



Духовно-просветительская
газета

Индекс 52381

--	--	--	--

Котлыйбыз!

Аксубай районы Иске Ибрай
авылында туып-үскән
Габдулла Исхак улы
Минвәлиевка - 65 яшь!

Хөрмәтле ирем, әтибез һәм сөекле бабабыз!

Без сине чын күңелдән олы юбилең белән
котлыйбыз.

Киләчәк тормышыңда исәнлек-саулык,
бәхетле озын гомер телибез. Кылган
изгелекләреңне, укыган намазларыңны,
тоткан уразаларыңны кабул итеп, Аллаһы
Тәгалә өжәр-сәвапларны үзеңә мулдан
насып итсен иде.



Мөмкинлекләрең чикле булса да, син
аз сөйләп, гомерең буена зур эшләр,
изгелекләр эшләп яшәдең. Син - безнең
ышанычыбыз таянычыбыз һәм
киңәшчебез.

Без сине чын күңелдән яратабыз,
хөрмәт итәбез һәм синең дә безне
яратуың аркасында бәхетле тормыш-
шыбызга шатланып яшибез.

**Иң изге теләкләр белән
хатының Галия, кызларың
Алсу һәм Наилә, кияүләрең
һәм оныкларың Алиһә,
Данияр, Адилә.**

Календарь Имсакия 2012 г. на месяц Рамазан

Дни месяца календаря	Дни месяца Рамазан	Сәхәрне тәмамлау <i>Имсак</i>	Иртәнге намаз <i>Фаджр</i>	Авыз ачу <i>Ифтар</i>	Таравих намаз
19 июля Чт.					22.29
20 июля Пт.	1	02.46	03.06	20.59	22.29
21 июля Сб.	2	02.48	03.08	20.58	22.28
22 июля Вс.	3	02.49	03.09	20.56	22.26
23 июля Пн.	4	02.50	03.10	20.55	22.25
24 июля Вт.	5	02.52	03.12	20.53	22.23
25 июля Ср.	6	02.53	03.13	20.52	22.22
26 июля Чт.	7	02.55	03.15	20.50	22.20
27 июля Пт.	8	02.57	03.17	20.49	22.19
28 июля Сб.	9	02.58	03.18	20.47	22.17
29 июля Вс.	10	03.00	03.20	20.46	22.16
30 июля Пн.	11	03.01	03.21	20.44	22.14
31 июля Вт.	12	03.03	03.23	20.42	22.12
1 августа Ср.	13	03.04	03.24	20.41	22.11
2 августа Чт.	14	03.06	03.26	20.39	22.09
3 августа Пт.	15	03.08	03.28	20.37	22.07
4 августа Сб.	16	03.09	03.29	20.35	22.05
5 августа Вс.	17	03.11	03.31	20.33	22.03
6 августа Пн.	18	03.12	03.33	20.31	22.01
7 августа Вт.	19	03.14	03.34	20.30	22.00
8 августа Ср.	20	03.16	03.36	20.28	21.58
9 августа Чт.	21	03.18	03.38	20.26	21.56
10 августа Пт.	22	03.19	03.39	20.24	21.54
11 августа Сб.	23	03.21	03.41	20.22	21.52
12 августа Вс.	24	03.23	03.43	20.20	21.50
13 августа Пн.	25	03.25	03.45	20.18	21.48
14 августа Вт.	26	03.26	03.46	20.15	21.45
15 августа Ср.	27	03.28	03.48	20.13	21.43
16 августа Чт.	28	03.30	03.50	20.11	21.41
17 августа Пт.	29	03.31	03.51	20.09	21.39
18 августа Сб.	30	03.33	03.53	20.07	

Уважаемые читатели!

В газете упоминаются имена Всевышнего и Его Пророка, публикуются аяты из Корана, высказывания Пророка и молитвы. Поэтому просим Вас относиться к газете уважительно, не использовать ее в недостойных целях.

Точка зрения авторов может не совпадать с мнением редакции.

Табиб мөнбәре

Файдалы киңәшләр

Чәч авырулары

Баш тиресенә сөртү өчен:

100 г зәйтүн мае яисә көнбагыш
маенда (су эчендәге савытта) 30-40 г
әрәмән тамырын 30 минут кайнатып, 2-
3 сәгать тоткач, сөртәргә.

Кавыкны бетерә торган шампунь
белән 1-2 мәртәбә юу белән генә өс-
башыңны ап-ак тәңкәгә күмә торган ка-
выктан котылып булмый, башны даими
шуның белән юып торырга кирәк.

Кавыкны, баш кычытуны бетерү өчен
башлы суган да кулланыла. Аны өрчеп,
угычтан чыгаргач, берничә кат марляга
төрөп, башка ышкыйлар. 2-3 сәгать
йөргәч, чәч юыла, чайкала. 3-4 атна
дәвамьнда көнаралаш эшләнгән бу эш
кавыкны юкка чыгару, башны кычытмас
итү белән бергә чөчләрне ныгыта да,
йомшарта да.

Майлы һәм бик каты коелучан чөчнә
юып киптергәннән соң, кычыткан
төнәтмәсә белән майлау да файда бирә.
Төнәтмәне болай әзерлиләр: 1 аш
кашыгы кипкән кычыткан яфрагы алына.
Шуны 1 стакан дөбердәп кайнаган суга
салып пешергәч, сәгать ярым томалап
тоталар. Аннары сөзәләр дә башка
сөртәләр.

Көрән тамыры сыгынтысы яки лимон
суы сөртү дә себорейадан котылырга
булыша.

Кычытканның ваклап тураган 100 г
яфрагын 0,5 л аш серкәсә һәм 0,5 л су
катнашмасында 30 минут буена
кайнаталар. Суытып сөзгәч, шуның
белән чөчнә юалар.

Иң әйбәт чараларның берсе —
мунчага кереп парланып алгач, вак
тешле тарак белән чөч төпләрен тарау,
шуннан соң гадәти катык сөртеп, иске
башлык киеп кую. Берникадәр юынгач,
башны тагын тарыйлар, тагын катык
сөртәләр. Юынып, чабынып эшнә
бетергәч, катыкны юып төшерәләр һәм
тиз-тиз генә шампунь белән чөчнә ике
кат юып алалар. Шуннан соң башыңда
һичкайчан кавык булмаячак.

Чәч коелу

Көнәһә 60-80 бөртек чөч югалту -
табигый хәл. Моңа һич тә борчылмаска
кирәк. Ә менә чөч бөртекләре күпләп
коела башласа, башның әле бу, әле теге
өлеше такырга әйләнсә, һич тә

борчылмый мөмкин түгел. Авырулар
аркасында килә ул афәт. Әлегә төп гаеп
- шул ук бозык нервлар, эчке бизләр,
себорея һәм кавык. Шунлыктан, дөвалау
чарасына керешкәндә, беренче чиратта
эчтәгә авыруларны бетерү турында
кайгырту зарурдыр.

Чәч коелудан халык медицинасы:

Борынгы им-томчылар, мәсәлән,
башны сабынсыз гына жылы су белән
юарга, ө аннары 10-15 минут баш
тиресенә аш тозы ышкып торырга
кушканнар. Шуннан баш яңадан
юылган. Бу эш 6 тапкыр кабатланган.
Шул чөчнә коелудан саклаган.

Көн саен 35 г сырғанак жимеше
ашау да пеләш калудан саклай.
Сырғанак һәм аның яшь ботакларыннан
төнәтмә ясап эчу, баш тиресенә сөртү
шулай ук файдалы.

30-40 г әрәмән тамырын 100 г
зәйтүн яисә көнбагыш мае белән
катнаштырганнан соң, сулы савытка
утыртып, 30 минут кайнатып, 2-3 сәгать
суыткач, баш тиресенә ышкы да уңай
нәтижә бирә.

1 аш кашыгы пәси яфрагы өстенә 1
стакан кайнар су салып, 15-20 минут
кайнатырга. Сөзгәч, яңадан 1 стакан
тулганы су өстәргә, шуны 3 кө бүлөп,
бер тәүлеккә 3 тапкыр башны юарга.

Тимрәүгә дөва

Горчица онын жылы суда болгатып,
тимрәүле урынга сөртәргә.

Ак чөгәндәр согыны сыгып, тимрәүле
тирәгә сөртәргә.

2 г прополисны (шома балавыз,
умарта корты жилеме) иртән ач карынга
ашау тимрәүне бетерә.

Чөгәндәр яфрагын төеп, бал белән
кушып, тимрәүгә сөртәргә.

Су һәм тоз катыштырылган ипине
көнгә 1-2 тапкыр тимрәү зарарлаган
урынга сылап, бөйләп куярга.

200 мл серкә эссенциясенә 200 г ак
май, 1 чи тавык йомыркасы кушып, 7 көн
суыткычта тоткач, тимрәү белән
зарарланган урынга көн дөвамында 2-
3 сәгать саен сөртәләр.

Фәния ХУҖАХМӘТ.
(«Һәр авыруга дөва бар»
китабыннан)

УЧРЕДИТЕЛИ: Региональное Духовное управление мусульман Самарской
области и местная мусульманская религиозная организация Самарская
Соборная мечеть.

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ: 443081, г. Самара, ул. Стара Загора, 54. Соборная
мечеть. Телефон: 932-58-67. Электронный адрес: islam-nur@bk.ru

Редактор - Фарид ШИРИЯЗДАНОВ.
Корреспондент - Али СУЛЕЙМАНОВ.
Ответственные за выпуск газеты:

по организационно-финансовым вопросам - Джавдят ШАРАПОВ,
по духовно-просветительской части - Наиль СУЛЕЙМАНОВ.
Набор и верстка - Рамиль НУРЕТДИНОВ.
Корректор - Миләүша ГАЗИМОВА.

**Время подписания
к печати:**

**по установленному
графику** -
1 августа 9.00,

фактически -
1 августа 9.00.

**Отпечатано в
ОАО «Типография
«Солдат Отечества»**

Адрес: г. Самара,
ул. Авроры, 112 Б.
Заказ **Тираж** 2000.

Цена свободная.
Рег. свидетельство
ПИ № ТУ63-00111