ИМАНЛЫ ГАИЛӘ

Гаилә тормышын яктыртучы дини-мәгърифәти газета

№3 МАЙ 2012

Газетада Коръән аятьләре булу сәбәпле, саклык белән куллануыгызны сорыйбыз.

АНОНС

Гаилә—ул бер дәүләт.

3 бит

Тәкъвалык

4 бит

Айсылу абыстай һәм Кирам хаҗи Кәшәфетдиновлар белән әңгәмә

Фәрештәләр салават әйткәндә...

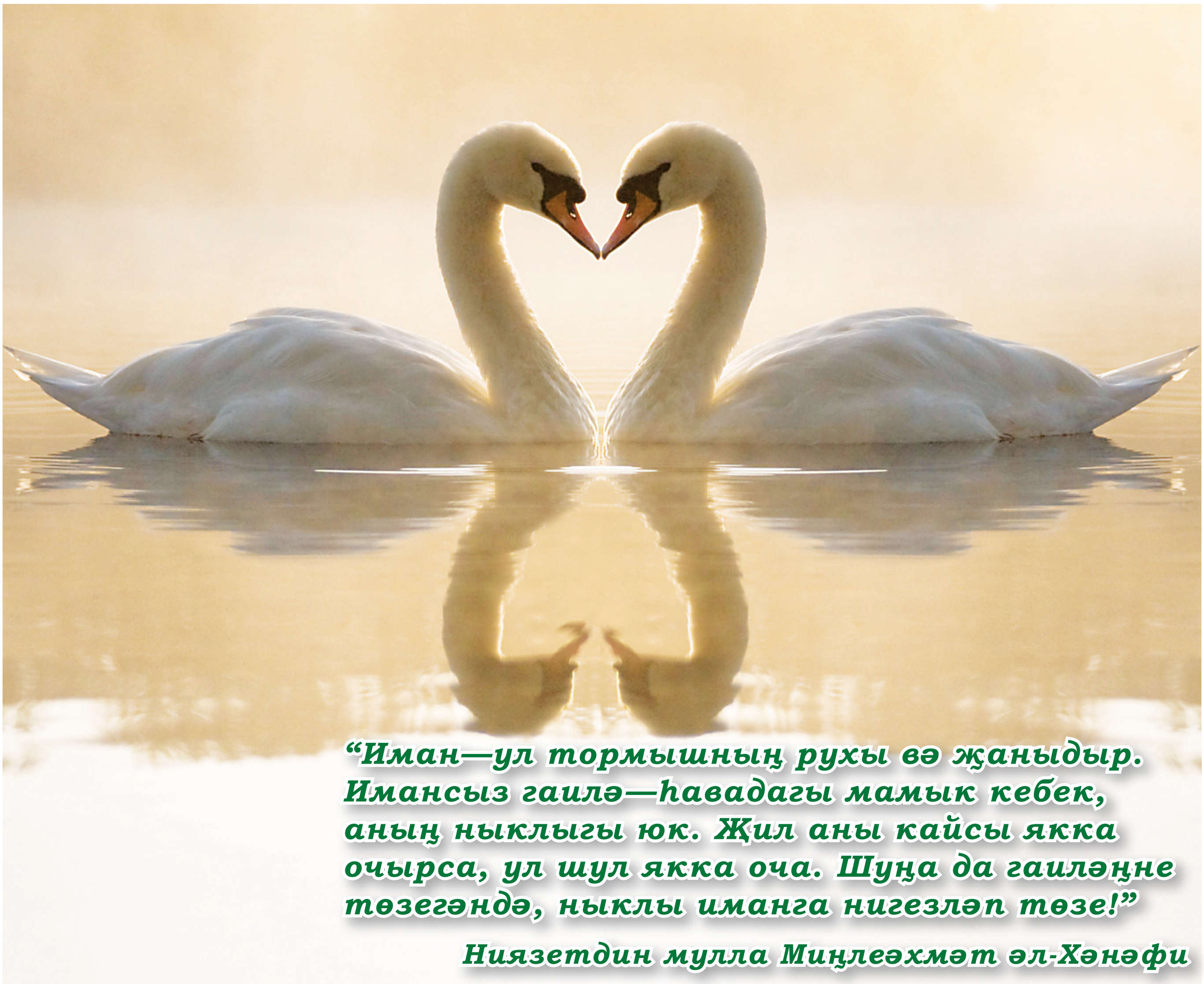
6 бит

Рәис хәзрәт МӨБАРӘКШИН

Ни генә булмасын, барысы да хәерле булыр!

8 бит

Могҗизага тиң дару



“Иман—ул тормышның рухы вә җаныдыр. Имансыз гаилә—һавадагы мамык кебек, аның ныклыгы юк. Җил аны кайсы якка очырса, ул шул якка оча. Шуңа да гаиләңне төзегәндә, ныклы иманга нигезләп төзе!”

Ниязетдин мулла Миңлеәхмәт әл-Хәнәфи

Рәис хәзрәт МӨБАРӘКШИН

ИР БЕЛӘН ХАТЫН ХАКЫ

Дәвамы. Башы 1, 2 саннарда.

Гали хатынын кысып-кысып кочаклады. Күңелендә Фатыймасына карата үпкә булса да, үзе өчен оялды ул. “Мин—гаилә башлыгы, ә үземне бала-чага кебек тотам. Минем аркада якын кешем, баламның әнисе газап чигә. Нәрсә эшләдем мин? Аллаһы Тәгалә каршында ничек җавап бирермен?”—дип, хатынына кушылып үзе дә елап җибәрде.

Фатыйма бераз тынычлангач, Гали ни өчен хатынына үпкә саклавын сөйләп бирде.

Сәбәп Фатыйманың үзендә булып чыкты. Ул үзгәргән һәм иренә элеккечә игътибарлы түгел икән бит...

—Син миңа матур күренергә тырышмый башладың. Элек син мин кайтышка матур күлмәгеңне киеп, бизәнеп-ясанып куя, романтик кичләр ясый идең, һәрвакыт ягымлы һәм шат, шаян идең, миңа гел ниндидер кызыклар сөйли идең. Ә хәзер сине алыштырып куйган кебек! Өйдә яныма чакырсам, яки телефоннан шалтыратсам да, элеккечә ягымлы тавышыңны ишетмим. Баштарак ничек итеп әйтергә дә белми йөрдем, үпкәләрсең кебек иде. Соңрак үзең аңламассыңмы дип, бик матур күлмәк алып кайтып бирдем, хәтерлисеңме? Икенче көнне эштән кайтуыма шуны киеп куярсың дип өметләнгән идем. Булмады. Син ул күлмәкне өч атна элек туганнарың килгән көнне генә кидең. Шул көнне син шулкадәр шат, ягымлы идең. Туганнан туган энең белән шулкадәр ягымлы итеп сөйләштең, сиңа үпкәм шулкадәр зур булды, мин сине игътибарсызлыгым белән өйрәтергә булдым.

Гали бу сүзләрен бераз ачу белән сөйләсә дә, аклану сыман килеп чыкты. Ул инде үзенең кирәкмәгән гамәл кылганын аңлаган иде.

Фатыйма шыпырт кына ирен тыңлады, шул ук вакытта башында төрле уйлар кайнады. Әйе, хәзер ул үзенең өйдәге кыяфәтенә игътибарны бераз киметте. Дөрес, ул ирендә һәрвакыт матур хисләр генә уятырга тиеш. Тик, ире дә өйдә костюмнан йөрми бит, хушбуйны да урамга чыкканда гына сибә. Фатыйма да үзен якларга булды.

—Гали, ә үзең өйдә ничек киенеп йөрисең?!

—Бу миңа кагылмый, чөнки мин—ир кеше. Ә син—хатын-кыз һәм һәрвакыт ирең өчен генә матур булырга, чит ирләрдән матурлыгыңны яшерергә тиешсең!

—Мин Галимә абыстайга барып, бу хакта сорашып-сөйләшеп кайткан идем. Абыстай миңа Мөхәммәд галәйһиссәләмнең сәхабәсе Габдуллаһ ибне Габбасның сүзләрен мисал итеп китерде. Ул: “Мин хатыным каршында матур киенергә яратам, аның да миңа карата шулай эшләвен телим”,—дигән. “Ни өчен?”—дип сорагач, Коръәндәге “Сыер” сүрәсенең 228нче аяте белән җавап биргән: “Ирләрнең хатыннары өстеннән хокуклары булган кебек, хатыннарның да ирләре өстеннән хокуклары бар”. Шулай булгач, бер-беребезгә матур күренергә тырышу—икебезнең дә бурычыбыз!

—Әлбәттә, мин Коръән аяте белән килешми кала алмыйм. Мин моңа киләчәктә игътибар итәчәкмен, Аллаһы боерса. Тик, син нигә мондый четерекле мәсьәләләр хакында чит кеше белән киңәшәсең? Хәзер мин, берәр җирдә очрашсак, Галимә абыстайның күзләренә ничек карыйм?!—дип борчылды Гали...

Дәвамы киләсе санда.

МАЙ АЕНА НАМАЗ ВАКЫТЛАРЫ

Милади 2012 ел	Көн исеме	Иртәнге намаз	Кояш чыга	Өйлә намазы	Икенде намазы	Ахшам намазы	Ястү намазы	Һиҗри 1433 ел	
1	Сиш	03:30	05:00	13:02	17:55	20:22	21:52	10	ҖӨМӘД ӘЛ-АХИР
2	Чәр	03:28	04:58	13:02	17:57	20:24	21:54	11	
3	Пән	03:25	04:55	13:02	17:58	20:26	21:56	12	
4	Җом	03:23	04:53	13:02	17:59	20:28	21:58	13	
5	Шим	03:21	04:51	13:02	18:01	20:30	22:00	14	
6	Якш	03:19	04:49	13:02	18:02	20:32	22:02	15	
7	Дүш	03:17	04:47	13:02	18:03	20:34	22:04	16	
8	Сиш	03:15	04:45	13:02	18:05	20:36	22:06	17	
9	Чәр	03:13	04:43	13:02	18:06	20:38	22:08	18	
10	Пән	03:11	04:41	13:02	18:07	20:40	22:10	19	
11	Җом	03:09	04:39	13:02	18:09	20:42	22:13	20	
12	Шим	03:07	04:37	13:02	18:10	20:44	22:14	21	
13	Якш	03:05	04:35	13:02	18:11	20:46	22:16	22	
14	Дүш	03:03	04:33	13:02	18:13	20:48	22:18	23	
15	Сиш	03:01	04:31	13:02	18:14	20:50	22:20	24	
16	Чәр	02:59	04:29	13:02	18:15	20:51	22:21	25	
17	Пән	02:57	04:27	13:02	18:16	20:53	22:23	26	
18	Җом	02:56	04:26	13:02	18:17	20:55	22:25	27	
19	Шим	02:54	04:24	13:02	18:19	20:57	22:27	28	
20	Якш	02:52	04:22	13:02	18:20	20:59	22:29	29	
21	Дүш	02:51	04:21	13:02	18:21	21:00	22:30	30	
22	Сиш	02:49	04:19	13:02	18:22	21:02	22:32	1	
23	Чәр	02:48	04:18	13:02	18:23	21:04	22:34	2	РӘҖӘБ
24	Пән	02:46	04:16	13:02	18:24	21:05	22:35	3	
25	Җом	02:45	04:15	13:02	18:25	21:07	22:37	4	
26	Шим	02:44	04:14	13:02	18:27	21:09	22:39	5	
27	Якш	02:42	04:12	13:02	18:27	21:10	22:40	6	
28	Дүш	02:41	04:11	13:02	18:29	21:12	22:42	7	
29	Сиш	02:40	04:10	13:02	18:29	21:13	22:43	8	
30	Чәр	02:39	04:09	13:02	18:31	21:15	22:45	9	
31	Пән	02:38	04:08	13:02	18:31	21:16	22:46	10	

Иманлы гаиләнең бурычы— камил балалар тәрбияләү

Камил кеше тәрбияләү балачактан башлана. Пәйгамбәребез Мөхәммәд (с.г.в.): “Әтинең балага калдырган иң зур мирасы—яхшы тәрбия”,—диде. Кызганыч, байлык артыннан куып, күп вакыт балалар тәрбиясе турында онытып җибәрәбез. Байлык туплап, яхшы өйләр салып, затлы машиналар алып биреп, баланы бәхетле итеп була дип уйлаган әти-әни хаталы юлда. Мондый фикерләр—ялгыш тәрбия җимешләре. Нәкъ менә шушы мәсьәләне күздә тотып, “Гаилә” Ислам-Мәдәни үзәге тарафыннан Кәрим Тинчурин театры бинасында “Камил балалар тәрбияләү—иманлы гаиләнең бурычы” дип исемләнгән конференция уздырылды. Монда балалар белән ничек дөрес мөгамәлә итү, аларга игътибарлы булуның мөһимлеге, илебездә урта белем бирүнең нинди төрләре бар—һәр сорау каралды.

Балаларыбыз белән күбрәк аңлашып, үзара мәхәббәт тәрбияли алсак, алар байлыкка караганда әти-әнисен яратарак төшәр иде. Бүген өч көнлек дөнья байлыгына бирелгән кешенең балалары белән аралашып, аңлашып, бер-берсен хөрмәт итеп яшәргә дә вакыты юк. Бала ни эшләсә эшләсен, тик безне дөнья куудан, яки телевизор караудан гына аермасын! Бу темага әзерләнгән видеоролик күпләрнең күңелен кузгатты. Коръән сүрәләренең моңлы аһәңе, хәзрәтләрнең тәэсирле вәгазьләре, Миңгол Галиевның мөнәҗәтләр укуы, нәни мөселман балаларының чыгышы, ике гаилә командасы арасында оештырылган “Кечкенә КВН” һәркемнең күңеленә хуш килде.

Конференциядә булучыларның һәрберсе үзенә кирәкле мәгълүматны алгандыр дип ышанасы килә. Һәм шуларның барысын да дөрес аңлап, алдагы гаилә тормышында кулланырлар дигән өмет бар. Аларның барысына да саулык, гаилә иминлеге насыйп булсын иде.

Ислам динендә “тәкъва” сүзе Аллаһының газабыннан саклану мәгънәсен аңлата. Кеше Аллаһының барлыгына һәм берлегенә ышанганнан соң Аның газабыннан саклый торган гамәлләр кылырга, ягъни тәкъвалык сыйфатына омтылырга һәм ирешергә тиеш. Аллаһы Тәгалә Коръәндә кешеләргә һәр эштә дә тәкъва булырга куша. Ул әйтә: “Әй иман китергән бәндәләр! Аллаһының газабыннан чын саклану белән сакланыгыз (ягъни тәкъва булыгыз)!” (“Әл Гыймран” сүрәсе: 102нче аять)

ТӘКЪВАЛЫК

Ибн Мәсгуд исемле сәхабә бу аятен шундый мәгънәдә аңлата: “Аллаһының газабыннан саклану (тәкъва булу)—ул Аллаһка буйсыну һәм аның әмеренә каршы килмәү, Аны һәрвакытта да истә тоту һәм онытмау, Аңа шөкер итү һәм Аның нигъмәтләрен инкарь итмәү”.

Аллаһ кешенең матурлыгына, байлыгына һәм дәрәҗәсенә игътибар итми. Аның каршында иң хөрмәтле кеше—тәкъва булучы. Аллаһы Тәгалә әйтә: “Аллаһ каршында сезнең иң хөрмәтлегез–ул иң тәкъва булучыгыз”. (“Бүлмәләр” сүрәсе: 13нче аять)

Кешенең Аллаһ газабыннан саклануы, ягъни тәкъва булуы түбәндәгеләрдә күренә:

1. Аллаһының кушкан гамәлләрен үтәүдә. Ул биш вакыт намаз укый, Рамазан аенда ураза тота, байлыгы булса зәкят түли, әти-әнисенә, хатынына, балаларына карата игелек кыла һәм алар белән яхшы мөнәсәбәттә була.

2. Аның сөйләмендә. Тәкъва кеше үзенең телен сүгенүдән, ялган сөйләүдән, гайбәттән, кешеләрне кимсетү, мыскыл итүдән һәм файдасыз буш сүз сөйләүдән саклый. Аның теле яки файдалы сүз сөйли, яки дәшми тора.

3. Аның ашаган ризыгында. Тәкъва кеше бары тик хәләл ризык кына ашый һәм хәләл эчемлекләр генә эчә. Аның карынына шикле, хәрәм ризыклар керми.

4. Аның карашында. Тәкъва кеше урамдагы, газета-журналлардагы һәм экраннардагы ярым шәрә хатыннарга карамый. Әгәр дә ул аларны күрсә, карашын алардан читләтә.

5. Аның кулында. Тәкъва кеше башкаларга сукмый, гөнаһлы нәрсәләргә кулын сузмый, ә бары тик рөхсәт ителгән файдалы һәм саваплы гамәлләр генә кыла.

6. Аның күңелендә. Тәкъва кеше башка кешеләргә карата көнчелек, күрә алмау хисе сакламый һәм аларның кайгы-хәсрәтләренә дә шатланмый.

7. Аның ниятендә. Тәкъва кешенең нияте һәрвакытта да ихласлыкка корылган. Ул бер эшне дә мактасыннар яки җәмгыятьтә дәрәҗә казану өчен эшләми. Ул һәр гамәлне Аллаһының ризалыгына һәм Аның җәннәтен өмет итеп кыла.

Кеше һәр эштә Аллаһының газабыннан сакланып яшәсә, ягъни тәкъва булса, түбәндәге нәрсәләргә ирешә:

1. Аллаһы Тәгалә ул кешене ярата башлый. Аллаһы Тәгалә әйтә: “Чынлыкта Аллаһы Тәгалә Үзенең газабыннан сакланучы–тәкъва кешеләрне ярата”. (“Әл Гыймран” сүрәсе: 76нчы аять)

2. Тәкъва кеше Аллаһының рәхмәтенә ирешә. Аллаһы Тәгалә әйтә: “Бу индергән бәрәкәтле китап (Коръән). Аңа иярегез һәм тәкъва булыгыз. Бәлки сезгә Аллаһ рәхимле булыр”. (“Терлекләр” сүрәсе: 155нче аять)

Аллаһы Тәгаләнең кешеләргә рәхимлелеге бик күп нәрсәләрне үз эченә ала. Аның рәхимлелеге матди нәрсәләрдә дә һәм мәгънәви нәрсәләрдә дә күренә. Мәсәлән, балаларның тәрбияле, тормышның һәм күңелнең тыныч булуы, авырулардан, кайгылардан имин булу Аллаһының кешегә карата рәхимле булуының бер күрсәткече булып санала.

3. Аллаһы Тәгалә тәкъва кешене тормышның һәр очрагына дөрес бәя бирә ала торган сыйфатлы итә. Аллаһы Тәгалә әйтә: “Әй иман китергән кешеләр! Әгәр дә сез Аллаһының газабыннан саклансагыз, Ул сезгә аера торган сыйфат бирә....” (“Табышлар” сүрәсе: 29нчы аять)

Аера торган сыйфатка ия булган кеше һәрвакытта да яхшылык белән начарлыкны аера, ялган белән дөреслекне аңлый һәм тормышның һәр очрагына дөрес бәя бирә.

4. Аллаһы Тәгалә тәкъва кешегә бәрәкәт бирә: “Әгәр дә авыл (шәһәр) кешеләре иман китереп тәкъва булсалар, Без аларга күктән һәм җирдән бәрәкәт ишекләрен ачар идек”. (“Киртәләр” сүрәсе: 96нчы аять)

5. Аллаһ тәкъва кешегә һәр авырлыктан чыгу юлын күрсәтә һәм һәр эшен җиңел кыла: “Кем дә кем Аллаһының газабыннан сакланса, Аллаһ аңа авырлыктан чыгу юлын күрсәтә”. (“Талак” сүрәсе: 2нче аять) “Кем дә кем Аллаһының газабыннан сакланса, Аллаһ аңа эшендә җиңеллек бирә”. (“Талак” сүрәсе: 4нче аять)

Кеше кайвакыт чишеп булмаслык авырлыкларга очрый, берәр эш башласа, башкарып чыга алмам дип уйлый. Әгәр дә кеше тәкъва булса, Аллаһы Тәгалә аңа ярдәм итә.

6. Тәкъва кешегә Аллаһы Тәгалә гыйлем алуны җиңеләйтә: “Аллаһының газабыннан сакланыгыз, Аллаһ сезне өйрәтә, Аллаһ бөтен нәрсәне Белүче”. (“Сыер” сүрәсе: 284нче аять)

Кеше нәрсәнедер белмәскә яки аңламаска мөмкин. Әгәр дә кеше тәкъва булса, Аллаһы Тәгалә аңа белмәгән нәрсәсен аңларга ярдәм итә.

7. Тәкъва кеше җәһәннәм өстендәге сират күперен җиңеллек белән үтә: “Сезнең бөтенегез дә аны (җәһәннәм өстеннән) узачак. Бу синең Раббыңның катгый карары булды. Соңыннан тәкъва кешеләрне коткарачакбыз, ә гаделсезлек кылучы (имансызларны, гөнаһ кылучыларны) кешеләрне анда (җәһәннәмдә) калдырачакбыз”. (“Мәрьям” сүрәсе: 72нче аять)

8. Тәкъва кешеләр җәннәткә керәчәк: “Дөреслектә тәкъва кешеләр имин урында, җәннәт бакчаларында һәм чишмәләрдә булачак”. (“Төтен” сүрәсе: 51-52нче аять)

Барлык кешеләргә дә Аллаһы Тәгалә тәкъвалык сыйфатына ирешеп, бу дөньяда һәм Кыямәт көнендә хәерле, бәхетле тормышта яшәргә насыйп итсен!

Алмаз хәзрәт САФИН

Айсылу абыстай һәм Кирам хаҗи Кәшәфетдиновлар белән әңгәмә

ФӘРЕШТӘЛӘР САЛАВАТ ӘЙТКӘНДӘ...

Мин алар белән очраклы гына таныштым. Аллаһ кушуыдыр инде. Шулкадәр пар килгән алар, тикмәгә генә 53 ел бергә яшәмиләрдер! Икесе бер фикердә булган, Ислам диненә тугры калып, “дин юк” дип үскән безнең кебек “кара” буынны агартуга көчләрен кызганмаган кешеләр алар. Сүзем Түбән Кама шәһәрендә яшәүче Айсылу абыстай белән Кираметдин хаҗи Кәшәфетдиновлар хакында. Аларның “Фәрештәләр салаваты”н әйтүләрен ишетеп таң калдым. Менә шул салават әйтүләре мине аларга китерде дә инде. Йорт эчләре искиткеч матур, пөхтә, артык берни юк.

—Бик нурлы икән өегез,—*дип әңгәмәне башлап җибәрдем.***—Намаз укыган кешеләрнең өйләре нурлы була дип ишеткәнем бар иде, хак икән.**

Икегез дә дин кешеләре. Бу юлга ничек бастыгыз? Әллә сезне дин юлында йөрү очраштырдымы?

—Айсылу абыстай белән танышканда, ул инде намаз укый иде. Мин соңрак тотындым,—*дип сөйләп китте Кирам хаҗи.*—Догалар укый идек үзе. Ул чакларда динне кача-поса гына тоталар иде бит. Малай чакта җомга, гает намазларын урманга барып укып йөргәнне хәтерлим.

—Әтиегез мулла булмагандыр бит?

—Юк. Ул Бондюг заводында эшли, йөз баш тирәсе умарта тота иде. Бер “агач” коммунист көнләшеп, әтинең бар умарталыгын җимерттерде, раскулачить иттеләр. Чын коммунистлар кешегә тимәделәр ул чакта. Атларыбыз, малларыбыз бар иде, бөтенесен тәпи алып чыгып киттеләр. 1936 ел иде ул. Шуннан, монда яшәп булмас диеп, Кокшан бистәсенә күчендек. Яшь чагым шунда узды. Искитмәле матур җир, дүрт күле генә бар иде. Менделеев үзенең мәшһүр таблицасын шул Кокшан бистәсендә язган.

—Айсылу абыстай белән ничек таныштыгыз? Бигрәкләр пар килгәнсез!

—Без Кизилда таныштык. Мәскәүдә хезмәт иткән җирдән 1956 елны шул якка шахтага эшләргә кайткан идем. Бер ел очрашып йөрдек тә, никахлаштык. Икебез дә шахтада эшләдек. Рәхәт яшәдек.

—Ничек бу якларга кайтасы иттегез?

—“КамАЗ” дигән сихри сүз тартып кайтарды. Ул вакытта газета укысаң да, телевизор карасаң да сүз шуның хакында гына иде бит. Түбән Камага кайтып урнаштык, Шина заводына эшкә кердек, фатир бирделәр.

Сүзгә Айсылу абыстай кушыла:

—Балалар кечкенә, эшлисе бар. Мәшәкатьле вакыт булса да, намазымны калдырмаска тырыштым. Кирам да аракы эчмәде, тәмәке тартмады, төпле ир, яхшы эти булды. Әтисе, кайсы елны мәчет җиткерергә керештең әле син?

Кирам хаҗи:

—1988 елны август аенда беренче мәхәллә оештырдык, 22 кеше җыелды ул чакта.

—Үзәк мәчетегез бик матур...

—1989 елның март аенда безгә Тәлгать Таҗетдин килде. Чаллыга, Тәүбә мәчетенә нигез салырга килгән иде ул. Мәчет төзергә урын бирешергә башкарма комитет рәисе Владимир Пучкинга кердек. Урын булмады.

Берникадәр вакыттан Красный Ключ ягында урын бирделәр, ошамады. Чит тоелды ул урын безгә. Эшләргә һич кул бармый, башланган эшне туктаттык. Мең бәлаләр, искиткеч авырлык белән Бакый Урманче урамыннан икенче урын алдык.

Айсылу абыстай:

—И, ул вакытта күргәннәр! Кирам өйгә дә кайтып кермәде. Ничә җитәкченең бусагасын таптадык, күпме каршылыклар күрергә туры килде. Кире борсалар, икенче юлы тагын кердек. “Афанас авылындагы чиркәү янәшәсендә төзегез”,—дип тә мыскыл итүчеләр булды.

Кирам хаҗи:

—Ул вакыттагы җитәкчеләргә дә үпкәләп булмый, дингә мөнәсәбәт бик үк уңай түгел иде. Шулай да араларында йөрәклеләре булды. “Атсагыз да аларга (ягъни мәчет төзүчеләргә-***авт.***) каршы килмим”,—дигән ул чактагы җир буенча җаваплы Фәрит Зиннуров. Шундый егетләребез ярдәмендә төзеп чыктык мәчетне.

—Айсылу абыстай, сез иң беренче абыстай булгансыз икән.

—Әйе. Башта госел, тәһарәт турында аңлаттым. Ул чакта сөннәт, фарызның нәрсә икәнен дә белмәгән җитмешләп кеше булса, соңрак аларның саны артты. Хәзер аларның барысы да абыстай.

Инде хәзер мин укытмыйм, ял итәм. Мәчеткә, бабаем белән бергәләп “аш”ларга йөрим, Коръән укыйм. Көнгә өчәр урынга барырга туры килгән чаклар була. Һаман Ислам дөньясында кайныйбыз инде.

Без сөйләшеп утырганда да дүрт тапкыр телефон шалтырады. Барысына да яхшы итеп, чын күңелдән, ихлас дога укыган кешеләр кирәк.

Айсылу абыстай:

—“Аш”ларга баргач күрәбез: күп кешедә дуңгыз елында алып куелган сыннар бар. “Алып ташлагыз”,—дибез. Дуңгыз рәсемнәре булган йортларга фәрештәләр керми бит.

Эт уенчыклары җыялар, диван башларына, шкаф өсләренә куялар. Ярамый алай эшләргә. Алган сурәттә дә, балалар өчен дип, тартмага тутырып куярга кирәк аны.

—Догалар белән авыруны савыктыру хак сүзме?

Кирам хаҗи:

—Аллаһы Тәгалә әйтә: “Залимнәрнең золымыннан, яманнарның явызлыгыннан имин булыр өчен, мөэмин-мөселманнарга, ышанган бәндәләремә Коръәнне шифа итеп индердем”,—ди. Мәчеткә йөрүче бер хатын әйтә: “Кирам хаҗи, бар әле, бер дустыбыз тора алмый ята, кызы тәрбиясендә”,—ди. Мин аңа 21 аять укыдым. Бераз вакыт үткәч, безне ашка чакырды ул. Каршы алырга үз аяклары белән чыккан иде. “Абыстай, кочаклыйм әле. Ачуланма, яме”,—дип, Айсылуны кочаклап алды.

—Исем кушарга килгәч, ошатмыйча, икенче исем кушканыгыз булмадымы?

—Бөтенләй кушмый киткән чак та була. Бервакыт берәүләр Аида дип куштырмакчы булдылар. “Грек алласының исеме бит ул, үлекләр патшасы дигәнне аңлата”,—дидем. Алыштырырга риза булмадылар. Барыбер куштыра алмаганнар ул исемне, Рауза диеп кушканнар.

—Хәзер бар кеше дингә тартыла. Ничек уйлыйсыз, барысы да ихластан микән, әллә модага иярүчеләр дә бармы?

—Андыйлар да бар. Тик, тора-бара, вәгазьләр ишетә торгач, барыбер дингә керәләр. Модага иярсә дә, аның бәләкәй генә булса да иманы бар дигән сүз. Иманы булмаса, мәчеткә әйләнеп тә карамый ул. Менә, күреп торасыз, халык күп йөри бит мәчеткә.

—Шәһәр җирендә генә шулай ул. Авыл халкы йөрми бит мәчеткә. Эш күп ди, кайсы мулласын ошатмый—табалар инде сәбәбен.

—Эш бөтен җирдә дә күп. Монда сәбәп ике нәрсәдә. Беренчесе—кеше бик "каралган". Ул моңа үзе гаепле түгел. Аны бит дингә каршы тәрбияләп үстерделәр. "Алла юк", "дин юк" дип үскән кешене туры юлга күндерү җиңел түгел. Икенчесе—авыл җиренә укымышлы яхшы мулла, яхшы абыстайлар кирәк.

Без Украинада яшәгәндә дә мөселман икәнлегебезне онытмадык, татарча сөйләштек, дин тоттык. "Цыгане что ли?"—дип мыскыл итеп көлә торганнар иде.

—Хаҗга да баргансыз икән.
Айсылу абыстай:

—Үзем өч тапкыр, Кирам ике тапкыр барды. 1995 елны аннан ризалык сорап мин бардым. Ике елдан тагын барасым килә башлады. 1997 елны тагын барасым килде. "Әйдә, үкенечкә калмасын, икәү барабыз",—дигәч, 2004 елда яңадан икәүләп киттек.

—Хаҗга бару ни бирде?

—Үзе авыр, үзе рәхәт, үзенә һаман тарта ул. Ни өчен дисәң, анда эт юк, сүгенү юк, урлашу, аракы юк. Анда бер "Аллаһ! Аллаһ!" сүзен генә ишетәсең. Бер кеше этми-төртми, әгәр төртә икән, гафу сорыйлар. Гаҗәп җир! Кулларын җәеп идәндә йоклыйлар. Бүтәннәр шуннан атлап йөри. Бездә булсамы? Типкәләп китәчәкләр!

Бөтен пәйгамбәрләр булган изге, бик матур җир ул. Анда бернинди гөнаһ кылмыйлар.

—Сез бит инде болай да саваплы кешеләр...

—Никадәр генә саваплы булсаң да, Аллаһ "мин саваплы" дип әйтергә кушмый. "Гөнаһым юк, бер гөнаһсыз кеше мин",—дип тә әйтергә ярамый. Кем шулай дип әйтә, ул иң гөнаһлы кеше була, ди. Атабыз Адәм белән анабыз Һава да гөнаһлы булган бит. Алар тәүбә иткәннәр. Аллаһы Тәгалә тәүбә иткәнне ярата. Барлык бәндәнең баштан аякка кадәр гөнаһы бар. Төрле чак була—белеп кыласың, белми кыласың. Адәм баласы фәрештә түгел.

—Сиңа гел начарлык эшләгән кешегә яхшылык кылу тиешме?

—Тиеш. Бу дөнья гына түгел бит әле, ахирәт тә бар. Ахирәттә син ул кешедән өстен буласың, ул бәләкәй кала.

—Бүген нинди мәшәкатьләр белән йөрисез?

—Менә бүген олы яшьтәге ирләр арасында Коръән бәйгесе була. 30 яшьтән башлап барлык ир-атлар катнашыр дип өметләнеп торабыз, иншаллаһ.

—Сезнең кебек "Фәрештәләр саваты"н, "Әлвидаг"ны әйтүчене бер җирдә дә очратканым юк. Диск чыгарырга уйламыйсызмы?

—Әзер материаллар җитәрлек, туплап чыгарылса, начар булмас иде. Тавыш һаман болай тормас, үзгәргәнче яздырып калдырсам, бер мирас булып калыр иде дип үземнең дә уйланганым бар ул хакта. Әле менә мәчет төзү тарихы турында, аның башлап йөрүчеләре хакында журнал чыгару максаты белән йөрим. Эшләп калдырырга кирәк, яшь бара. Быел, Аллаһы боерса, сентябрь аенда 80 яшемне тутырам.

Кирам хаҗи белән Айсылу абыстайның авызларына карап утырып, вакыт узганы сизелмәде дә. Сөйләшеп сүзләр бетмәде. Кызганыч, сөйләшкән, ишеткәннең дә чирегә генә сыя ошбу язмама. Әдәп кагыйдәсе буенча, инде китәргә кирәк. Тик, ни хикмәт, китәсе килми. Мине шушындый кешеләр белән күрештергән Аллаһка эчемнән рәхмәт укыйм.

Китәр алдыннан алар икесе ике тавышка "Әлвидаг" укыдылар. Дөресрәге, җырладылар. Искиткеч сәнгать әсәренә тиң уку иде бу. "Әлвидаг"—саубуллашу дигән сүз икән. Мин дә алар белән саубуллашып, кайтыр юлга кузгалдым.

Мөнирә САФИНА.
Казан—Түбән Кама—Казан.

"Намаз укыганда киемемдәге нәҗесне күреп алдым да намазны өздем. Мин дөрес эшләдемме? Мондый очракларда нишләргә?"

Сораугa Шәүкәт хәзрәт ӘБҮБӘКЕРОВ җавап бирә:

—Мондый хәл һәркем белән булырга мөмкин. Алай гына да түгел, намаз укып бетергәч кенә өстендәге киеменең нәҗесле булуын, кайчандыр нәҗескә буялган киеменең юылмаганлыгын искә төшерәләр. Намаз укыган чакта яки укып бетергәч тәһарәт алмаганлыгыңны искә төшерү очраклары да булгалый. Һәр вариантка җавап бер: намазны яңадан укырга кирәк. Намаз укучы кеше нәҗесне намаз укыганда сизеп ала икән, ул ике якка да сәлам бирергә һәм киемен алыштырып килергә тиеш. Әгәр намаз укучы үзенең тәһарәтсез яки госелсез намаз укуын искә төшерсә, намазны өзәргә һәм тәһарәт алганнан соң намазны яңадан укырга тиеш. Әгәр тәһарәт намазда чакта бозыла икән (мәсәлән, арт юлдан һава чыгу, ярадан яки борыннан кан агу), бер сүз дәшми китеп һәм тәһарәт яңартып килеп, намаз укуны дәвам итәргә рөхсәт ителә. Ләкин иң яхшысы—намазны яңадан уку.

Имамның хәле катлаулырак. Беренчедән, әгәр ул намаз укыган чакта үзенең тәһарәт алмаганлыгын яки киемендә яисә тәнендә нәҗес барлыгын исенә төшерсә, ул намазны өзәргә, ә халык намазны яңадан укырга тиеш. Икенчедән, әгәр имам намазны тәһарәтсез укыганлыгын исенә төшерсә, ләкин халык таралган булса, ялгызы намазны яңадан укырга тиеш. Әгәр имамның тәһарәте намаз укыган чакта бозылса, ул ике якка сәлам биреп китәргә, намаз укуны имам артында торган кеше дәвам итәргә тиеш.

"Мин декрет ялында. Балама 2,5 яшь, икенче баламны көтәм. Декретка чыкканчы балалар бакчасында эшләдем. Икенче балам өчен миңа декрет акчасы түләнергә тиешме?"

Сораугa адвокат Руслан НАГИЕВ җавап бирә:

—Әйе. "Вакытлыча эшкә яраксыз һәм ана булган очракларга мәҗбүри социаль иминләү турындагы" Федераль закон буенча, беренче балагызга түләнә торган пособие бирү инде туктатылган (ул 1,5 яшь тулганчы түләнә). Ә икенче бала туу сезгә тиешле пособиеләрне түләү өчен нигез булып тора.

Сүз уңаеннан, әгәр балага 1,5 яшь тулганчы (уртача хезмәт хакыгызның 40 проценты түләнә), йөкләлек һәм бала табу белән бәйле пособие (уртача эш хакы күләмендә түләнә) алырга нигез бар икән, әни кеше ике пособиенең берсен генә сайлап алырга хокуклы. Берьюлы ике пособиене алырга ярамый.

Рәис хәзрәт
МӨБАРӘКШИН

Тормыш хәле

2004 ел Сириянең чик сакчылары өчен тынычсыз булды. Чөнки Америка үзенең гаскәрләрен Иракка кертте. Чик сакчылары Сириягә керергә теләгән бөтен кешене энә күзеннән уздырып тикшерәләр иде. Үзара дошманлашкан ике якның диверсантлары үтеп кермәсен диеп тырыштылар. Артык мәшәкать кемгә кирәк, өстәвенә, Сирия Ирак белән чиктәш тә бит әле. Менә шундый тынычсыз вакытта миңа да Дамаскта укуымны дәвам итәргә кирәк иде.

НИ ГЕНӘ БУЛМАСЫН, БАРЫСЫ ДА ХӘЕРЛЕ БУЛЫР!

Босния егете Мөхәммәд белән без дүрт елдан артык таныш. Бергә Дамаск институтына укырга керергә теләп, әзерлек курсларына йөргән идек. Әмма ул соңрак университетка керергә булды, юлларыбыз аерылды. Ләкин без сирәк кенә булса да Дамаск урамнарында очрашып гәпләшеп ала идек. Ә бу юлы Аллаһы Тәгалә безгә ил чигендә очрашырга насыйп итте. Ил чиген саклаучыларга икебез дә дөресен сөйләп бирдек. Шушы илнең югары уку йортларында белем алучы студентлар икәнлегебезне белгәч, безне илгә кертмәделәр. Студентларны, академик ял биреп, вазгыять яхшы якка үзгәргәнче илләренә кайтарып җибәрергә дигән карар чыккан булган икән. Нык кайгырдым, чөнки минем инде укып бетерергә вакытым бик аз калган иде. Күпме вакыт һәм түгелгән акча әрәм булыр дип борчылдым. Борчылганымны күреп, дустым Мөхәммәд, кәефемне күтәрмәкче булыптыр: "Ә синең, дускаем, "Аллаһ моны хәерлегә кылсын" дигән риваятьне ишеткәнең бармы?"—диде. Минем ни дә булса тыңларга теләгем юк иде, шуңа да: "Юк шул, дустым, андый риваятьне ишеткәнем юк",—дип сүлпән генә җавап кайтардым. Ә ул миңа: "Алайса тыңла, үзем сөйлим",—дип, түбәндә бәян ителгән вакыйганы сөйләп бирде.

Урта гасырларда бер әфәнде үзенең колы белән юлга чыга. Бу колның бер гадәте бар икән. Ни генә булса да: "Аллаһ моны хәерлегә кылсын!"—дип әйтә. Күпме генә ачуы килсә дә, кол үзенең вазифаларын намус белән башкарганга, әфәнде түземлек күрсәтә. Менә алар ял итеп алу максатында бер кое янына туктыйлар. Ашап-эчеп, юлга су тутырып алырбыз дип фикерләшкәч, кол берәр киек аулап алырга дип урманга кереп китә. Ә әфәнде ул кайтканчы учакка утын әзерләмәкче була. Үз гомерендә балтаның ни икәнен белмәгән әфәнде, уңга-сулга селтәнә торгач, балта белән сугып бармагын өзә. Авыртудан кычкырып җибәрә, тик берни эшләп булмый, бармак өзелеп чыккан инде. Киек тотып кайткан кол бу хәлне күреп, гадәтенчә: "Аллаһ моны хәерлегә кылсын",—дип куя. Бу сүзләрне ишеткән әфәнденең бик нык ачуы чыга: беренчедән, юл буе шул сүзне такылдый, икенчедән, бармак киселү ничек хәерлегә булсын ди?! Ул ярсуыннан колын тотып ала да коега ташлый. Коега очып төшеп барганда да кол: "Аллаһ моны хәерлегә кылсын!"—дип әйтергә өлгерә.

Әфәнде бик кирәкле әйберләрен генә җыя да юлын дәвам итә. Әмма озак бара алмый, кеше ашаучы кабиләгә тап була. Аны бәйләп, камыштан үрелгән торакка ташлыйлар һәм бәйрәмгә әзерләнә башлыйлар. Барабан каккан тавыш ишетелә, кабиләнең барча халкы учак тирәсенә җыела, түгәрәкләнеп биергә тотыналар. Әфәнде Аллаһыга ялвара, үзен коткаруын үтенә. Инде ул үзенең ни өчен бу хәлгә төшүен дә таный. Чөнки ул үзенә тугры колын коега ташлады бит. Ниһаять, кабилә башлыгы бии-бии әфәнде тирәли әйләнә башлагач, күрә—әсирнең кулы яралы. Аларның йоласы буенча, яралы кешене җибәрергә тиеш булалар. Әсирлектән котылган әфәнде җанфәрманга кое янына чаба, колы исәндер дип өметләнә. Дөрестән дә, кол исән-имин килеш коедан чыгарыла. Әфәнде үзе белән ни булганын сөйләп, колыннан гафу үтенә һәм: "Дөрестән дә, бармак киселү хәерлегә булды бит, исән калдым",—дип сөенә. Кол да үз чиратында әфәндесен гафу итә, яраткан гыйбарәсен кабатлый. Әфәнде аптырап: "Мин аңламыйм, ә синең өчен нинди хәерлелеге булды бу вакыйганың? Син миңа дөрестән дә ачуланмыйсыңмы?"—дип сорый. "И әфәндем, нигә ачуланыйм? Әгәр син мине коега ташламаган булсаң, алар мине тотып ашаган булырлар иде. Алар кулыннан ашалганчы, коеда утыруың хәерлерәк бит инде",—дип җавап бирә кол.

Бу вакыйга хакында ишеткәч, мин дә тынычланып киттем. Бәлки шулай хәерлерәк тәдер әле дип, кунакханәгә юнәлдем. Икенче көнне тордым да, турист буларак чыгарырлар әле диеп, кабат таможняга киттем. Кая, кемгә, ни өчен баруымны яхшылап аңлаттым. Әмма компьютер мине студент буларак күрсәтте. Югалып калмадым, ике ел элек югары уку йортын тәмамлавым хакында әйттем. Бергә укыган иптәшләрем янына барам дигәч, мине берниндиторткарлыксыз илгә керттеләр. Мин бик зур канәгатьлек белән, башланган укуымны дәвам итү һәм тәмамлау нияте белән Дамаскка юнәлдем.

Хөрмәтле мөселман кардәшем! Ни генә булса да, барысы да хәерле булыр, дигән сүзләрне беркайчан да онытма. Авырлыктан соң җиңеллек килер, кайгыны шатлык алыштырыр. Шуңа күрә, булган хәлләрне сабырлык белән кабул итеп, сабыр гына уздыра белергә кирәк. Ни булса да: "Аллаһ монысын да хәерле кылсын",—диген.

"ГАИЛӘ" ИСЛАМ-МӘДӘНИ ҮЗӘГЕ"
региональ җәмгыять оешмасы ачылды

Нык һәм сәламәт гаилә—бәхетле җәмгыять төзү өчен төп нигез. Гаилә—ул җәмгыятьнең йөрәге. Шуңа да Ислам дине гаиләгә кагылышлы сорауларга, аны саклау һәм яклау кагыйдәләренә зур игътибар бирә. Аллаһы Сөбханә вә Тәгалә ир белән хатын мөнәсәбәтләрен дә матур итеп сурәтли. "Үзегездән хатыннарны яралту да, ул хатыннар белән бергә яшәвегез дә, ир белән хатын арасындагы мәхәббәт һәм наз, бер-береңнең хаталарын кичерә белү, һичшиксез, Аллаһның кодрәтенә ачык дәлилләрдер. Хактыр ки, бу эшләрдә фикерли белүче кавемнәр өчен гыйбрәтләр бар" ("Рум" сүрәсе: 21нче аять)

"...Игелек итүдә, яман эш кылудан саклануда бер-берегезгә ярдәмләшегез. Гөнаһ кылуда, дошманлык эшләрендә ярдәмләшмәгез. Гөнаһлы булудан, Аллаһ каршында җавап бирүдән куркыгыз. Аллаһның җәзасы бик тә хәтәр булыр" ("Маидә" сүрәсе: 2нче аять)

Аллаһының ярдәме белән без, беренче максаты дин аша гаиләне, кешелекне саклау булган Оешмага берләштек. Безнең оешма гаиләгә кагылышлы барлык сорауларны Ислам дине кануннарына нигезләнеп, Аллаһы Тәгалә кушканча чишү юлларын эзли. Теләгебез—гаиләләрне саклап калу, ир һәм хатын, балалар белән мөнәсәбәтләрне җайлау.

Үзәктә гаиләнең дини яктан аң дәрәҗәсен үстерү, дини һәм юридик консультация бирү, уку-укыту, хәйрия, мәдәни-күңел ачу, нәшрият, медицина, мәгълүмати бүлекләр уңышлы эшләп килә.

Изге күңелле мөселманнарны безнең Оешманың әгъзасы булырга чакырабыз.

Әти-әниләргә

Әти-әнинең балаларына вазифалары

Һәркемнең тормышы кешеләр арасында үтә. Шуның өчен дә баланы башкалар белән аралашырга һәм аларны хөрмәт итәргә, кешеләр арасында үзен тотарга өйрәтү бик мөһим. Нинди сүзләр яхшы, кайсыларының начар икәнен, нинди гадәтләр күркәм, кайсылары ямьсез икәнен төшендерүдә әти белән әни көчен кызганмаска тиеш. Бала көн саен төрле кешеләр белән аралаша, төрле сүзләр ишетә, кайбер сүзләрне кабатлый, кемдер булып кыланып күрсәтә. Баланың сөйләм теленә дә игътибар кирәк, очраклы, ямьсез сүзләр булмасын.

Шул ук вакытта туган теленә, ана теленә мәхәббәт тәрбияләү аеруча әһәмиятле. Хәзер галимнәр дә ана телендә уйлый белмәгән кешенең фикерләү дәрәҗәсе түбән булуын исбатладылар. Балада ана теленә мәхәббәт һәм аның белән горурлану булырга тиеш. Ул туган телнең гүзәллеген, аһәңен сизсен. Киләчәктә кай җирдә генә булмасын, аңа ана телен ишетү яхшы музыкага караганда да көчлерәк тәэсир итсен һәм ул бу телдә сөйләшүне үзе өчен бәхет санасын.

Күп милләтләр бер-берсе белән очрашса, рәхәтләнеп ана телләрендә сөйләшәләр. Ә без нигәдер тартынабыз, кемгәдер охшыйсы килеп, вата-җимерә икенче телдә сөйләшеп азапланабыз. Кеше бернichә тел белергә мөмкин, ләкин ана телен белмәсә, ул чын кеше түгел, ярым кеше генә. Телебезне, гореф-гадәтләребезне оныту безне урыслашуга, шуның белән бергә динебездән ваз кичүгә дә китерә. Андыйларның меңнән берсе бәлки динебезне югалтмас, әмма күпчелеге югалтачак. Шиһабетдин Мәрҗани дә: “Өч төрле әйбер диндә булмаса да, динне саклый, алар: милли тел, милли кием, милли гореф”,—дип язып калдырган.

Әти-әни баласының дусларына да битараф булырга тиеш түгел. Җай гына, ачуын чыгармый гына бу мәсьәләдә дә дөрес юнәлеш бирү мөһим. Баланың дусты аны түбәнлеккә, начарлыкка өстери торган түгел, аңа яңа үрләр яуларга ярдәм итүче, җәннәткә керерлек гамәлләр кылуга сәбәпче булса, әти-әни өчен зур ярдәм. Баланың шөгыле дә, дуслары да аңарда тәкъвалык сыйфатларын үстерергә тиеш.

Пәйгамбәребез (с.г.в.) бер хәдисендә: “Балаларыгызны яхшы карагыз. Аларны яхшы тәрбия кылыгыз!”—дигән.

Вазифаларын төгәл үтәүче ата-ана:

- Бала тугач, дини йола буенча, матур, мәгънәле исем кушар.
- Баласын хәләл ризыклар белән тукландырыр.
- Ир баласын сөннәткә утыртыр.
- Балалары арасында аерма ясамас, барчасын бертигез яратыр.
- 7 яшеннән башлап, әкрен генә дини белем өйрәтер һәм вак сүрәләрне ятлатыр.
- Мәктәп яшенә җиткәч, аны укырга илтер.
- 10 яшенә җиткәч, баланы Коръән укырга һәм динебез нигезләренә өйрәтер.
- Өйләнү яшенә җиткәч, баласын өйләндерер.

Габдулла ТУКАЙ

ТАЯН АЛЛАГА

Әй бәһале, әй кадерле, әй гөнаһсыз
яшь бала!
Рәхмәте бик киң аның, һәрдәм таян
син Аллага!
Йа Ходай, күрсәт, диген, ушбу
җиһанда якты юл;
Ул—рәхимле; әткәң-әнкәңнән дә
күп шәфкатьле ул!
Саф әле күңлең синең, һичбер бозык
уй кермәгән,
Пакь телең дә һич яраусыз сүзләр
әйтеп күрмәгән.
Пакь җаның һәм пакь тәнең—барлык вөҗүдең пакь синең;
Син фәрештә валчыгысың, йөзләрең ап-ак синең!
Кыйл дога, ихлас белән тезлән дә кыйбла каршына;
Бел аны: керсез күңелдән тугры юл бар гаршенә!
Әй бәһале, әй кадерле, әй гөнаһсыз яшь бала!
Рәхмәте бик киң аның, һәрдәм таян син Аллага!

Иманлы бала

Урлашу—олы гөнаһ

Мөслимә әби оныгының кулында ят уенчык күреп аптырап калды. “Кайдан алдың моны?”—дип сораувына оныгы эндәшмәде. Әбисе: “Кешенеке булса, хәзер үк кертеп куй”,—дип әмер бирсә дә, оныгы тыңламады. “Кеше әйберенә тигән кешенең кулы чери, шуны бел!”—дип үгетләве дә тәэсир итмәде. Мөслимә әби сабыр гына иртәне көтәргә булды.

...Иртән йокыдан уянган онык, чабырып чыккан кулларын күреп, коты алынып елап җибәрде:

—Әбием, минем кулларым чери башлаган!

—Әйттем бит мин сиңа, ә син тыңламадың. Бар, хәзер үк кертеп куй да хуҗасыннан гафу үтен, аннан соң карарбыз,—диде әбисе.

Онык йөгерә-йөгерә ят уенчыкны хуҗасына—күрше малае Илнурга кертеп бирде.

—Гафу ит инде, бүтән капка төбендә калдырма уенчыгыңны,—диде Марат, бик үк сер бирәсе килмичә. Ә үзе кулларына карады.

—Әбием, мин уенчыкны кертеп бирдем, гафу үтендем, ә кулым тазармый,—дип шыңшыды онык.

Әбисе Маратның башын сыйпап күкрәгенә кысты да:

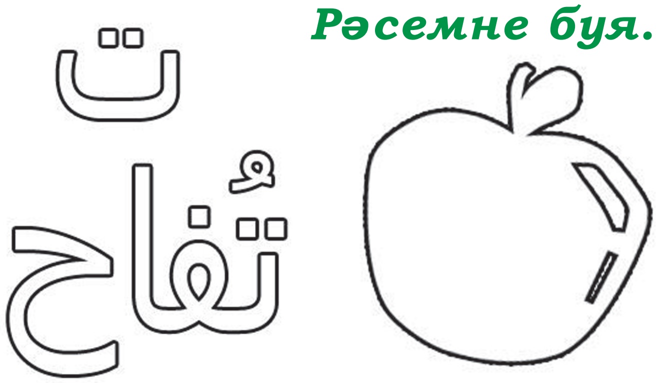
—Менә, улым, күрдеңме, гөнаһ эш шулай начар була. Икенче алай эшләмә, яме,—дип, оныгын өйгә алып кереп китте.

Икәүләшеп Ходайдан гафу сорап, әбисе Маратның кулларын догалар укып бик озак өшкерде. Тәмам курпып калган сабый: “Икенче урлашмас идем”,—дип үзенә вәгъдә бирде.

Кечке якта кулдагы кызыл тимгелләр юкка чыктылар.

Мөнирә САФИНА

Рәсемне буя.



Сәламәтлек—иң зур нигъмәт

МОГҖИЗАГА ТИҢ ДАРУ

Зәйтүн агачы, аның җимешләре—кешеләргә Аллаһының бәя биреп бетергесез бүләге.

Аллаһы Сөбханә вә Тәгалә әйтә: "Ул сезнең өчен игеннәр, зәйтүннәр, хөрмә агачлары, йөземнәр вә җиләк-җимешләрнең һәрберсен үстерде. Боларда башында фикере булган кеше өчен, әлбәттә, Аллаһның барлыгына, Аның чиксез кодрәтенә дәлил бар" ("Нәхел" сүрәсе: 11нче аять). "Синай тавында сезнең өчен зәйтүн агачы үстердем. Бу агач май да бирә, башка ризыкка катыштырып ашый торган җимеше дә бар." ("Мөэминүн" сүрәсе: 20нче аять)

Пәйгамбәребез (с.г.в.): "Зәйтүн маен кулланыгыз һәм аны тәнегезгә сөртегез. Чөнки аның чыганагы—мөкатдәс агач",—диде.

Рациональ туклану буенча белгеч Апсель Кейз АКШ сенат комиссиясе алдында чыгыш ясаганда: "Зәйтүн мае—табигатьтә булган үсемлек майлары арасында иң файдалысы. Әгәр ул булмаса, аны уйлап табарга кирәк булыр иде",—диган.

Зәйтүн мае составында алмашы булмаган, организмга бик кирәкле омега-6 май кислотасы, Е, А, D һәм К витаминнары бар. Омега-6 кислотасы хәзерге заманда еш таралган атеросклероз, йөрәк-кан тамыры авыруларын кисәтә. Артроз, остеохондроз, шикәр диабетын, экзема, бавыр, ашказаны авыруларын дәвалый. Зәйтүн маен организм бик җиңел үзләштерә. Ул эчәкләргә йомшак тәэсир итә, үт куыгыннан тоткарланган үтне, вак ташларны куа һәм канда холестеринның күләмен киметә. Дәвалану өчен, 1 аш кашыгы зәйтүн маен ашар алдыннан җылы суга кушып иртә һәм кич эчәргә кирәк. Шул ук күләмдәге майны салатларга да кушып ашарга була.

Зәйтүн мае организмның картаю процессын да тоткарлый. Британия галимнәре сүзләренә караганда, зәйтүн мае күкрәк бизе, эчәктәге яман шеш авыруларына каршы бик көчле кисәтү чарасы булып тора. Алар ул майны ракны кисәтә торган диета составына кертергә тәкъдим итә.

Гарвард университеты профессоры Фрак Сакс: "Ябыгу өчен бөтен рационда кулланылган майларны зәйтүн мае белән алмаштырырга кирәк. Шул вакытта симерү авыруын эффектив рәвештә дәваларга була",—дигән. Диетологлар фикеренчә, үз сәламәтлеге хакында кайгырткан һәр кешенең рационында көн саен 1 аш кашыгы зәйтүн мае булырга тиеш.

Зәйтүн мае үт юлларын да киңәйтә. Үт куыгын һәм юлларын шлаклардан чистарту өчен, көнгә 2 тапкыр ашарга 2 сәгать кала 1 аш кашыгы зәйтүн маен, соңыннан баллы лимон согын эчәргә тәкъдим ителә.

Аллаһ Үзенең могҗизага тиң даруы сәбәпле сезгә шифасын бирсен иде.

"ИМАНЛЫ ГАИЛӘ"гә язылырга онытма!

Татарстанның барлык почта бүлекчәләрендә 2012 елның икенче яртыеллыгына "Иманлы Гаилә" газетасына язылу бара.

Язылу бәясе—60 сум.
Язылу индексы—16062.

Исегезгә төшерәбез, рус телле мөселманнар өчен "Крепкая семья" газетасы нәшер ителә. Әлеге газетага шулай ук Татарстанның барлык почта бүлекчәләрендә язылырга мөмкин.

Язылу бәясе—60 сум.
Язылу индексы—16068.

Сездән—сорау, бездән—җавап

Дини һәм көнкүреш мәсьәләләренә кагылышлы сораулар буенча белгечләрдән консультация алырга мөмкин.

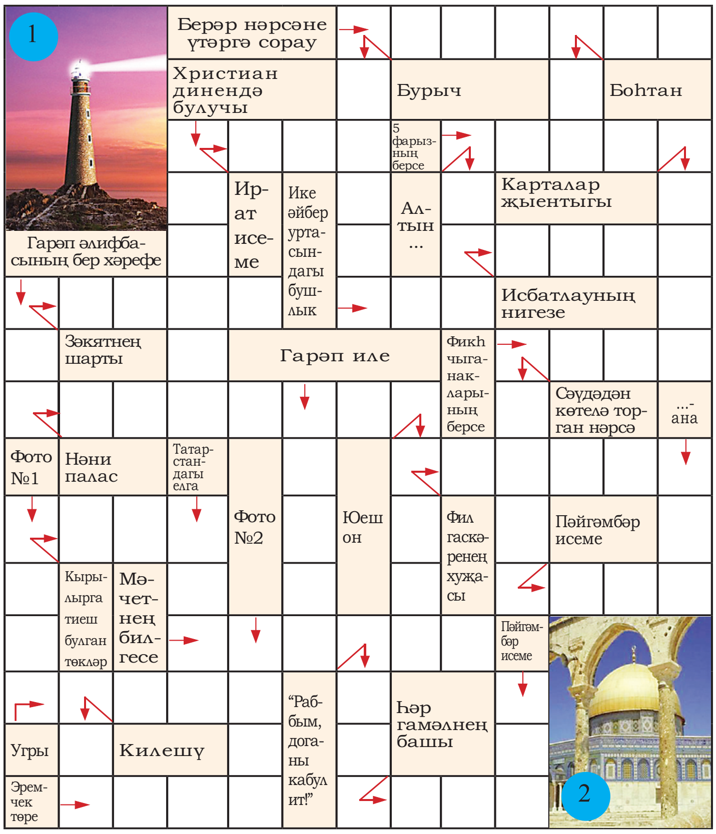
Телефон: (843) 279-08-32.
Юридик консультация бирү бүлеге.

Кабул итү көннәре:

Шәүкәт хәзрәт ӘБУБӘКЕРОВ.
Дүшәмбе, чәршәмбе, пәнҗешәмбе көннәрендә 17.00-18.00 сәгатьләрдә.

Адвокат Руслан НАГИЕВ.
Сишәмбе, җомга көннәрендә 17.00-18.00 сәгатьләрдә.

СКАНВОРД



Газетаны www.islamsemya.ru сайтында укый аласыз.

Газета Татарстан Республикасы "Гаилә" Ислам-Мәдәни Үзәге" региональ җәмгыять оешмасы тарафыннан нәшер ителә.

www.islamsemya.ru
Телефон: (843) 279-08-32.
Тираж: 5000.

420088, Казан шәһәре,
2нче Азино урамы, 1В йорты.
Телефон/факс: (843)279-13-94
ИНН 1660163116 КПП 166001001
р/с №40703810200100000022
к/с 30101810900000000798
БИК 049205798
АКБ "БТА-Казань" (ОАО) г.Казань

Әлеге басманы нәшер итүдә катнашып, сез хәйрия эшләренә өлеш кертәсез