠١٤م، (١).

ولكن سنتعرف على بعض أصنافها:

١- خرطماني:

ثمار كبيرة خضراء فاتحة موشحة بالبنفسجي الفاتح أو الغامق حسب تعرضها للشمس وشكل الثمرة مخروطي (كمثري)، من أفضل أصناف المائدة ويصلح للتجفيف.

٢- عناقى:

شكل الثمرة مخروطي ولها عنق ولونها بني فاتح مشوب بالأخضر وحجمها متوسطة إلى صغيرة.

٣- سوادي:

الثمار متوسطة الحجم سوداء اللون واللبن لونه زهري غامق ثماره قليلة الحلاوة وطيبة الطعم تتأخر في النضج ولا تصلح للتجفيف.

٤- حماضي:

ويعرف باسم سباعي الثمرة خضراء مشوبة بالبنفسجي والأبيض كروية الشكل القشرة تشقق بعد النضج ولها أحمر قرنفلي، طعمها حلو مائل للحموضة ذو نكهة جيدة.

٥- حماري:

الثمار متوسطة إلى كبيرة، مغزليه الشكل، ولون القشرة الخارجية أحمر مشوب بالبنفسجي.

٦- موازي:

الثمار مخروطية الشكل صغيرة الحجم، ولونها الخارجي أصفر نقي.

٧- نعيمي:

الثمار كروية مضغوطة لونها أخضر لامع واللبن زهري اللون يستهلك طازجا ولا يصلح للتجفيف.

٨- عدلوني:

الثمار متوسطة إلى صغيرة الحجم لها عنق وهي مخروطية الشكل ولونها أصفر مخضر.

٩- خروبي:

الثمرة متوسطة إلى كبيرة لونها أسود إلى بني وتشبه لون ثمار الخروب الناضجة من هنا جاءت تسميتها وهو أكثر الأصناف المحلية المستخدمة في التجفيف.

١٠- بوسنيت (عجلوني):

ثمارة كبيرة ١٠٠ غم كثره الشكل، القشرة سميقة سهلة التقشير، لونها أخضر.

١١- شناري:

أخضر مشوب بالأصفر يوجد حلقة حمراء حول عين الثمرة تشبه الحلقة الحمراء الموجودة على طائر الشنار لون اللب زهري غامق ويصلح للتجفيف.

١٢- التين البرازيلي:

يتميز بقوة نموه وتفرعه يزرع في المناطق الحارة، ثمارة متوسطة الحجم، لب الثمرة أبيض ولونها الخارجي أخضر وموشح باللون البنفسجي.

١٣- الزراقي:

صنف مميز لا يعرف للعامة من الناس حيث يطلقون صنف زراقي على صنف الحماضي والصنف غالبا ما يأخذ اسمه من صفة من صفاته كالشكل أو الطعم أو اللون وغيرها من صفات وهذا الصنف أخذ اسمه من اللون المميز له الأزرق الداكن بعكس الحماضي الذي أخذ اسمه من الطعم الحماضي.

١٤- العسالي:

شجرة متوسطة الحجم لا تعمر كثيرا ١٥-٢٠ سنة، الثمرة مخروطية الشكل لونها بني عنابي من الخارج ومن الداخل أشقر عسلي مع وجود دمة عسلية على عين الثمرة، طعم الثمرة حلو ونسبة السكر عالية جدا، الثمرة طرية لا تتحمل التصدير ويمكن الاستفادة منه في صنع المربي.

١٥- خضاري:

صنف غزير الإنتاج، حجم الثمار متوسطة إلى كبيرة ذات شكل كروي منضغط قليلا، يتحمل هذا الصنف النقل بدون تبريد، ولا يؤثر التبريد على خواص الثمرة.

١٦- بياضي:

ثمارة متوسطة الحجم مغزليه الشكل القشرة لونها أخضر مصفر واللبن لونه أبيض عسلي يصلح للتجفيف ونسبة الحلاوة فيه عالية.^١

١ انظر، شجرة التين، عبد الله حسن الدحلة، مؤسسة الأيام-فلسطين، ٢٠١٤م، (١/٣٢، ٣١، ٣٠، ٢٩، ٢٨، ٢٧)؛ انظر، أصناف التين المحلية، محمد سعيد مهمور، دار الجمال-الأردن، ٢٠١٠م، (١/٥٦)؛ انظر، التين، عبدالصمد عطية، وزارة الزراعة السورية، (١/١٧، ١٨).

المبحث الأول

طرق الحفظ:

- ١- الحفظ بالتجفيف.
- ٢- الحفظ بالتعليب.
- ٣- الحفظ بالتبريد.
- ٤- الحفظ في درجة الحرارة الطبيعية.

التين هو من الفواكه القابلة للتلف وعرضة لتحولات الجرثومية والكيميائية والفيزيولوجية تجعلها غير قابلة للاستهلاك ولنتمكن من استهلاكها في غير موسهما، هناك عدة طرق صالحة لحفظها ومن بين هذه الطرق:

١-الحفظ بالتجفيف:

الأساس في التجفيف إزاحة الماء الحر الموجود طبيعياً في المادة الغذائية بحيث يصبح أخف وأسهل في الحفظ وأقل عرضه للتلف.
طريقة الحفظ بالتجفيف:

١-اختيار الحبات السليمة وفرز الحبات التالفة.

٢-غسيل الثمار بالماء لعدة مرات.

٣-تنشر الثمار الناضجة تحت أشعة الشمس في الهواء الطلق في الفترة التي تكون فيها الحرارة مرتفعة وتقليبها حتى تصل نسبة الرطوبة فيها إلى ٢٠% ثم يتم تعقيمها لمدة ٢٤ ساعة.

٤-تعباً في عبوات خشبية أو كرتونية وتخزن في مناطق جافة وبعيدة عن الرطوبة.^١

٢-الحفظ بالتعليب:

طريقة التعليب سهلة وهي من الطرق التي يمكن اعدادها في المنزل.
خطوات طريقة الحفظ بالتعليب:

١-التحضير: تغسل التين ويفرز الجيد منها وتشذب الأجزاء الغير مرغوبة.

٢-السلق الأولي.

٣-التعبئة: من شروط التعبئة أن تعبأ الفاكهة في برطمانات معقمة تعقيم جيد ومن شروط البرطمانات أن تكون زجاجية تتحمل حرارة التعقيم؛ وأن تكون ذو أغطية قوية تمنع تسرب الغازات والأبخرة.

٤-التفريغ.

^١ انظر، شجرة التين، عبد الله حسن الدحلة، مؤسسة الأيام-فلسطين، ٢٠١٤م، (١/٢٦)؛ انظر الدليل العلمي في التصنيع الغذائي المنزلي، صفاء بسيس، مؤسسة الأيام-فلسطين، ٢٠١٤م، (ص ٣٣).

٥- الإغلاق.

٦- التعقيم. ١

٣- الحفظ بالتبريد:

تحفظ الثمار الطازجة بالتبريد لمدة ٤ أسابيع على درجة حرارة 0-2 م° ورطوبة نسبية 95-

95% مع تزويد الغرفة بغاز (CO₂) أو (NO₂) بتركيز 20%.

٤- الحفظ في درجة الحرارة الطبيعية:

تحفظ التين وهي فاكهة المناخ المعتدل في درجة حرارة -0,5 و رطوبة 90% لمدة من ٨ -

٢٠ يوم.

وبذلك فإن التين من الفواكه التي يسهل الاحتفاظ بها وذلك لتعدد طرق الحفظ.

وأهم ما تعتمد عليه طرق الحفظ أن تكون الفاكهة سليمة وخالية من الأعفان والتلف قبل

أن تحفظ لأن ذلك سوف يسبب في فشل طريقة الحفظ المعدة.

١ انظر، تعليب وتبريد الفواكه والخضار، علي كامل يوسف الساعد، ١٤٣٠هـ-٢٠٠٩م، الأردن، (ص ٢٤، ٢٣، ٢٢، ٢١، ٢٠).

٢ انظر، شجرة التين، عبد الله حسن الدحلة، مؤسسة الأيام-فلسطين، ٢٠١٤م، (١/٢٦).

٣ انظر، تخزين المنتجات الغذائية، سمير مدور، ٢٠١١م، لبنان-جبل الديب، (ص ٥).

المبحث الثاني

مكونات التين:

- التركيب الكيميائي للتين.

فوائد التين:

- فوائده في الطب النبوي.
- فوائده في الطب الحديث.

معرفة مكونات وفوائد المادة الغذائية قبل تناولها يساعد الإنسان على حفاظه على صحته ومعرفة المفيد من المضر من طعامه، والحفاظ على بدنه سليم وخالي من الأمراض ومساعدة أيضا على القضاء على بعض الأمراض التي يعاني منها بإذن الله.

مكونات التين:

التركيب الكيميائي للتين:

يحتوي على كميات عديدة من العناصر الغذائية الأساسية ومنها:

١- الماء: يحتوي التين على ٧٩% من وزنه من الماء.

٢- السكريات: يحتوي التين على:

نسبة ٢٠-٣٠% من السكر.

ومنه سكر الفركتوز الذي يشكل ٥٦% منه وسكر الجلوكوز الذي يشكل ٤٣% منه.

٣- الألياف:

التين هو أكثر الفواكه احتواءً على الألياف حيث تشكل الألياف جرامين من وزنه في الحبة الواحدة من التين.

٤- البروتين: يحتوي التين على البروتين بنسبة أقل من ١%.

٥- الدهون: يحتوي التين على نسبة ٠,٣%.

٦- البوتاسيوم: بنسبة (٢٣٢ ملجم/١٠٠ جم) في ثلاث حبات من التين.

٧- المنجنيز: بنسبة (٠,١٣ ملجم) في ثلاث حبات من التين.

٨- الكالسيوم: (٣٥ ملجم) في ثلاث حبات من التين.

٩- النحاس: بنسبة (٠,٠٠٧ ملجم) في ثلاث حبات من التين.

١٠- الماغنسيوم: بنسبة (١٧ ملجم) في ثلاث حبات من التين.

١١- الحديد: (٠,٤٧ ملجم) في ثلاث حبات من التين.

١٢- الفيتامينات:

يحتوي التين على العديد من الفيتامينات منها:

فيتامين ك، ب ٦ (بيرو دوكسين)، مكافئ فيتامين أ، فيتامين ب ٢ (الريبوفلافين)، فيتامين ج، فيتامين ب ٣ (النياسين).

١٣- وبعض المركبات الكيميائية من أهمها: البوليفينولات، الفلافونويدات.^١

فوائده:

يعد نبات التين من النباتات المعمرة دائمة الخضرة والتي تضم العديد من الأنواع التي تحتوي على العديد من العناصر الغذائية المفيدة وهو الفاكهة التي ذكرت في الطب النبوي لحديث أبي ذر الغفاري: أهدي إلى النبي صلى الله عليه وسلم طبق من تين، فقال: «كلوا» وأكل منه، وقال: لو قلت: إن فاكهة نزلت من الجنة قلت: هذه، لأن فاكهة الجنة بلا عجم، فكلوا منها فإنها تقطع البواسير، وتنفع من النقرس»^٢

١- يجلو رمل الكلى والمثانة.

٢- يؤمن من السموم.

٣- ينفع خشونة الحلق والصدر وقصبة الرئة.

٤- يغسل الكبد والطحال.

٥- ينقي الخلط البلغمي من المعدة.^٣

فوائده في الطب الحديث:

١- يعتبر تناول التين من أفضل طرق الوقاية والعلاج لحالات عسر الهضم والإمساك وملينه ومنظمة للجهاز الهضمي.

٢- مفيد لأمراض الصدر.

^١ انظر، دور التين في تغذية الإنسان وصحته، إيمان محمد عبد الناصر؛ غادة عبد العظيم محمد، مجلة أسيوط للدراسات البيئية، ٢٠١٤م، (٦٦، ٦٧/٤٠)؛ انظر، تغذية الإنسان، إقبال محمود صالح، مكتبة الرشد-الرياض، ١٤٢٥هـ-٢٠٠٤م، (٢٥/١)؛ آثار العلاج بمنقوع ثمار التين على أنسجة الأمعاء السليمة والمعاملة بعقار زيفو، ليلي أحمد الحمدي؛ صفاء هشام الحبشي، دار المنظومة، ٢٠١٤م، (٢٦، ٢٥/٤٨).

^٢ أخرجه أبو نعيم في الطب، والثعلبي من حديث أبي ذر، في إسناده من لا يعرف.

^٣ انظر، الطب النبوي، ابن القيم، (٢١٩/١)؛ انظر، القانون في الطب، ابن سينا، ١٥٩٣م، (٢٢٧/١)؛ انظر، التين ونبات الفيكس، فايده حسن بامانع، دار المنظومة، ٢٠٠٦م، (٢٥/١٣).

- ٣- مفيد ضد اضطرابات المعدة والأمعاء.
- ٤- مفيد ضد التهابات الفم والقروح.
- ٥- مفيد ضد التهابات الحنجرة.
- ٦- يسهل امتصاص معدن الماغنسيوم.
- ٧- يساعد على خفض كوليسترول الدم.
- ٨- يساعد على الوقاية من سرطان القولون.
- ٩- جذور وأوراق التين تستعمل لعلاج البهاق والصدفية.
- ١٠- يساعد في علاج الحبوب والتقرحات.
- ١١- يدخل في العديد من مستحضرات العناية بالبشرة والشعر.
- ١٢- يساعد في إزالة مسامير القدمين.
- ١٣- نافع لعلاج النقرس.
- ١٥- علاج لاضطرابات الحيض.

● مربي التين مفيد للمصابين بعسر الهضم والإمساك.^١

وبذلك فإن التين احتواء على العديد من العناصر الغذائية المهمة والفوائد العديدة التي تلعب دوراً مهماً في مساعدة الناس على الحفاظ على صحتهم، ومن فوائده المهمة احتوائه على نسبة كبيرة من الكالسيوم الذي يلعب دور مهم في تكوين العظام والأسنان للإنسان واحتل المرتبة الثانية من الفواكه بعد البرتقال في نسبة الكالسيوم.

^١ انظر، قاموس الغذاء والتداوي بالنبات، أحمد قدامه، دار النفائس-بيروت، ط: ٢، ١٤٠٢هـ-١٩٨٢م، (ص ١٢٤، ١٢٥، ١٢٦)؛ انظر، دور التين في تغذية الإنسان وصحته، إيمان محمد عبد الناصر؛ غادة عبد العظيم محمد، مجلة أسيوط للدراسات البيئية، ٢٠١٤م، (٧٠/٤٠)؛ انظر، نباتات طبية ذكرتها الكتب السماوية، مظفر أحمد الموصلي، دار الأثير-الموصل، ١٤٢٨هـ-٢٠١٧م، (ص ٤٧)؛ انظر الحواوي في الطب، ابن الرازي، دار احياء التراث العربي-لبنان/بيروت، ١٤٢٢هـ-٢٠٠٢م، ط: ١، (١٦/٢)؛ انظر، النبات في القرآن الكريم (التين)، داوود الربيعي، دار المنظومة، ٢٠١١م، (٢٣، ٢٤، ٢٥)؛ انظر، تأملات في ثلاث أشجار ذكرت في القرآن الكريم (الرمان والطلح والتين)، زياد علي دايع الفهداوي، دار المنظومة، ٢٠١٧م، (٢٥٤، ٢٥٥، ٢٥٦، ٢٥٧)؛ انظر، الإكتثار الدقيق لنبات التين صنف (حرة المدينة) ودرجة نباته الوراثي باستخدام تقنية زراعة الأنسجة، موسى بن طعميس الفريدي، دار المنظومة، ٢٠١٤م، (٦، ٥، ٤)؛ انظر، التين ونبات الفيكس، فايدة حسن بامانع، دار المنظومة، ٢٠٠٦م، (٢٥/١٣).

المبحث الثالث

ما الحكمة من قسم الله به، وما علاقته بالزيتون.

التين هو الفاكهة الوحيدة التي سميت به أحد سور القرآن الكريم وهي سورة التين وأن الله سبحانه وتعالى أقسم بها في أول آية من السورة في قوله تعالى: ﴿وَالَّتَيْنِ وَالزَّيْتُونَ﴾ (١) على غيره من مثيلات جنسه؛ وأن فوائده ومنافعه عظيمة لجميع خلقه وكما ذكرت في المبحث الثاني فوائده العظيمة، وأن الله سبحانه وتعالى أقسم بهما أي بالشجرتين المعروفتين شجرة التين وشجرة الزيتون لكثرة منافع هذه الشجرتين ومنافع ثمارهما قال ابن القيم -رحمه الله-: ((قد أقسم الله به في كتابه لكثرة منافعه وفوائده))، وأيضاً بسبب مكان نشأتهما في أرض الشام وهي محل نبوة عيسى ابن مريم عليه السلام وهي أرض فلسطين تحديداً وهي التي يكثر فيها التين، وأيضاً الإعجاز العلمي في طريقة ثماره ففي عالم النباتات غالباً ما تكون الثمرة فيها تخرج بعد ظهور الأزهار ولكن التين أنفرد في ميزة تميز بها عن النباتات بأنه لا تظهر له أزهار إنما الثمار مباشرة والثمرة نفسها تشبه الزهرة ولكنها مقلوبة إلى الداخل لذلك خص الله ذكرها في كتابه الكريم. ١

علاقته التين بالزيتون:

التين فاكهة طيبة جداً عظيمة النفع تحفظ الجسم من أخطار كثيرة حتى أنه يعتبر من ملوك الفاكهة الثلاثة مع الرطب والعبء؛ والزيتون: ثمر يعتصر منه الزيت الذي به المنفعة العظيمة في أكثر الأطعمة من دهون وأصباغ. ٢

التين والزيتون لكل منهما فوائد عظيمة وأنواع عديدة ونظراً لاحتوائهما على العديد من الفوائد فقد اشتركا في العديد منها:

١- أن كلهما ملين ومسهل لعملية الهضم ويمنع الإمساك ومدرا وملينان للبول.

٢- يدخلان في كثير من مستحضرات التجميل والشعر.

١ انظر، تفسير جامع البيان عن تأويل آي القرآن، ابن جرير، مؤسسة الرسالة، ١٤٢٠-٢٠٠٠م، (٥٠١/٢٤)؛ انظر تفسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، السعدي، مؤسسة الرسالة، ١٤٢٠-٢٠٠٠م، (٩٢٩/١)؛ انظر، النبات في القرآن الكريم (التين)، داوود الربيعي، دار المنظومة، ٢٠١١م، (٢٠).

٢ انظر، تفسير ابن فورك، جامعة أم القرى، ١٤٣٠هـ-٢٠٠٩م، (٢٤١/٣).

٣- مهمان في علاج أمراض الكلى والمعدة.

٤- يعملان كعلاج لمرض النقرس.

٥- ويساعدان على علاج للسعال.^١

وكذلك اشتراكا في تركيبهما الكيميائي ومن أهم العناصر الغذائية التي اشتراكا فيها الماء والسكريات والدهون وبعض الفيتامينات (أ، ب، ج) والبوتاسيوم والمغنسيوم والكالسيوم والحديد والمغنسيوم والنحاس، واحتواء الزيتون على بعض الفيتامينات الغير موجودة في التين منها فيتامين (هـ، د).

^١ انظر، أسرار العلاج بزيت الزيتون، وفاء عبد العزيز بدوي، دار الطلائع-القاهرة، (١/٣٢،٣٣،٣٤)؛ انظر، تغذية الإنسان، إقبال محمود صالح، مكتبة الرشد-الرياض، ١٤٢٥هـ-٢٠٠٤م، (١/٢٦).

الخاتمة

- الحمد لله رب العالمين، والصلاة على خير الخلق سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين، ففي ضوء ماسبق بحثه توصلت بفضل الله إلى نتائج ولعل من أبرزها:
- ١- المعنى الصحيح لقسم الله بالتين والزيتون في الآية الكريمة هو أنهما الفاكهتان المعروفتان.
 - ٢- من أهم الدول العربية التي اشتهرت بالتين فلسطين.
 - ٣- أن التين من الفواكه التي يسهل الاحتفاظ بها وذلك لتعدد طرق الحفظ.
 - ٤- احتواء التين على العديد من العناصر الغذائية المهمة والفوائد العديدة التي تلعب دوراً مهماً في مساعدة الناس على الحفاظ على صحتهم.
 - ٥- احتواء التين على نسبة عالية من الكالسيوم المهم للأسنان والعظام.
 - ٦- اشتراك التين والزيتون في العديد من الفوائد والعناصر الغذائية الدالة على عظم نفعهما.
- وصلى الله وسلم على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

فهرس الآيات

رقم الصفحة	رقمها	الآية
		سورة التين
١٦-٤-٢	١	﴿وَاللِّينِ وَالزَّيْتُونِ﴾

فهرس الأحاديث

رقم الصفحة	الراوي	طرف الحديث
١٣	أبوذر الغفاري	((أهدي إلى النبي صلى الله عليه وسلم طبق من تين...))

المصادر والمراجع

- ١- القرآن الكريم.
- ٢- تخريج أحاديث الكشاف، جمال الدين عبد الله الزيلعي، دار ابن خزيمة-الرياض، ١٤١٤هـ.
- ٣- آثار العلاج بمنقوع ثمار التين على أنسجة الأمعاء السليمة والمعاملة بعقار زيفو، ليلي أحمد الحمدي؛ صفاء هشام الحبشي، دار المنظومة، ٢٠١٤م.
- ٤- أسرار العلاج بزيت الزيتون، وفاء عبد العزيز، دار الطلائع-القاهرة.
- ٥- أصناف التين المحلية، محمد سعيد مهمور، دار الجمال-الأردن، ٢٠١٠م.
- ٦- الإكثار الدقيق لنبات التين صنف (حرة المدينة) ودرجة نباته الوراثي باستخدام تقنية زراعة الأنسجة، موسى طعيميس الفريدي، دار المنظومة، ٢٠١٤م.
- ٧- التين، عبد الصمد عطية، وزارة الزراعة السورية، ١٤٠٠هـ-١٩٨٠م.
- ٨- التين ونبات الفيكس، فايدة حسن بامانع، دار المنظومة، ٢٠٠٦م.
- ٩- الحاوي في الطب، ابن الرازي، دار احياء التراث العربي-بيروت، ١٤٢٢هـ-٢٠٠٢م.
- ١٠- الدليل العلمي في التصنيع الغذائي، صفاء بسيس، مؤسسة الأيام-فلسطين، ٢٠١٤م.
- ١١- الصحاح، الفارابي، دار العلم للملايين-بيروت، ١٤٠٧هـ-١٩٨٧م.
- ١٢- الطب النبوي، ابن القيم، دار الهلال-بيروت.
- ١٣- القاموس المحيط، مجد الدين أبوطاهر، الفيروز آبادي، مؤسسة الرسالة-بيروت، ١٤٢٦هـ-٢٠٠٥م.

- ١٤- القانون في الطب، ابن سينا، ١٩٩٣ م.
- ١٥- النبات في القرآن الكريم (التين)، داوود الربيعي، دار المنظومة، ٢٠١١ م.
- ١٦- تأملات في ثلاث أشجار ذكرت في القرآن (الرمان والطلح والتين)، زياد علي دايع الفهداوي، دار المنظومة، ٢٠١٧ م.
- ١٧- تخزين المنتجات الغذائية، سمير مدور، لبنان- جبل الديب، ٢٠١١ م.
- ١٨- تعليب وتبريد الفواكه والخضار، علي كامل يوسف الساعد، الأردن، ١٤٣٠ هـ- ٢٠٠٩ م.
- ١٩- تغذية الإنسان، إقبال محمود صالح، مكتبة الرشد-الرياض، ١٤٢٥ هـ- ٢٠٠٤ م.
- ٢٠- تفسير ابن فورك، جامعة أم القرى، ١٤٣٠ هـ- ٢٠٠٩ م.
- ٢١- تفسير جامع البيان عن تأويل آي القرآن، ابن جرير، مؤسسة الرسالة- بيروت، ١٤٢٠ هـ- ٢٠٠٠ م.
- ٢٢- تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، السعدي، مؤسسة الرسالة- بيروت، ١٤٢٠ هـ- ٢٠٠٠ م.
- ٢٣- دور التين في تغذية الإنسان وصحته، إيمان محمد عبد الناصر؛ غادة عبد العظيم محمد، مجلة أسيوط للدراسات البيئية، ٢٠١٤ م.
- ٢٤- شجرة التين، عبد الله حسن الدحلة، مؤسسة الأيام-فلسطين، ٢٠١٤ م.
- ٢٥- قاموس الغذاء والتداوي بالنبات، أحمد قدامه، دار النفائس-بيروت، ١٤٠٢ هـ- ١٩٨٢ م.
- ٢٦- لسان العرب، محمد بن مكرم بن علي، ابن منظور، دار صادر-بيروت، ١٤١٤ هـ.

٢٧- نباتات طبية ذكرتها الكتب السماوية، مظفر أحمد موصللي، دار الأثير-
الموصل، ١٤٣٨هـ-٢٠١٧م.

فهرس المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
٢	مقدمه
٣	خطة البحث
٧-٦-٥-٤	تمهيد
٨	المبحث الأول
	طرق الحفظ:
٩	١- الحفظ بالتجفيف
١٠-٩	٢- الحفظ بالتعليب
١٠	٣- الحفظ بالتبريد
١٠	٤- الحفظ في درجة الحرارة الطبيعية
١١	المبحث الثاني
	مكونات التين:
١٣-١٢	التركيب الكيميائي للتين
	فوائد التين:
١٣	١- فوائده في الطب النبوي
١٤-١٣	٢- فوائده في الطب الحديث
١٥	المبحث الثالث
١٧-١٦	ما الحكمة من قسم الله به وما علاقته بالزيتون
١٨	الخاتمة
١٩	فهرس الآيات

الموضوع	رقم الصفحة
فهرس الأحاديث	١٩
المصادر والمراجع	٢٢-٢١-٢٠