الماء

إن من نعم الله على الإنسان "نعمة الماء"، آية من آبات الله، خلق الله منه الكائنات، لاغنى للناس عنه ؛ فهو سبب بقائهم ، وأساس حياتهم ، قال تعالى {وجعلنا من الماء كل شيء حي أفلا يؤمنون}

إن الماء في تركيبه مؤلف من هيدروجين وأوكسجين H2O ، فالهيدروجين مادة مشتعلة ، والأكسجين مادة تساعد على الاحتراق، ولما التقيا صارت الحياة، وصار الماء.

فوائد الماء:

يساعد الماء على تنشيط وظائف الكليتين بالجسم

يساعد الماء على تنظيم درجة حرارة الجسم

يعمل الماء على تخليص الدم من السموم

يقوم بدور الوسيط في كثير من العمليات الكيميائية داخل الجسم

يساعد على الاتزان الكيميائي للجسم

يعمل على تنشيط الجهاز الهضمي

يعمل على ترطيب المفاصل بالجسم