

العنب

يعد العنب من أهم محاصيل الفاكهة في العالم ويزرع في عدة مناطق بالسلطنة، وتعد محافظات الظاهرة والشرقية من أهم المحافظات التي توجد فيها زراعات العنب، فهي فاكهة محبوبة يقبل عليها الجميع، فعلاوة على طعمها اللذيذ فهي لها فوائد عديدة للجسم وصحة الإنسان. وقد اهتم العمانيون بزراعتها منذ القدم، وتتميز القرى الجبلية بوجود مزارع منظمة ذات أصناف جيدة، وفي الآونة الأخيرة ازداد الاهتمام بزراعات أصناف جديدة من العنب حتى إن زراعته امتدت إلى الحدائق المنزلية، إذ يمكن لشجرة العنب العيش في كثير من أنواع التربة وأفضلها التربة الصفراء الخالية من الأملاح.



ويتكاثر عن طريق الترقيد الأرضي المعروف محليا بالدرس، كما أنه يتكاثر بالعقلة، وهي الطريقة العملية لإكثار معظم أصنافه. وتزرع العقل في المشتل لضمان نموها ثم تنقل إلى الأرض المستديرة خلال شهر ديسمبر، وتسمد أشجاره بالسماد العضوي المحلي والسماد المركب لتبدأ أشجاره بالإثمار في السنة الثالثة من زراعتها وتكون تربيتها من خلال تقليمه على جزأين: تقليم التربية، والهدف منه بناء هيكل قوي لأشجاره بحيث تنتج أعلى كمية من العناقيد بدرجة عالية من الجودة. وتقليم ثماره، ويجرى للأشجار الكبيرة بعد تكوينها وتحديد الأفرع المرغوبة، والغرض من هذا التقليم تحديد كمية الثمار سنويا. ويعد نجاح التقليم وطريقته نجاح الثمار ونوعيته. وإضافة إلى ذلك كله فإن تربيتها تكون رأسية أو تربية على تعاريف، ومن أهم أصنافه التي تنتشر زراعتها بالسلطنة وتعد ذات إنتاجية عالية هي الأصناف الطائفية (الأحمر، الأبيض، الأسود) وكذلك صنف الشاي وصنف المسكاتي والعديد من الأصناف الأجنبية الأخرى، إضافة إلى وجود

أصناف عمانية الأصل. والعنب أحد أغنى الفواكه بالسكر، وزراعته ترقى إلى أقدم العصور، ومنه أصناف كثيرة جدا ربما تزيد على الستين صنفا. وقد ورد ذكره في القرآن الكريم، في ١١ آية، ذُكرت بصيغة الجمع تسع مرات، وبصيغة المفرد ذكر مرتين، وذكر في معظم الآيات بالاقتران بالنخيل مثل قوله تعالى: (أيود أحدكم أن تكون له جنة من نخيل وأعناب تجري من تحتها الأنهار).. الآية ٢٦٦ من سورة البقرة، وذكر بصيغة المفرد مثل قوله تعالى: (فأنبتنا فيها حبا وعنبا وقضبيا).

إن ثمار العنب بشكلها المنقودي يتجلى فيها الكثير من عظمة خلق الله وقدرته، فهذه الحبات المترابطة على بعض يصلها الماء بشكل منظم، فتنمو وتتضغ وتصبح بعد ذلك فاكهة شهية وقوتنا يعيش الناس على زبيبها. أما عن فوائده فقد ذكر الطب القديم بأن ثماره مغذية ومسهلة للبطن ونافعة للمعدة، كما تقول الكتب العلمية، وكان القدماء يقولون إن ثمار العنب الياضنة تشفي من أمراض الكبد، وزبيبها المجفف يطفى الأمراض الصدرية والكلية،

وأورافه تنفع ضد أمراض الجلد، أما الطب الحديث فقال إن ثماره غنية بالفيتامينات، وإن الكيلو الواحد منه يحتوي على ١٢٠ إلى ١٥٠ جراما من السكر الهاضم. ويؤكد الأطباء بأن ثمار العنب هاضمة جدا ومنشطة للعضلات والأعصاب، ومجددة للخلايا وطاردة للسموم من البدن، وأنفع في فقر الدم والإرهاق والحصى والإمساك. وأما المصابون بالسمنة فينصحون بعدم أكل أكثر من ١٢٠غ من ثماره في اليوم، وليس في كل يوم بل في كل أسبوع مرة. ووجد الأطباء بعد أبحاث علمية موثقة بأن بذوره الصغيرة تُعد علاجا قويا لأمراض الشيخوخة وتؤخر ظهورها لاحتوائها على مضادات الأكسدة التي تقضى على الشوارد الحرة بالجسم التي تتسبب في ظهور الأمراض وخاصة في المرحلة العمرية المتأخرة. والشوارد الحرة هي مواد مضرة للجسم وتنتج من مخلفات عملية التمثيل الغذائي بالجسم كما تنتج من تلوث البيئة والتعرض للإشعاع والمبيدات الحشرية وتتسبب هذه الشوارد في تدمير خلايا الجسم والإسراع

