

Hâlâ



“MÜSLÜMANLAR” dergisinin parasız çocuk ilâvesidir.

Sayı
7
2016

RENGÖRENK

SEVİNGLER

Kaç gündür yerimde duramıyorum. İçimde rengârenk bir heyecan. Dile kolay, bir yıldır bekliyorum. Günleri günlere, haftaları aylara ekliyorum. Ev halkının heyecanı da benimkinden eksik değil hani. Bir sevinç rüzgânı her yeri kaplamış. Bu atmosferden çocukluk çocuk, genç yaşlı herkes nasibini almış.

Nurdan teyzenin hazırlıkları da sanırım son ana kadar sürecek. Ev, tertemiz ıslık ıslık; bu güzel günlere hazırlandı. Yemekler, tatlılar dualarla yapıldı. İşler bitti gibi görünse de tatlı bir telaş sürüp gidiyor.

Birazdan zil çalar. Çocuk sesleri birbirine karışır, çocuklar birbiriyle yarışır. Nurdan teyzenin koşuşturması artar. Ziller çalar. Ziller sürekli çalar. Çocuklar, çiçek çiçek açar. Bugünün tadı böyle çıkar. Şeker tadında geçer saatler.

“ Bayramınız mübarek olsun Nurdan teyze.”

“ İyi bayramlar!”

“ Hayırlı bayramlar Nurdan teyze!”

“ Bayramlığın çok yakışmış Ceyda.”

“ Ben daha fazla şeker topladım, bak.”

“ Ben daha yeni başladım şeker toplamaya. Göreceksin senden fazla toplayacağım.”

“ Ben şekerlerimi kardeşimle paylaşacağım.”

“ Bunları ben topladım, kimseye vermem.”

Nurdan teyze, kapısına gelen çocukları o sıcacık gülüşüyle karşılar. Bir kapıya koşturur bir mutfağa.

“ Sizin de bayramınız mübarek olsun çocuğum.”

“ Size de iyi bayramlar!”

“ Sakın bu şekerlerin hepsini birden yemeyin, hasta olursunuz yavrulam.”

“ Daha nice bayramlar göresiniz cancağızlarım.”

“ Daha nice Ramazanlar, nice bayramlar...”

Nurdan teyze, çocukları her hâliyle seviyor. Bir anda aklıma Cemal geliyor. Geçen bayramda kocaman bir poşet şeker toplamıştı. Mahallenin en çok şeker toplayan çocuğu oydu. Bu bayram ne yaptı acaba?..

Ben Cemal’i düşünürken Cemal gelmez mi? Nasıl sevindim bir bilseniz. Yine o güzel sevimli yüz. Tombul yanaklarında güller açmış. Elinde şeker torbası göremeyince şaşırıp kaldım. Ah Cemal, bu ne hâl?

Nurdan teyze de sormadan edemedi.

-Yok, Nurdan teyze, dedi. Bu bayram şeker toplamıyorum. Geçen bayram o kadar şekeri yiyince çok hastalandım. Şekerde mekerde gözüm kalmadı. Şimdi sadece bayramınızı kutlamaya geldim.

- Sağolasın evladım, ama o kadar şeker de bir günde yenmez ki!

- Ne bileyim, dayanamadım işte.

- Dur o zaman, sana bir dilim börek vereyim de afiyetle ye.

Nurdan teyze, nefis böreğinden Cemal'e uzatıyor. Cemal afiyetle böreği yerken

- Şeker yerine börek mi toplasam acaba, diyerek hepimizi güldürüyor.

Akşama kadar kaç çocuk geldi, sayamadım. Keyif dolu saatler nasıl geçti, hiç anlamadım.

Yarın bayram. Çocuklar kadar şenim. Dolu dolu üç güzel gün yaşayacağım. Misafirler geldikçe rengârenk sevinçler dağıtacağım. Şimdi masanın üstünde, o eşsiz saatleri bekleyen kristal bir şekerliğim ben.



Bayram Hediyesi



Seyfi, tamamını tuttuğu oruçlardan sonra bayramı bekliyordu. Sabırsızdı. Özlediği şeyler vardı. Ramazan boyunca arkadaşlarıyla birlikte çok fazla top oynayamamıştı mesela.

Sıcaktı. Oruç tutarken bazen zorlandığı anlar oldu. Babası ona çocukluğundaki hatıralarını anlattı. Mesela ilk orucunu. Sonra da orucun tamamını tuttuğu Ramazan'ı.

-Ben orucu tam olarak tuttuğum zaman senin kadar ya vardım ya yoktum, diye başladığı konuşmasında sözü babasının bayram için kendisine aldığı hediyelere getirdi.

Seyfi, hediye söz konusu olunca kulak kesildi.

-O yıllarda şimdiki gibi değildi. Biz ufak tefek şeylerle mutlu olurduk.

-Hadi baba, ne alındı sana, onu söyle!

-Babam bana bir ayakkabı almıştı. Güzeldi. Bir hafta boyunca başucumda durdu. Yatarken bile yanımdan ayırmadım hiç.

-Başka?

-Daha ne alacak oğlum, benim için bu yeterdi. İlk defa lastik ayakkabının dışında bir ayakkabım olmuştu.

Seyfi beklediği cevabı alamadığını düşünürken babası,

-Ha, diyerek devam etti.

Seyfi hemen araya girdi.

-Cep telefonu mu aldı?

Babası kahkahayı bastı.

-Bizim zamanımızda cep telefonu mu vardı oğlum, dedi.

Seyfi'nin şaşkın bakışlarının sebebi, cep telefonsuz bir zamanı görmemiş olmasındandı.

-O yıllarda bırak cep telefonunu, ev telefonları bile yoktu, dedi babası.

Babası uzun zamandır Seyfi'nin cep telefonu istediğini biliyordu.

Seyfi için aldığı hediye için hiç belli etmemiş, bir sır gibi saklamıştı. Bayram namazına gitmeden önce verecekti.

Bir ay boyunca oruç tutmuş olması artık büyüdüğünü hissettiriyordu. Babası, oruç tutan çocukları Allah'ın çok sevdiğini anlatmıştı defalarca. Allah'ın sevdiği kimseleri iyi insanlar da severdi...

Sabah erkenden uyanan Seyfi, bayram sevincini yeni elbiseleri ve yeni ayakkabısını giyerek yaşadı. Annesi, Seyfi'nin biraz sonra göstereceği tepkinin merakıyla gözünü üzerinden ayırmadı.

Babası hediye paketini uzattı.

-Seni tebrik ediyorum, bir ay boyunca oruç tuttun. Sen bunu hak ettin...

Gözleri parladı. Hızlıca açtı paketi. Gördükleri onu mutlu etti. Bir tablet vardı elinde.

-Bununla çok şey yapabilirsin, mesela Kur'an okuyabilirsin. Oyun da oynayabilirsin.

Seyfi'nin bayram ile gelen mutluluğuna diyecek yoktu. Babası,

-Zaman ile birlikte hediyeler de değişti. Benim için bir kutu mantar ile mantar tabancası ulaşabileceğim en güzel hediye idi. Ya şimdi, diyerek gülüşmelere eşlik etti.

Bayram namazı için caminin yolunu tutarken unutamayacağı bir hediye nin tuttuğu oruçların ardından gelmesi, önemli bir hatıra olarak Seyfi'nin zihnindeki yerini aldı.



Kışın vazgeçilmez içeceği:

IHLAMUR

Salih ŞENER

Ihlamur, boğazımızı ısıtan o nefis tadıyla soğuk kış günlerinin vazgeçilmezidir. Anneniz ihlamuru çaydanlığa koyup kaynatmaya başladığı zaman evi nefis bir koku sarar. Bir ocak ya da soba üzerinde kaynamakta olan bir ihlamuru izlemenin tadına doyum olmaz.

Peki bu güzel kokuya sahip olan ihlamurun neden elde edildiğini biliyor muydunuz? Ihlamur, ihlamur ağacının çiçeklerinin ve yapraklarının kurutulmasıyla elde edilir. Ihlamur, Haziran-Ağustos ayları arasında beyazımsı-sarı renkli, hoş kokulu çiçekler açan, yüksek boylu bir ağaçtır. Boyları 20-30 m'ye kadar ulaşabilir.

Genellikle ormanlarda tabii olarak bulunursa da, süs ağacı olarak park ve bahçelerde de yetiştirilmektedir. Yaprakları saplı, ucu sivri, kenarları dişli, taban kısımları kalp biçiminde, üst yüzü yeşil, alt yüzü beyazımsı yeşil ve tüylüdür. Çiçekleri en az üçü bir arada olmak üzere sarkık yetişirler. Çiçek örtüsü kayık şeklinde, sarımsı-yeşil renktedir. Ihlamur, bu yaprak ve çiçeklerin kurutulmasıyla elde edilir.

Ihlamur ağacı mobilya sektörü için de önemlidir. Ihlamur beyaz renklidir ve kolay

şekil verilebildiği için ondan ev eşyaları da imal edilir. Ihlamur kabuğundaki lifler ip ve kaba dokumalarda kullanılır.

Ihlamurun pek çok faydası vardır. İçinde C ve P vitamini, reçine ve enzimler bulunur. Ihlamuru başka bitkilerle birlikte demleyerek içtiğimizde, kimi hastalıklara karşı daha etkili olmaktadır. Örneğin; portakal çiçekleriyle birlikte kaynatılıp içildiğinde baş ağrısına, naneyle birlikte demlendiğinde mide rahatsızlıklarına iyi gelmektedir. Ihlamur özellikle gribe ve öksürüğe karşı vazgeçilmezdir. Ihlamur sadece içilmekle kalmaz, cildimize sürdüğümüzde cildimizi tazeler, eğer varsa kaşıntılara da iyi gelir.

Ihlamuru tüketirken dikkat edilmesi gereken birkaç husus var:

Uzmanlar, genel olarak bilinenin aksine ihlamurun kaynatılmaması, kaynamış bir suyun içinde 5-6 dakika kaynatılarak içilmesi gerektiğini söylüyorlar. Ihlamuru içerken içine şeker yerine bal atarsak, bu boğazımıza daha iyi gelir, eğer varsa öksürüğümüzün kesilmesine yardımcı olur. Bu soğuk Ocak ayında şöylele sıcak bir ihlamur içmeye ne dersiniz?



TEHLİKELİ YIYECEKLER

Mustafa YAZGAN

Sevgili çocuklar,

Zararlı lezzetler içeren bu "sağlık düşmanı" yiyecek ve içecekleri, tertemiz vücudunuza sokmayın...

Yüceler yücesi Rabbimiz, ebedi hitap ve kitap Kur'an'da bakınız ne diyor? Okuyun...

- Ey insanlar! Yeryüzünde bulunan helâl ve temiz şeylerden yeyin. Şeytan'ın adımlarına uymayın. Şüphesiz ki, O, sizin için apaçık bir düşmandır. (Bakara Sûresi, 168)

Dünya Sağlık Örgütü (WHO), çocuklar için tehlikeli olabilecek yiyeceklerden bazılarını şöyle açıklıyor:

Asitli İçecekler: Mide ve bağırsak hastalıklarına yol açıyor. Mide tembelliği ve hazmetme (sindirim) zorluğu ortaya çıkıyor.

Çikolata: Yüksek oranda kakao ve şeker içerdiğinden "kolestrol"u yükseltiyor. Aşırıya gitmeden belli aralıklarla ve ölçülü miktarda alınmalıdır.

Cips: Felâket.. Kızarmışlık, tuz, alerjik

baharatlar içerir. Kanser, şeker hastalığı, obezite (şişmanlık) ve Alzheimer (bunama) ya yol açıyor.

Dondurulmuş Gıdalar: Mide ve bağırsaklara zarar.

Dondurma: Çabuk bozulabilen bir gıda. Zehirlenmelere, bağırsak hastalıklarına, boğaz, diş ve mideye zarar.

Fıstık: Toplam nüfusun yüzde birinde fıstık alerjisi var. Aşırıya kaçmadan (alerjiniz yoksa) ölçüyü kaçırmadan yenebilir.

Hamburger: Kalp ve damar hastalıklarına yol açıyor. Obezite'nin temel gıdalarından.

Hamur İşleri: Zararlı lezzetler sınıfında ilk sıralarda.. Ölçüsüz, devamlı ve sık yenen hamur işleri, çok kısa zamanda kilo almaya yol açıyor. Vücuttaki kolesterol dengesini bozuyor.

Kahve: Az miktarının faydalı olduğu söylene de, uykusuzluk ve dişlerde sararmaya yol açıyor.

Mantar: Yabanî olanları, çok ciddi zehirlenmelere yol açıyor. Tedbir olarak yenmemelidir. Kültür mantarını tercih etmeliyiz.

Patates Kızartması: Yüksek oranda akrilamid içerdiğinden, devamlı tüketildiğinde, karaciğer, damar sertliği, obezite (şişmanlık) ve kansere yol açıyor.

Sosis - Salam: Yoğun yağlı oluşu bir yana, içlerinde sodyum nitrit bulunur ve kansere yol açar. 10 yaşından küçük çocuklarda, boğulmaların yüzde on yedisi sosisten oluyormuş.





Padişahlardan biri bir gün maiyetiyle birlikte civar köyleri dolaşıyordu. Yol üzerinde tarlasına fidan dikmekle meşgul olan ihtiyar bir adam gördü. İhtiyar adam, geçkin yaşına aldırmadan büyük bir şevkle çalışıyordu. Padişah ihtiyara yaklaşarak sordu:

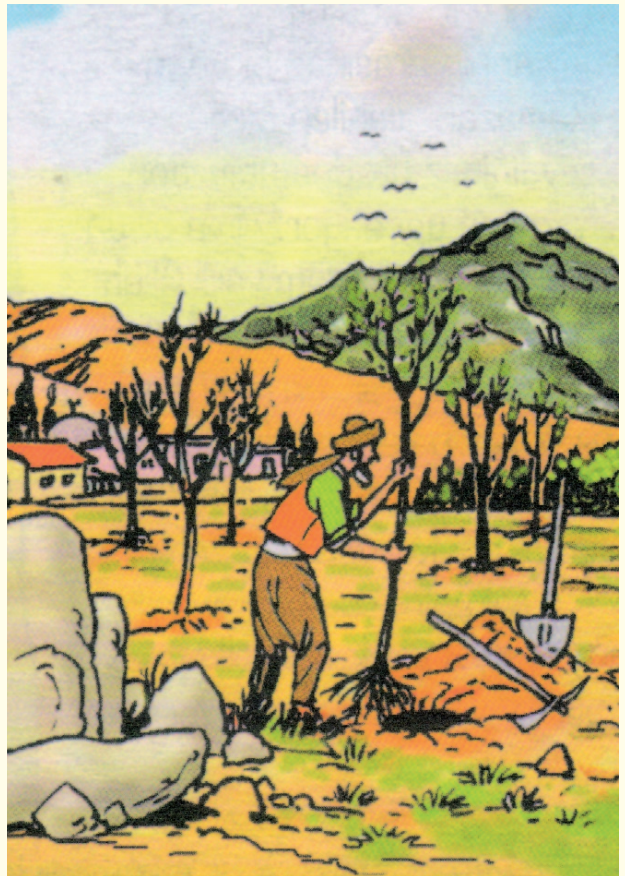
- Baba, sen ne diye fidan dikmeye çalışıyorsun? Maşallah, yaşını almışsan. Bu diktiğin fidanların meyvesinden yemek sana nasip olacak mı?

- Evlât, bu diktiğim fidanların meyvesinden yemem şart değil ki! Biz nasıl bizden öncekilerin diktiği fidanların meyvesini yiyorsak, bizim diktiğimiz fidanların meyvesini de torunlarımız yer!

İhtiyar köylünün bu cevabı padişahın çok hoşuna gitti.

- Çok güzel!.. Aferin, baba!

Padişahın "Aferin!" demesi bir





kese altın verilmesini emretmek demektir. Derhal ihtiyara bir kese altın verdiler.

- Gördün mü, evlât! Diktiğim fidanlar şimdiden meyve vermeye başladı! Başkaları meyvesi için bir sene beklerken, ben fidanın meyvesini anında aldım!

- Hah! Hah! Haaa! Bu da güzel! Aferin!

İhtiyar köylünün bu cevabını da beğenen sultan bir daha «Aferin!» dedi. Vazifedarlar hemen köylüye bir kese altın daha verdiler.



- Evlât, herkesin diktiği fidan yılda bir kere meyve verir, fakat, Allaha şükürler olsun ki, benim diktiğim fidanlar yılda iki defa meyve verdi!

İhtiyarın bu cevabı da padişahın çok hoşuna gitti. Bir daha «Aferin!» deyince köylüye bir kese altın daha verdiler.

İhtiyar, peş peşe altın keselerini alınca vezir dayanamayıp araya girdi:

- Aman, sultanım, bir an önce buradan uzaklaşalım. Yoksa bu ihtiyar tarlasına fidan dikmek yerine devletin hâzinesine darı ekecek!



DUVAR YAZILARI

ÖĞRENCİ ÜMÜDÜNÜ DEĞİL
HAKETTİĞİ NOTU ALIR!



SÜRESİ BİTMEMİŞ YAZILIDAN
ÜMİT KESİLMEZ!



UNLUTMADAN SÖYLEYİYİM
UNLUTKANLIĞIM MEŞHURDUR!



TAKMA KAFANA YA
KAFANA HİÇ
YAKIŞMADI ZATEN!



ÖZEL OKULLAR ÇOK PAHALI
SİZ İYİSİ Mİ TARİHTEN DERS ALIN!



ÇALIŞKAN OLMAYAN ÖĞRENCİ
KENDİNİ PEKİYİ AMBARINDA GÖRÜR!

ADAMIN ADI ÇIKACAĞINA
SÖZLÜYE ÇIKSIN!

Beni yine
harcadılar.



ÖĞRETMENİN VURDUĞU YERDE
KAKTÜS BİTER!...



ÇOK SIKILDIM!



KAZ GELECEK YERDEN
TAVUK İSTENMEZ!

Öfkeyle kalkan
zayıf alır oturur.



VAKTİNDE ÖDENMEYEN
10 LİRA
BEŞ LİRA ETMEZ!

BENİ SORAN
OLURSA,
(A) ŞIKKI!



O KADAR SULLU GÖZLÜ
ÇOCUKTU Kİ;
SULAR KESİLDİĞİ
ZAMAN BÜTÜN
MAHALLEYE
YETİYORDU!...

ADIM GİBİ BİLİYORUM
SOYADIMI!...



HAYAL KURMAYI BIRAKIN
PİLLİLERİ ÇIKMIŞ!...



YAZ KUR'ÂN KURSLARI BAŞLIYOR

ЗАПОЧВАТ ЛЕТНИТЕ КОРАН КУРСОВЕ

„МИЛИ ДЕЦА, ДА НАУЧИМ РЕЛИГИЯТА СИ И ДА СЕ ЗАБАВЛЯВАМЕ“

**„ÇOCUKLAR HAYDİ YAZ KUR'ÂN KURSLARI BAŞLIYOR, ARKADAŞLARIMIZA SÖYLEYELİM,
BÜTÜN ÇOCUKLAR GELSİN, DİNİMİZİ ÖĞRENELİM VE EĞLENELİM“**



В ЕДИН ХАДИС РЕСУЛУЛЛАХ (С.А.С.) КАЗВА:

**"ТОЗИ, КОЙТО ОБУЧАВА ДЕТЕТО СИ НА КОРАН В АХИРЕТСКИЯТ ДЕН ЩЕ БЪДЕ ПРИВИКАН И ОБЛЕ-
ЧЕН С ДРЕХИ, ЧИЕТО СИЯНИЕ ЩЕ ОЗАРИ ЛИЦАТА НА ОБИТАТЕЛИТЕ НА ДЖЕННЕТА."**

RESULÜLLAH (S.A.S) BUYURMUŞTUR:

**"ÇOCUĞUNA KUR'ÂN ÖĞRETEN KİMSE KIYAMET GÜNÜ ÇAĞRILARAK ELBİSELER GIYDIRILİR;
ÖYLE Kİ O ELBİSENİN NURU, BÜTÜN CENNET EHLİNİN YÜZÜNÜ AYDINLATIR."**



РЕПУБЛИКА БЪЛГАРИЯ
Мюсюлманско изповедание
Главно мюфтийство



grandmufti.bg



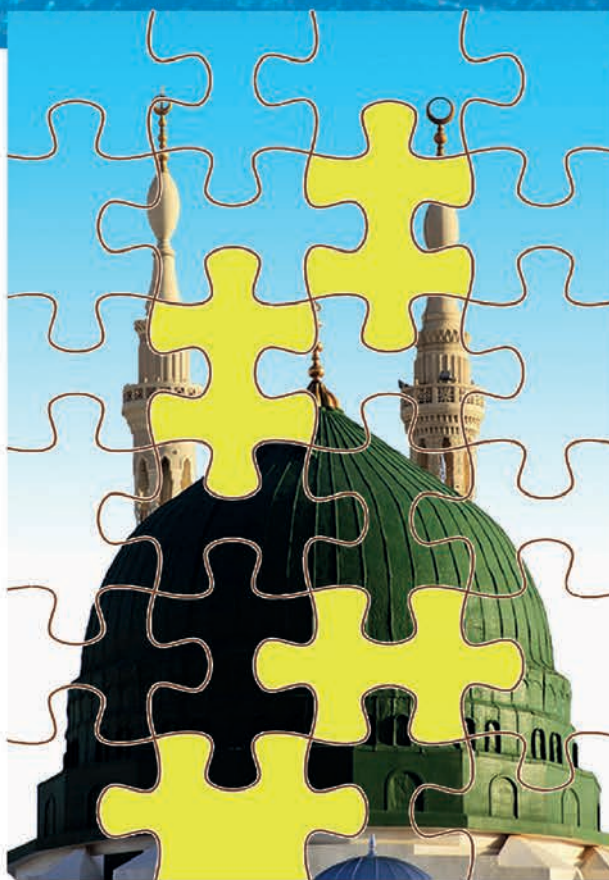
@grandmuftibg



grandmufti.bg



Намерете липсващите
части от картинката



Намерете 7-те разлики



ДЕЦА, БЪДЕТЕ БАДИТЕЛНИ!

Съществува много сериозна опасност за живота, здравето и щастие-то ви. Всички, в това число и децата трябва да бъдете много внимателни на улицата. Затова ви препоръчваме:

- Знайте, че тези които отвличат деца отвън по нищо не се различават от останалите хора. До вас те могат да се доближат като нормални хора. След това предлагат на децата бонбони, шоколади, локуми, чипсове, кока кола, бисквити, сладоледи и др. все неща, които обичат децата. Така ги приканват да се качат в тяхната кола, след което от тях може да се очакват какви ли не неща. Затова какво трябва да правите?

В никакъв случай не се разхождайте сами по улиците, особено привечер и вечер.

Гледайте да сте заедно по двама

и трима.

Родителите ви трябва да знаят винаги къде се намирате и с какво се занимавате.

5. Когато искате да излезете, винаги искайте разрешение от родителите си като им казвате къде, с кого заминавате. Ако ви кажат да не отивате, не отивайте!

Ако непознатият човек се опита насила да ви закара, викайте с цял глас „Помощ!“ Ако наблизо има полицаи, обадете му се!

Ако някой ви настигне по пътя с кола или с мотоциклет и ви предложи да ви закара докъдето поискате, в никакъв случай не приемайте!

Не се качвайте нито в колата, нито пък в мотора му. Огато видите, че някой се приближава с лоши намерения към вас, бягайте.



ДЖАМИЯТА СУЛТАН АХМЕД

Мехмед ЧИХАНГИР

Мехмед ДЖИХАНГИР Джамията Султан Ахмед е една от най-прочутите исторически паметници на Турция и Истанбул. Тя е изградена по повелята на султан Ахмед I от 1609 до 1616 г. Поради преобладаващия син цвят на фаянсовите плочи, с които е покрита вътрешността на джамията в Европа тя е известна като Синята джамия. Тази джамия е една от най-величествените градежи в Истанбул. За нейната украса са използвани над 20 хиляди фаянсови плочки от Изник. В тях са използвани главно десени с цветя и растения като зюмбюли, чепки грозде и т.н.

До джамията се извисяват шест минарета. Само още три джамии притежават тази особеност. Четирите от

минарета са разположени по ъглите, а двата в предния двор. Четирите минарета са с по три шерфета, а тези в двора са с по две. Вътре михрабът е изработен от мрамор и представлява един от най-важните елементи на джамията. Дворът на джамията е доволно широк. От двете страни на двора са разположени местата за абдест.

Джамията Султан Ахмед е особена красива по време на рамазана. Дворът и околностите на джамията се изпълват с хора, дошли за ифтар.

Нощите през месец рамазан са особено привлекателни. Теравих намазите, които се изпълняват с хиляди присъстващи изпълват с вълнение душите.





ДА НАУЧИМ И ДА ЗАЖИВЕЕМ ПО КОРАНА

Исмаил ЙОЗДЖАН

Най-достойното нещо за всеки мюсюлманин е да задели време за научаване на Корана. За един мюсюлманин, независимо от това към кой народ той принадлежи, или какъвто и език да говори, няма нищо по-ценно да чете Корана в неговия оригинал. Великата ни Книга освен, че е изпослана да бъде разбрана и прилагана, насочва и нашия живот, но е изпослана да бъде четена тайно или явно, според мястото и да държи непрестанно отворени очите и ушите им за Аллаховите предписания и предупреждения.

Нашият Пейгамбер непрекъснато четеше Корана. По време на цялото си служене като веровестител, в

дните на рамазана той четеше изпосланите до тогава части на Корана на Джебраил /а.с./, после пък Джебраил /а.с./ четеше като по такъв начин съпоставяха четенето.

Хз. Пейгамбера ни освен, че при всяка възможност четеше Корана, но настояваше да го правят и другите. Затова той придаваше голямо значение на научаването на Корана. Сам той е научил много хора на Коран, като им препоръчвал и те от своя страна да правят същото. Не напразно той е повелил: «Най-добрият сред вас е онзи, който научава Корана и прави да го научат».



вало да бъде възнаграден с кесия злато. Прислугата веднага му дала жълтъците.

- Видя ли, сине! Още отсега дръвчетата, които садя почнаха да дават плодове! Другите чакат с години, а аз незабавно получих плодовете на дръвчетата!

- Ха-ха-ха.. И това беше много хубаво! - похвалил го падишахът.

Падишахът, който харесал този негов отговор, рекъл:

- Браво!

Служителите му поднесли още една кесия с жълтъци.



- Сине, докато на другите хора дръвчетата дават плод веднъж годишно, то слава на Аллаха, моите дадоха два пъти плод!

И този отговор на възрастния човек много се харесал на падишаха и той рекъл още веднъж „Браво, дядо!“ И отново му дали кесия жълтъци.

Когато везирът видял, че старецът получава едно след друго кесии с жълтъци, рекъл на падишаха:

-Мой султане! Час по-рано да си тръгнем оттука! Иначе този стар селянин вместо да седи дръвчета на нивата си, ще пресуши хазната на държавата!





Веднъж един падишах със своята свита тръгнал да обикаля близките села. По едно време видял възрастен мъж, който сажал дръвчета. Независимо от годините си възрастният мъж работел с голямо усърдие. Падишахът се доближил до него и го попитал:

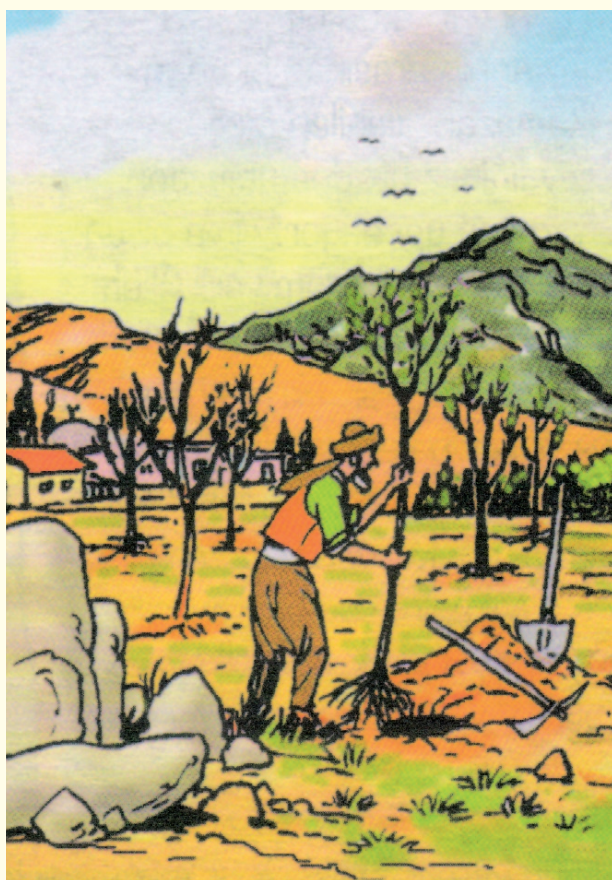
- Дядо, ти защо се мъчиш да садиш тези дръвчета? Машаллах, трябва да си доста възрастен. Ще имаш ли възможност да вкусиш от плодовете на тези дръвчета?

- Сине, не е речено непременно да вкуся от плодовете на тези фиданки. Както ние ядем от плодовете на дръвчетата, които са посадили хората преди нас, нека и нашите внуци да ядат плодовете на дръвчетата, които ние садим!

Отговорът на възрастния селянин много допаднал на падишаха:

- Браво дядо! Браво на тебе!

Тази похвала на падишаха означа-



Незаменимото питие на зимните месеци: ЛИПОВИЯТ ЧАЙ

Салих ШЕНЕР

Липовият чай е незаменимото питие на зимните месеци с неговия приятен аромат. Когато сложите в чайника липовия цвят и той започва да ври, стаята се изпълва с дъхавия мирис на цъфтящите през юни липи.

Затова през този сезон не пропускайте да си берете липов цвят, без да кършите крехките им клони, защото до година пак ще ни дадат цвят.

След като наберете цветята, сушете ги на сянка като ги простирате върху бял чист чаршаф. Обърнете внимание на дърветата да са далеч от шосета и замърсения въздух. Самите дървета растат до 20-30 метра. Тъй като клоните са много крехки, внимавайте като се качвате и стъпвате по тях. Самата дървесина е бяла и лесно се поддава на обработка. От корите на младите клони се получават влакна.

Липовият цвят е много полезен. Съ-

държа витамини С и Р, смола и ензими. Когато се пие заедно с други чайове, оказва по-благоотворно влияние. Така например, ако се пие с мента влияе положително върху стомашните неразположености. Липовият цвят е особено препоръчителен при грип и кашлица. Чаят може не само да се пие, но когато се разтрива върху кожата, тя се подновява, спира ако има сърбежи.

При използването на липовия цвят специалистите препоръчват те да не се варят, а да се държи 5-6 минути във вряла вода. Ако вместо захар добавите пчелен мед, това влияе по-добре на гърлото, подпомага спирането на кашлицата.



ОПАСНИТЕ ХРАНИ

Мустафа ЯЗГАН

Мили деца, не си позволявайте тези храни и питиета, врагове на здравето, да попаднат в тялото ви:

Вижте какво повелява нашият Господар в Коран-и Керим:

„О, хора, яжте от онова по земята, което е позволено, приятно. И не следвайте стъпките на сатаната! Той за вас е явен враг“. /Бакара, 168/ Световната здравна организация определя следните храни, които са опасни за здравето на децата:

о **Храни с киселини**. Те предизвикват болести по стомаха и червата, причиняват мързелив стомах и трудности при храносмилането.

о **ШОКОЛАДЪТ**. Съдържа голям процент какао и захар, поради което увеличава холестерола. Трябва да се консумира без да се прекалява и в определени промеждутъци.

о **ЧИПСЪТ** е самият ужас! Сол, алергични подправки и пърженото причи-

няват ракови заболявания, диабет, затлъстяване и Алцхаймер.

о **ЗАМРАЗЕНИТЕ ХРАНИ** са вредни за стомаха и червата.

о **СЛАДОЛЕДЪТ** е храна, която бързо се разваля. Може да причини отравяне. Вреди на червата, гърлото, зъбите и стомаха.

о **ФЪСТЪЦИТЕ** може да ядете без да прекалявате, понеже причиняват алергии.

о **ХАМБУРГЕРИТЕ** причиняват сърдечно-съдови заболявания. Главен причинител е на затлъстяването.

о **ТЕСТЕНИТЕ ИЗДЕЛИЯ** заемат първо място сред вредните вкусове. Безмерното, продължително и често консумиране на тестени изделия води до увеличаване на теглото. Нарушават равновесието и холестерола в организма.

о **КАФЕТО** причинява безсъние и води до пожълтяване на зъбите. о **ГЪБИТЕ** - дивите са изключително отровни. В никакъв случай не трябва дори да се опитват.

о **ПЪРЖЕНИ КАРТОФИ** - при продължително ядене вредят на черния дроб, причиняват затлъстяване.





Безплатно детско приложение на сп. "МЮСЮЛМАНИ"

Брой
7
2016