

Bir payola choyimiz bor.

Ma'lumki, choyning asl vatani Xitoy. Choy to'g'risida yozilgan kitoblarda uni odamlar 5000 yil muqaddam kashf etganliklari aytiladi. U dastlab Xitoyda o'stirila boshlangan, nomi ham Xitoycha "cha-iyе" degan ikki so'zdan olingan bo'lib, "yashil barg" ma'nosini anglatadi.

Choy shunday ajoyib ne'matki, u turmush tarzimizning bir bo'lagiga aylangan. Ko'cha-ko'yda tanish-bilishlarni, qadrdonlarni ko'rib qolsak bir piyola choyga taklif qilamiz, albatta. Bu bizning mehmondostligimizdan dalolatdir. Barcha mehnat va bo'sh vaqtimiz ham u yoki bu tarzda choy ichish bilan kechadi. Nonushtada choy ichamiz, mehmondorchilikda, yo'lda bo'lsak ham choy, tog'da ham choy. Shunday bo'ladiki, vaqtida ovqatlana olmasak, och qoringa ichilgan choy nafsni orom oldiradi.

Uyqusirab qolganda choy ichilsa, sergaklantiradi, uxlab turib ichilgan choy chehrani ochadi. Bosh og'rig'ini choy qoldiradi, ko'ngil aynisa, choy bosadi.

Juda ko'p xususiyatga egaligi uchun choyni go'dakdan tortib qariyagacha, sog'lom kishidan tortib bemorgacha barcha ichadi.

Choyning ajoyib xususiyatlari qalamkashlarni ham ilhomlantirgan. Unga atab shoirlar she'rlar, dostonlar, olimlar kitoblar bitishgan. Mashhur pazanda va olim Karim Mahmudovning "Choyнома" shifobaxsh choy damlash usullari haqidagi kitobi choy haqidagi eng mukammal tadqiqotlardan biri. Bu ajoyib kitobdan choy to'g'risida juda ko'p foydali ma'lumotlar olish mumkin.

Choyning shifobaxsh ne'mat ekanligini odamlar qadim zamonlardayoq bilishgan.

Choy — quvvatga boy, xordiq chiqaruvchi, tetiklashtiruvchi xislatga ega bo'lish birga, u parhez, shifobaxsh va dori-darmon vositalari qatoriga ham kiradi.

Xalq tabobatida choy bosh va til og'riqlari, qon bosimi, yurak xastaligi, buyrak va jigar kasalliklari, ishtaha qirqilishi kabi xastaliklarni davolashda qo'llanilgan. Bundan tashqari choy aqlni peshlaydi, qonni tozalaydi, peshobni haydaydi, og'izdan keladigan yoqimsiz hidni yo'qotadi. Issiq choyga tuz qo'shib og'iz chayilsa, shamollagan milklarga davo bo'ladi va hokazo.

Olimlar tomonidan choyning kimyoviy tarkibi asosli o'rganilgan bo'lib, aniqlanishicha, choy tarkibida 120 xil modda bor. Shulardan ba'zilari qaynagan suvda erib, unga rang beradi.

Choydagi moy g'oyat murakkab modda bo'lib, yana besh xil modda bilan birikkan holda ichimlikning nafis xushbo'yligini ta'minlaydi. Ana shu xushbo'ylik tufayli kishining ishtahasi qo'zg'aladi.

Choy darmondorilar seroblighi bilan ham mashhur bo'lib, tarkibida B₁, V₂, S va RR darmondorilari ko'pligi aniqlangan.

Ulardan biri asab tizimi bilan yurak faoliyati uchun eng yaxshi shifo hisoblansa, biri o'pka shamollashi, ko'kyo'tal, bo'g'ma kabi og'ir xastaliklarning tezroq davolanishiga yordam beradi, a'zolarimizni tez . charchashdan saqlaydi.

Xitoy Qishloq xo'jalik akademiyasi qoshidagi Choy ilmiy tekshirish ilmgohida bo'lib

o'tgan "Choy va uning inson salomatligiga ta'siri" mavzusiga bag'ishlangan Xalqaro anjumanda aytilishicha: "Zangori ekran qarshisida biroz hordiq chiqarmoqchi ekansiz, choy ichib o'tirishingizni maslahat beramiz, kofe, limonad emas, ko'k choy iching. Chunki choy televizor ekranidan taraladigan radioktiv nurlarning salbiy ta'sir kuchini qirqadi".

Xullas, choy nihoyatda shifobaxshligi bilan odamlar sog'ligini yaxshilash va umrini uzaytirishga xizmat qiladi. Bir piyola choyimiz bor, qani marhamat!

