

Etika për fëmijë

Dhurorë e përmuajshme, nga revista "Etika"

Viti 4 - Numri 43 - Korrik 2014

PROFTE
IFTARI
FERIJEVE



RROFTË IFTARI I FËMIJËVE!

Selim Ajdën

A ka ndonjë ditë të veçantë për ju? Një ditë, që e prisni me padurim, që ka një kuptim të veçantë, që ju gëzon shumë dhe është ndryshe nga të gjitha ditët e tjera? Ditëlindja juaj, dita kur fillojnë pushimet, dita e Bajramit, apo dita kur takoheni me shokun, shoqen ose me ndonjë të afërm tuaj?

Tani po vjen një kohë e veçantë për ju, për ne dhe për të gjithë myslimanët: Muaji i Madhërishëm i Ramazanit. Muaji i Ramazanit është sulltani i njëmbëdhjetë muajve... Bajrami është në fund të Ramazanit, por ditët e agjërimit janë si ditë feste që i kalojmë me gëzim e hare.

Ramazani është muaji i agjërimit. Ramazani është muaji në të cilin ka zbritur libri ynë i shenjtë, Kurani Fisnik.

Ramazani është muaji në të cilin gjendet “Nata e Kadrit” për të cilën Kurani na njofton se, është më e mirë se një mijë muaj.

Agjërimi në fenë tonë është farz, domethënë, njëri prej ibadeteve që duhet të kryhet patjetër. Agjërimi na mëson durimin dhe falënderimin. Gjërat që në kohë të tjera i kemi ngrënë lirisht, tashmë nuk mund t'i hamë deri në kohën e iftarit.

Agjërimit nuk do të thotë të mos hash e



të mos pish. Kur agjërojmë, duhet të qëndrojmë larg nga çdo lloj mendimi dhe fjale të keqe. Agjëruetit nuk i ka hije të flasë pas shpine për shokun në një formë që nuk i pëlqen atij, që të gënjejë, të zemërohet dhe të thotë fjalë të shëmtuara.

Në të vërtetë, cilësitë e bukura që gjithmonë duhet të gjenden te një mysliman, janë ndërmjet gjërave të nevojshme për agjërimin. Nisur nga kjo, mund të themi me plot kuptimin e fjalës se agjërimi na edukon. Agjërimi i muajit të Ramazanit, përgjatë një muaji, na edukon për t'u bërë myslimanë të mirë. Faktikisht, cilësitë si të qenët qëllimshëm, fjalëdrejtë dhe i buzëqeshur, janë cilësi që gjithmonë duhet të gjenden te një mysliman.

Myslimanët duhet ta kalojnë çdo çast sikur të jenë agjërueshëm dhe çdo ditë sikur të jetë Ramazan. Cilësitë e bukura që i fitojmë në Ramazan, duhet t'i kemi në të gjithë muajt dhe në të gjithë jetën tonë.

Ramazani ka edhe anën që e forcon bashkimin dhe unitetin. Kohën e iftarit e presim familjarisht plot entuziazëm. Nënata gatuajnë ushqimet më të mira për ne. Era e pites së nxehtë që merret nga furra, na e shton oreksin.

Ngrënia e ushqimit në iftar, është aq e bukur, sa edhe ndarja e tij me të tjerët. Në iftar ftojmë të afërmit, fqinjët, shokët e shoqet tona. E rëndësishme është që gëzimin e kryerjes së një ibadeti ta përjetojmë bashkë me të tjerët. Fytyrat buzëqeshin në iftar. Në fytyrat e agjëruetve shihet qartë lumturia dhe qetësia shpirtërore që jep mbajtja e agjërit.

Namazi i akshamit dhe teravitë që falen me xhemat... Xhamitë shkëlqejnë nga ndriçimi. Ato na japin mesazhet si "Mirë se erdhe Ramazan!", "Agjëro që të jesh i shëndetshëm" dhe "O agjërim, na mbaj ne". Gjëja më e bukur e namazit të teravive janë fëmijët e rreshtuar në safe. Xhamitë marrin hijeshi nga frekuentimi i fëmijëve.

Në syfyr na zgjojnë daullexhinjtë. Nënata hezitojnë t'i zgjojnë fëmijët e tyre nëse janë shumë të vegjël. Ndërsa fëmijët dëshirojnë me këmbëngulje që të zgjohen dhe të mbajnë agjërim. Emocioni i zgjimit dhe i ngrënies së ushqimit në syfyr me sy të përgjumur, nuk mund të përshkruhet.

Ramazani këtë vit vjen në muajin gusht. Ne na presin ditë të gjata dhe të nxehta. Mbajtja e agjërit mund të jetë e vështirë, por Allahu do të na japë fuqi për të duruar dhe rezistuar. Nëse përpiqemi të agjërojmë sipas moshës dhe mundësisë sonë, Insha-llah do të jemi ne ata që fitojnë.

Kush është më i lumtur në iftar? Sigurisht se, fëmijët. Iftari, me kënaqësinë që jep kalimi i ditës duke agjëruar, është një kohë feste për fëmijët. Çfarë mendoni sikur këtë lumturi ta ndajmë me shokët e shoqet këtë vit? Merrni leje nga nëna juaj dhe ndajeni me shokët e shoqet lumturinë që jep mbajtja e agjërit duke i ftuar ata për iftar.

Fëmijët janë ata që e përjetojnë më bukur Ramazanin, apo jo?

Rroftë iftari i fëmijëve!

**Etika
për fëmijë**

Drejtor
Albert Halili
+355 67 60 78484
Kryeredaktor:
Alban Kali
+355 69 24 23989

Redaktor:
Xhahid Bushati
xhahidbushati@yahoo.com
+355 69 28 20 975

Redaktor gjuhësore:
Zija Vukaj
Përkthyes:
Enrida Kraja
Naile Sulaj

Dizajn - Grafik:
Bledar Xama
bledar_xama@hotmail.com

Adresa: L: Vasil Shanto - Rr: Çajupi - Shkodër - Albania / Tel: +355 22 254 634 / Fax: +355 22 254 633
Zyra e përfaqësimit Maqedoni: Rr: Stiv Naumov - Nr. 9 - lokal 25 - Shkup - Maqedoni / Tel: +389 71 956 271
Zyra e përfaqësimit Kosovë: Rr: Ardian Zurnaxhiu - pn, Ralin - Prizren - Kosovë / Tel: +381 29 222 795



RAMAZANI

nën dritën e ajeteve dhe haditheve

“O ju që keni besuar! Ju është urdhëruar agjërimi, ashtu si u ishte urdhëruar atyre para jush, që të mund të ruheni nga të këqijat.”
(Bekare, 183)

“Agjërimi zqjat disa ditë, por, nëse ndonjëri prej jush është i sëmurë ose duke udhëtuar, le të agjërojë aq ditë sa i ka prishur në ditët e tjera pas...”
(Bekare, 184)

“Muaji i Ramazanit është ai, në të cilin ka zbritur Kurani, që është udhërrëfyes për njerëzit, plot me shenja të qarta për rrugën e drejtë dhe dallues (i së mirës nga e keqja). Pra, kushdo nga ju që dëshmon këtë muaj, le të agjërojë! Sa i përket atij që është i sëmurë ose gjendet në udhëtim e sipër (le të agjërojë më vonë) aq ditë sa nuk i ka agjëruar. Allahu dëshiron që t’jua lehtësojë dhe jo që t’jua vështirësojë. Ai dëshiron që të plotësoni numrin e ditëve të agjëritit dhe që ta madhëroni Allahun (në fund të agjëritit), për shkak se ju ka drejtuar në rrugë të drejtë e që ta falënderoni Atë.”
(Bekare, 185)

“Atij që i jep iftar një agjëruesi, i shkruhen sevape sa agjëruesit. Mbi të gjitha, agjëruesit nuk i pakësohet asnjë sevap.”
(Hadith Fisnik)

“Kur hyn muaji i Ramazanit, hapen dyert e xhenetit, mbyllen dyert e xhehenemit dhe shejtanët lidhen me zinxhirë.”
(Hadith Fisnik)

“Fillimi i Ramazanit është mëshirë, mesi është falje dhe fundi i tij është shpëtim nga xhehenemi.”
(Hadith Fisnik)

“Betohe në Allahun se era e gojës së agjëruesit (ditën e gjykimit), është më e mirë te Allahu se era e miskut.” (Hadith Fisnik)

“Ekzistojnë tre vetë që nuk u refuzohen lutjet: Lutja e agjëruesit në kohën e iftarit, lutja e imamit të drejtë dhe lutja e të dhunuarit.” (Hadith Fisnik)

“Atij që e agjëron Ramazanin duke i besuar mirësisë së tij dhe duke e pritur shpërblimin nga Allahu, i falen mëkatet e kaluara.” (Hadith Fisnik)

“Hani syfyr, sepse në syfyr ka begati.”
(Hadith Fisnik)

“Kushdo që ha apo pi ndonjë gjë duke harruar, le ta plotësojë agjërimin, sepse atij i ka dhënë Allahu për të ngrënë dhe për të pirë.” (Hadith Fisnik)





Çfarë Si Përse



Zehra Aksoy

Pse na djeg dora, kur prekim hithrën?

Në kërcellin dhe gjethet e hithrës ka push. Kur ky push prek dorën tonë, jep një si djegie. Këtë e shkakton një lëndë djegëse që quhet acid formik. Kur lëkura jonë bie në kontakt me këtë acid, ne ndjejmë djegie.



Pse i përplasim qepallat e syve?

Çdo minutë i përplasim qepallat pa vetëdije rreth 10-20 herë. Ndërkohë që e bëjmë këtë, bëjmë të mundur automatikisht pastrimin e syrit.

Leximi i vazhdueshëm, përqendrimi ose rritja e lagështisë së ajrit e pakësojnë përplasjen e qepallave të syrit. Ndërsa ndikimet si rritja e dritës dhe temperaturës i shtojnë përplasjet e qepallave të syrit.



Çfarë lënde përmban rrjeta e merimangës?

Merimanga e formon rrjetën e saj me fije të holla prej proteinash të mëndafshit. Këto fije proteinike janë më të forta se fijet e çelikut. Veçoria e tyre ndryshon sipas qëllimit të merimangës për t'i përdorur ato. Kështu merimanga prodhon fije të forta dhe të thata për të bërë shkallë, ndërsa për të kapur gjahun, prodhon fije ngjitëse.



Jashari

Behlul Bera

Jashari po thur imagjinata dhe i shkruan ato në fletoren që i dhuroi babai.



Jashari dhe Qerosi u njohën në aventurën e tij të parë. Tani Jashari po vazhdon të imagjinojë nga çasti ku e ndërpreu.

Ç'e mirë të ka sjellë në këto anë Qeros?

Kanë grabitur vajzën e sulltanit!

Sulltani më urdhëroi mua që ta shpëtoj vajzën e tij.

Si do ta fitoj bukën e gojës, nëse nuk luaj rolin kryesor?

A nuk paska sulltani ushtarë që ta dha ty këtë detyrë?

Mos thuaj ashtu, Jashar.

Ke të drejtë. Po tani si t'ia bëjmë, ku e ka kështjellën ky burri i keq?

Pas asaj kodrës, asaj kodrës, asaj kodrës...

Në rregull, ule zërin!

Fiifiiiii!

Ej! Ky është Pegasus!

Gjithë këtë rrugë s'e bëjmë dot në këmbë apo jo!

Urraaa! Sa shpejt që fluturon! Sa kuaj fuqi është ky?

Mos bëj shaka tani!

Erdhëm në kështjellën e burrit të keq!





Është Bogaç
Hani me demin
e tij!

BOGAÇ HANI DHE DEMI I TIJ E THYEN LEHTË
DERËN DHE HYNË BRENDA, POR...

Çfarë
mendoni se
po bëni?

Ciklopi! Këtë
nuk e kishim
llogaritur.

Kujt i dhimbset jeta,
le t'ia mbathë!

Jashar, përdor rrezet
zvogëluese!

Rrezet
zvogëluese...

Por ky nuk u
zvogëlua, u bë
edhe më i madh...

Ngatërrova
rrezet më duket.

Jashari provoi disa herë, por në
secilin rast gjigandi zmadhohej
edhe më shumë.

Këtë mund ta
mposhtë vetëm
Basati.

Harruam se ky është Ciklopi
dhe sipas legjendës,
pas çdo goditjeje, ai
zmadhohet.

Basati: Heroi që mposht Ciklopin në legjendat e Gjysh Korkutit.

Alo! Xhaxhi Basati,
kemi nevojë për ty.
A mund të vish?



Po vijmë
menjëherë bashkë me
Gjysh Korkutin.



Ja ku jemil..

PAS PAK...

Le të përgjigjet mali i zi
kur i thërrasim, Allahu
i Madhëruar ia shtoftë
forcën Basatit dhe e
nxjerrte gjithmonë
faqebardhë nëpër beteja!

TINGIR MINGIR, TINGIR MINGIR..



Basat! Përsëri ti?!

Përschendet je miq!
Pse të grindemi në
këtë botë kalimtare?
Dashuri, vëllazëri...



Kudo që shkoj, përpara
më del Basati, edhe
Gjysh Korkuti po tallet
shumë me mua.



Më duket se burri i keq
u tjetërsua.



Burri i keq vendosi të bëhej i mirë dhe e la të lirë vajzën e mbretit.



NDËRKOHË GJYSH KORKUTI VAZHDON ME FJALËT E TIJ...

Allahu i Madhëruar i pasuroftë imagjinatat e Jasharit! Kurrë mos e përballtë atë me shkatërruesin e imagjinatave!



Shkatërruesi i imagjinatave?! Po kush është ai?



A ka hero pa armik, Jashar? Ai është armiku yt



JASHARI U PËRSHËNDET ME TË GJITHË DHE U NIS PËR RRUGË.



Jashari kapërceu kodra e lumenj. Armiqtë që e panë, u fshehën nëpër vrima. Jashari le të jetojë me imagjinatat e tij dhe ta mposhtë kështu prishësin e imagjinatave. Allahu i Madhëruar i dhashtë Jasharit sa më shumë imagjinata të bukura!

FUND

Hajduti në pyll

Ekrem Bektash

Kafshët, në pyll, vraponin dhe luanin. Dikush u lodh duke luajtur, dikush nuk u ngop. Dielli dalëngadalë përëndoi në horizont dhe i mblodhi rrezet e arta.

Heshtja e natës vazhdoi deri në mëngjes. Rrezet e para të diellit ranë në degët e pemëve. Pikërisht në këtë moment, ndodhi ajo që ndodhi. Në hesh-tjen që sundonte, u dëgjua klithma e sorrës:

-Gaak! Unë nuk kam arrat!.. M'i kanë vjedhur arrat! Më kanë marrë arrat!..

Sorra bërtiste pa pushim. Ata që po flinin, u zgjuan më herët se ditët e tjera.

-Çfarë ndodhi?

-Sorra ka humbur arrat.

-Shikoni në fund të pemës! Ndoshta kanë rënë aty.

-Ndoshta kanë rënë në bar.

Të gjitha kafshët, nga më e vogla e deri te më e madhja, po kërkonin arrat e sorrës. Pa prituri, një klithmë erdhi edhe nga fo-leja e lepurit:

-Ndihmë fqinjët e mi! M'i kanë vjedhur karo-tat.

Ditët kaluan me ra-

dhë. Të gjitha kafshët ankoheshin një e nga një.

-Në pyll ka një hajdut. Vallë, kush mund të jetë?

-Ku ta di unë!..

Kafshët ankoheshin vazhdimisht. Edhe vjedhjet nuk reshtnin. Një ditë, bufi dyshoi te ketri. Këtë ua tha disa miqe të tij. Të gjithë thanë:

-Nuk ka mundësi të ndodhë ndonjë një gjë e tillë!

Bufi vazhdoi:

-Ketrin e kam parë duke u shoqëruar me miun.

Miu e mëson ta bëjë këtë. Ai e çon atë në rrugë të padrejtë. Ketri është shumë i sjellshëm. Nëse bën shoqëri me miun, kështu kjo do të ndodhë. Të gjitha kafshët folën dhe e këshilluan ketrin. Ketri kundërshtoi në fillim, por pastaj e pranoi gabimin. Shoqërisë me miun i dha fund dhe të gjithëve ua solli gjërat që u kishte marrë.



-përrallëz-

Xhahid Bushati

EJA LEPUR...

U fsheh dielli pas një reje,
pas një peme një vogëlush,
pas një flete u fsheh zogu,
vallë, ku fshihesh lepurush?...

Po kush luan 'kukafshehtas'?..
Cili zë thotë: 'Dil, të gjeta!..
Qenka Dielli, përshëndeti
fluturakun, ku?... – Te fleta...

Ilustrimet: Eris Bushati



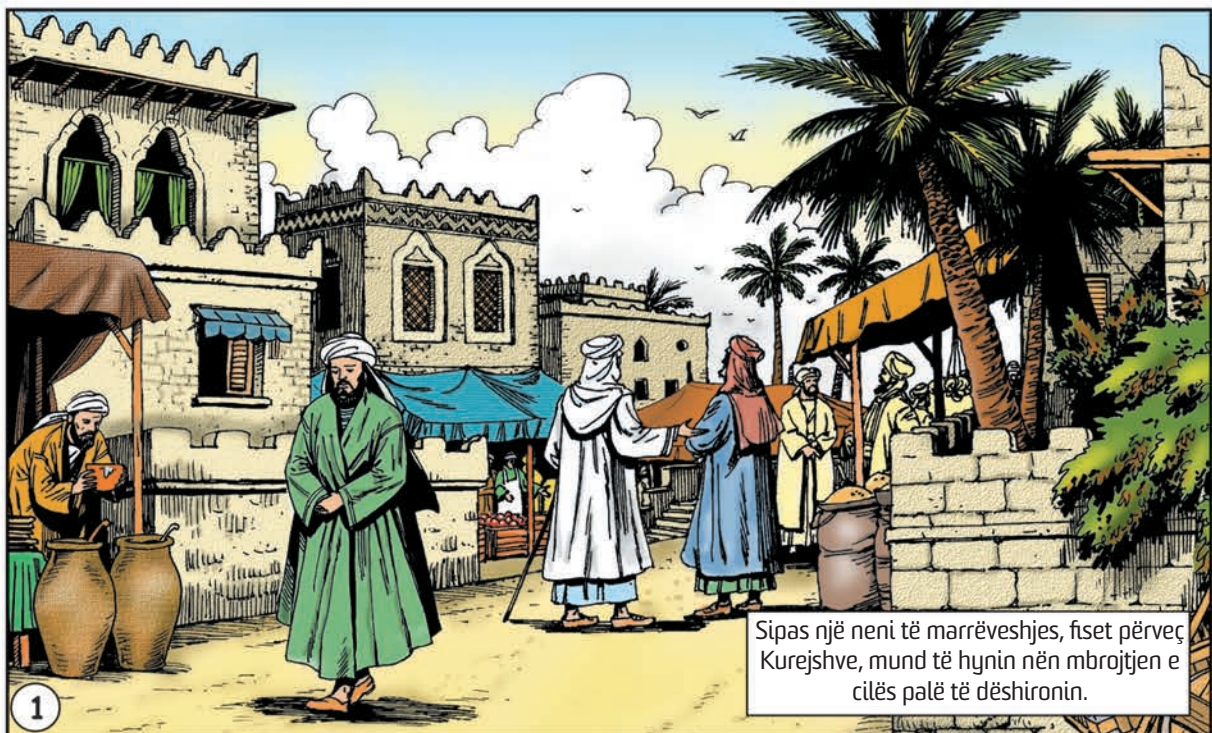
- Ti më gjete! – foli zogu.
Po vogëlushin, e gjen dot..?
Po e gjete vogëlushin,
ci-ci-cërrr, të dua fort!..

Dielli qeshi, vazhdoi udhën...,
dhe më shumë, më shumë ndriçoi...
-Zog i vogël, shih poshtë guvës!..
Rrezja djalin përqafoi..!

-Lepurushi na mungon..?!., -
ciu, tha zogu. E gjen kush..?
Dielli qeshi, tha një rreze:
'Nuk më fshihesh lepurushi!..

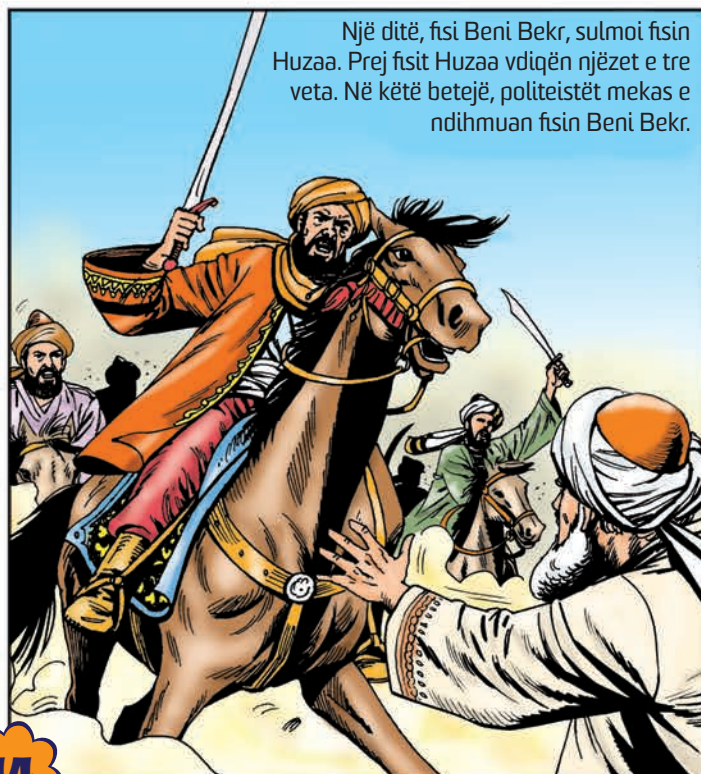
Dil pa frikë, dil nga gëmusha!..
Të pret zogu, vogëlushi...'
Rrezja udhën i tregonte...,
pas saj rendte lepurushi...

Pas marrëveshjes së Hudejbijes, Islami filloi të përhapej në çdo anë të gadishullit Arabik. Shumica e fiseve përreth, si rezultat e aktiviteteve të predikimit të Islamit në një kohë të shkurtër rreth dy vjeçare, u bënë myslimanë. Por në fund të periudhës dy vjeçare të paqes, nga ana e politeistëve ndodhi një ngjarje që e prishi marrëveshjen.



Sipas një neni të marrëveshjes, fiset përveç Kurejshve, mund të hynin nën mbrojtjen e cilës palë të dëshironin.

Fisi Huzaa përfitoi nga kjo marrëveshje dhe zuri vendin e tij në radhët e të Dërguarit të Allahut (a.s.). Ndërsa fisi Beni Bekr, hynë nën mbrojtjen e politeistëve dhe mbajtën anën e tyre.



Një ditë, fisi Beni Bekr, sulmoi fisin Huzaa. Prej fisit Huzaa vdiqën njëzet e tre veta. Në këtë betejë, politeistët mekas e ndihmuan fisin Beni Bekr.

Në këtë mënyrë, Kurejshit e prishën marrëveshjen e Hudejbijes. Hz. Pejgamberi menjëherë u dërgoi një letër politeistëve mekas në të cilën u thoshte:

"Ose paguani vlerën e kompensimit të gjakut të atyre që kanë vdekur prej fisit Huzaa, ose hiqni dorë nga marrëveshja që keni me fisin Beni Bekr! Nëse nuk bëni asnjërën prej këtyre, dijeni se e keni prishur marrëveshjen e Hudejbijes dhe si rezultat, do të detyrohem t'ju shpall luftë!"

الله
رسول
محمد



Letra arriti në Mekë. Politeistët mekas, filluan të mburreshin. Ata e refuzuan propozimin e Profetit (a.s.) dhe njoftuan se po përgatiteshin për luftë kundër myslimanëve.

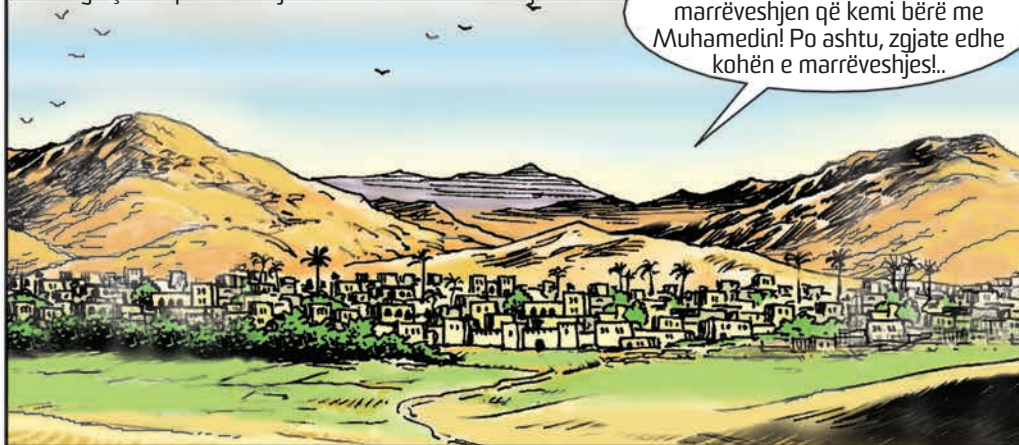


Në këtë mënyrë, i dërguari i Pejgamberit, u largua nga Meka me lajmin e luftës. Pasi i dërguari u largua, politeistët i kaploi një frikë. Ata u penduan për refuzimin e propozimit të Pejgamberit (a.s.).

Çfarë bëme kështu?
Në këtë mënyrë, u shpallëm luftë myslimanëve!



Ata morën vendimin e luftës me zemërimin e një çasti. Ndërkohë myslimanët nuk ishin si më parë. Ata ishin forcuar me kalimin e kohës. Ndërsa politeistët, kishin mbetur pas nga çdo aspekt. Menjëherë shkuan te Ebu Sufjani.



O Ebu Sufjan!
Shko në Medine dhe ripërtërije marrëveshjen që kemi bërë me Muhamedin! Po ashtu, zgjate edhe kohën e marrëveshjes!..

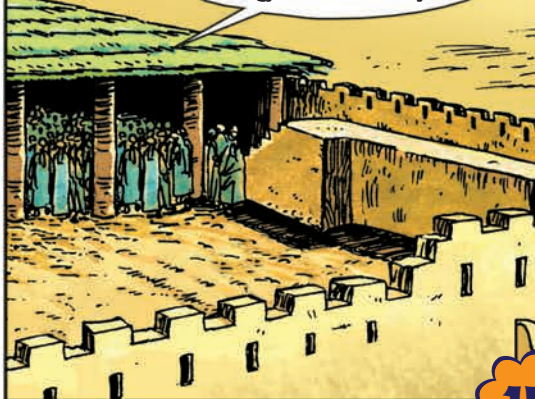
Ebu Sufjani ishte babai i Ummu Habibes, e cila ishte bashkëshortja e Pejgamberit (a.s.), por ishte edhe prijësi i politeistëve. Ngaqë nuk kishte asnjë rrugëzgjidhje tjetër, shkoi në Medine. Para se Ebu Sufjani të arrinte në Medine, Pejgamberi (s.a.s.), njoftoi për ardhjen dhe qëllimin e tij:

Ebu Sufjani është në ardhje e sipër për ta rinovuar marrëveshjen e Hudejbijes dhe për ta zgjatur kohën e saj. Por ai do kthehet pas i zemëruar pa e arrirë dot këtë.



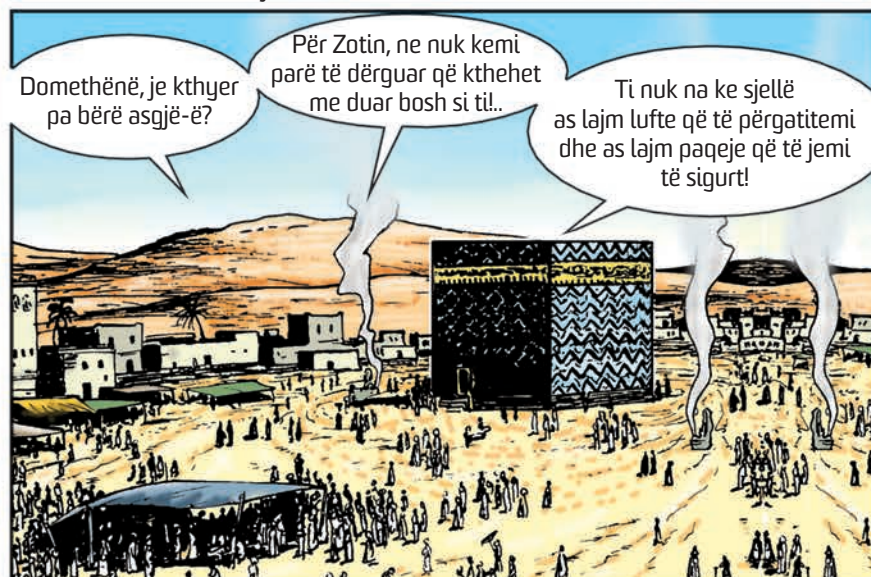
Ebu Sufjani doli përpara të Dërguarit të Allahut.

O Muhamed! Ripërtërije marrëveshjen e Hudejbijes dhe zgjate kohën e saj!



Ebu Sufjani pandehte se Pejgamberi (a.s.), nuk dinte gjë për ato që kishin ndodhur. Pejgamberi (a.s.), iu përgjigj:

3



Mekasit e dëshpëruar, nuk dinin çfarë të bënin. I Dërguari i Allahut (a.s.), donte ta merrte Mekën duke i kapur politeistët të papërgatitur dhe në befasi. Në këtë mënyrë, Meka do çlirohej pa derdhur gjak.



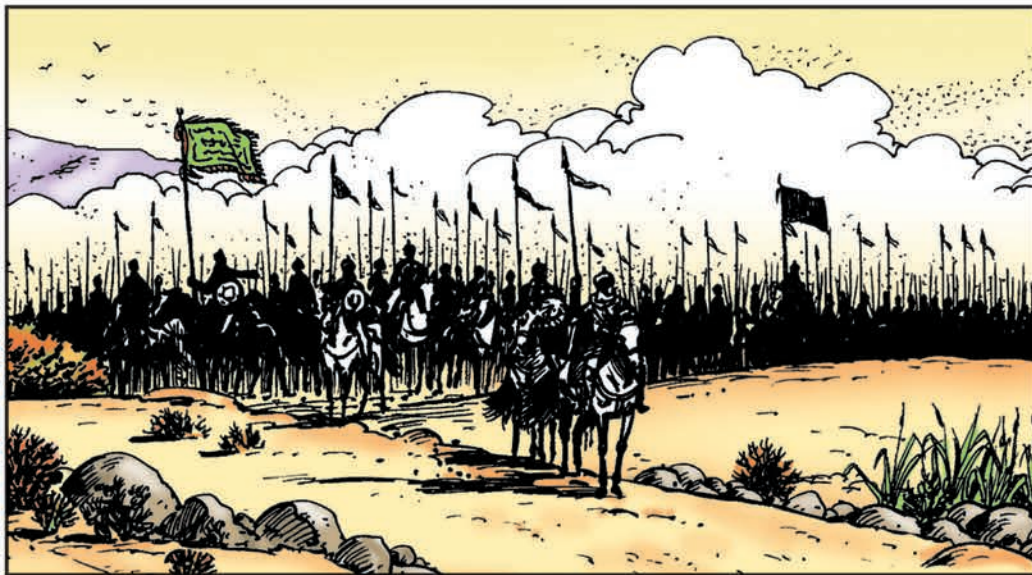
Ebu Sufjani, shkoi natën te kampi i ushtrisë islame, me shpresë për të arrirë paqen. Pejgamberi (a.s.), e pyeti Ebu Sufjanin:



Ebu Sufjani, i cili pati adhuruar idhujt deri atë kohë, në një çast hezitoi t'i hidhte mënjatë me qindra idhuj, por zemra i kishte filluar t'i zbutej kundrejt Islamit. Pasi hezitoi për një kohë, tha:



Pasi hezitoi edhe për pak kohë, dyshimet i ikën. Bashkë me ndriçimin e mëngjesit, në zemrën e tij ndriçoi drita e besimit dhe u bë mysliman duke thënë shehadetin:



Në mëngjesin e asaj nate, ushtria islame hyri në Mekë. Para se të çlirohej Meka, u çlirua zemra e prijësit të Mekës. Viti i 13-ë hixhri, 8 Ramazan, e premte. (1 Janar, 630 pas erës sonë.)



“Pasha fikun dhe ullirin” [Tin, I]

FIKU

Mete Ullusoaj

Elementi më i rëndësishëm ushqyes i fikut është sheqeri, i cili përbën 51-74% të të gjitha frutave. Midis të gjithë frutave, përmbajtjen më të lartë të sheqerit e ka fiku.

Fiku është një frut i këndshëm dhe i ushqyeshëm. Përdoret i freskët, i tharë dhe i përpunuar në produkte të ndryshme, si: marmelatë, reçel.

Fiku është një frut, emri i të cilit kalon në Kuranin fisnik. Përmendja dhe betimi i Allahut në këtë frut tregon për dobinë e këtij fruti.

Si një bimë e vendeve me klimë të nxehtë e të thatë, fiku kultivohet gjerësisht në zonat mesdhetare, por edhe në Kaliforni.

Së bashku me hurmat e Arabisë, ullinjë dhe rrushin, fiku ka qenë fruti më i rëndësishëm i ushqimit të shoqërive të hershme të Mesdheut dhe kultivimi i tij ka filluar rreth 4000 vjet p.e.s.

Përmes konsumimit të 100 g fiku të thatë trupi i njeriut siguron 17% të sasisë së duhur të kaliciumit, 30% të magnezit dhe hekurit, 20% të fosforit, 5% të vitaminës B1 dhe 4% të vitaminës B2.

Fiku prodhon një lëng qumështor që përmban ritinë, rrëshira të ndryshme, qeri, yndyra, enzima protolitike dhe që shkakton ngacmim ose edhe alergji në lëkurën e njeriut.



Për të pasur një mirëfunksionim të aparatit tretës fibrat janë shumë të rëndësishme. Fiku është fruti me përmbajtje më të lartë të fibrave midis gjithë frutave dhe perimeve të tjera. Vetëm një kokërr fik përmban 2 gram fibër, e cila përbën 20 % të nevojës ditore të njeriut për fibra.

Përmbajtja e lartë e fosforit dhe kalciumit ndihmon në zhvillimin e kockave dhe dhëmbëve. Kalciumi që përmban fiku në dallim nga kalciumi që përmbajnë frutat e tjera shkrihet dhe absorbohet më shpejt nga trupi. Personave që nuk pinë qumësht u këshillohet konsumimi i fikut.

Fiqtë për tharje mblidhen të tejpjekur, vendosen në tellaro dhe thahen në diell. Fiqtë e thatë vargëzohen ose paketohen, ruhen dhe tregtohen për një kohë të gjatë. Ndërsa 100 g fik i freskët përmban 78 kalori, e njëjta sasi e tharë përmban 277 kalori.

Ekzistojnë mëse 100 varietete të fikut, me ngjyra të ndryshme. Fiqtë më të përhapur në treg janë fiqtë e zinj, fiqtë jeshilë dhe fiqtë violetë.

Sistemi rrënjor i bimës është i zhvilluar e mund të depërtojë deri 10 m thellësi, prirën për t'u përhapur shumë në tokë. Rrënjët për të gjetur hapësirë copëtojnë çdo pengesë që gjejnë përpara. Nëse pema e fikut është mbjellë pranë mureve të shtëpisë, mund të çojë deri në shembjen e mureve të saj.

Pema e fikut arrin një gjatësi 1.5 deri në 6 m. Fiku lëshon lule në muajt Mars-Prill. Në vendin tonë gjendet në gjendje të egër e të butë dhe është kultivuar si në kopshtin e fermerit ashtu edhe në blloqe masive (Berat, Lushnje, Fier, Tiranë, Shkodër, Lezhë, etj.).

Fiku ripërtërin qelizat e njeriut. Përmes përmbajtjes së lartë të proteinave, vitaminave dhe mineraleve fiku siguron ripërtëritjen e qelizave.



MENDO PAK... E BUZËQESH

Tasim Gjokutaj

Keku



Të diel në drekë,
Mami bëri kek.
Keku gjithë shije
Gishtat t'i lëpije.

Entela e vogël
Që s'duron për kek,
Thelën pse s'e prek?

Fshehur në një letër,
E mori në dorë,
Doli në oborr.

Aty në një qoshe,
Me një goxha shkop,
Nis e hap një gropë.

Dy pula e panë,
Habitur i thanë:
-Ç'e do, moj Entelë,
Këtë gropë të thellë?!
-Kekun do ta mbjell,
Që të bëhet pemë,
Të ketë në çdo degë,

Nga një tavë me kek...
Ehehe, moj pula,
Ç'do bëhet këtu,
Do hani dhe ju!..

Pret çdo ditë Entela
Që të rritet thela,
Po pulat nuk pritën,
Shkuan e çukitën.

Sikur ato pula,
Mos ta kishin ngrënë,
Kjo thela me kek,
A do hidhte rrënjë?
A do të rritej dot?

Thojani Entelës,
Se ndoshta pret kot...



Qyp me florinj



Një herë, një plak erdhi te dijetari dhe juristi i famshëm islam Ebu Hanife. E pyeti: “O imami i myslimanëve, para disa vitesh, kur isha ende i ri dhe i fortë për të punuar, kam fshehur një qyp me florinj diku në fushë. Tani, në pleqëri, kur më duhet ajo pasuri, kam harruar se ku e kam fshehur. Të lutem më ndihmo ta gjej!”

Imam Ebu Hanife, mendoi për pak çaste, pastaj u përgjigj: “O plak i mirë! Nuk është puna e juristit të gjejë pasurinë e groposur në arat e njerëzve. Megjithatë, po të jap një këshillë: në darkë merr abdest dhe bëj nijet të falësh namaz deri në sabah!”

Plaku nuk e kundërshtoi fjalën e dijetarit, priti me padurim gjer në darkë, mori abdest, bëri nijet të falej gjithë natën dhe filloi namazin. Nuk zgjati as pak minuta, plaku e humbi përqëndrimin në namaz dhe filloi të buzëqeshte. “Mu kujtua vendi i qypit, ...” – tha më gjysëm zëri.

Të nesërmen në mëngjes shkoi ta falënderonte imamin fytyrëndritur për ndihmën e tij, dhe e pyeti: “Nuk e kam të qartë, si e dite se do ta kujtoj vendin e qypit në namaz?” Imam Ebu Hanife u përgjigj: “Isha i bindur se shejtani i mallkuar nuk do të lejonte që të faleshe gjithë natën, por do të sillte ne mendje vendin e qypit për të të penguar nga namazi.”

Lexues i vogël, duhet të jemi të përqendruar në adhurimin tonë dhe të mos lejojmë askënd dhe asgjë të prish nijetin tonë. Përkryerja, qetësia, prehja, kënaqësia dhe afërsia e fituar me namaz nuk mund të fitohet me asnjë adhurim tjetër. Çastet kur njerëzit ndodhen më pranë Zotit në këtë botë, janë çastet e namazit.

Përgatiti: Gilman Kazazi



MEMISHXHANI

Ekrem Bektash

ERDHI RAMAZANI, U RREGULLUA MEMISHXHANI...

Të dashur shokë!

Përsëri jemi bashkë në këtë ditë të bukur Ramazani. Ramazan dhe pushim... Që të dy kanë ardhur në të njëjtën kohë. Lum për ne... Unë tashmë nuk bëj më gabime, ngaqë është muaji i Ramazanit. Ndërkohë, edhe me xhaxha Saitin po shkojmë mirë. Në kohën e syfyrit, shkoj te dera e tyre me qëllim për t'i zgjuar. Në vend që të shtyp zilen, i bie derës si një daullexhi:

'Dum da dum dum! Dum da dum dum!..'

Goditjet e mia vazhdojnë derisa të hapet dera, pastaj xhaxha Saiti e hap derën me një fytyrë të rrudhur dhe thotë:

-Ne jemi ngritur.

-E di!

-Nëse e di, atëherë përse i bie derës?

-Mos u privoni nga daullexhiu i Ramazanit, xhaxha Sait, dhe pastaj shpik një vjershë:



Xhaxha Sait! A e ke të vështirë Ramazanin?

Sikur të mos jesh ti, mund të agjëroj 24 orë...

Memishxhani vjen në syfyr,

Xhaxha Saiti e di këtë,

Edhe pse shpreh inat nga rrudhat në fytyrë,
Pajtohet sapo të hajë ëmbëlsirë.

Prej zhurmës hapen edhe dyert e apartamenteve të tjera dhe thonë:

-Allahu qoftë i kënaqur me ty, Memishxhan! Për pak nuk do zgjoheshim.

Kjo më gëzon shumë mua dhe u them:

-Do të vij prapë nesër.

Xhaxha Saiti ma ndërpret fjalën dhe thotë:

-Nesër mos eja, sepse ne do hamë dhe përsëri do biem të flemë.

Por tetoja e dashur, e qorton atë duke i thënë:

-Saiiiiit!

Unë e di në fakt. Xhaxha Saiti gjithmonë bën shaka të tilla, por në syfyr ngrihet para të gjithëve. Ai e di mirë se përse ngrihet herët në syfyr. Të paktën më shikon mua dhe gëzohet.

Këtë vit, agjërimi që mbaj ka një armik! Është motra ime Elifi... Siç nuk ia ka idenë namazit apo lutjeve, nuk ia pret mendja se duhet të agjërojë! Ramazanin e pandeh normal si të gjithë muajt e tjerë. Në të vërtetë, ajo nuk ia ka idenë as për muajt e tjerë!.. Ushqimin që ia jep mami për ta ngrënë, përpiqet të ma fusë mua në gojë. Do ma prishë agjërimin!.. Por motra ime, sipas saj, ka të drejtë sigurisht. Sepse para Ramazanit, e haja me shumë oreks çdo gjë që më fuste në gojë. Tashmë asaj i duket e habitshme. Kush e di se çfarë mendon: "Përse vëllai im nuk e hap gojën?" Nuk arrij t'ia shpjegoj dot... Ky është Ramazan!.. Ndoshta e kupton vitin e ardhshëm!

Ndoshta nganjëherë do vish bashkë me mua te xhaxhi Saiti për syfyr. Ah sikur ta dish se sa gëzohet!

Të dashur shokë!

Le të vijmë tani te aventura e muajit të kaluar që e patëm lënë përgjysmë... Babai im, ditën që patëm marrë dëftesat, më pati thënë: “Ty do të të dërgoj në shkollë verore.” Kanë bashkuar fjalë të kundërta me njëra-tjetrën: Shkollë dhe verë... Sikur të ishte “shkollë dimërore”, mund ta kuptoja. Kështu që ç’punë ka shkolla në stinën e verës? Babai im, nëse thotë diçka, e bën...

Morëm rrugën drejt shkollës verore. Në një anije të madhe sa klasa, kishin futur nxënës aq sa merr një klasë. Në anije kishte një makinist dhe një timonier. Timonieri voziste anijen dhe u shërbente nxënësve çaj, soda dhe pasta. I veçantë ishte ciceroni i anijes... Ai shpjegonte vendet e rëndësishme që dukeshin rreth e rrotull dhe tregonte histori interesante në lidhje me ato vende: Ja, ky është vendi në të cilin është mbytur “Pirati i Zi” me anijen e tij. Ndërsa këtu, në fund të detit gjenden tetëdhjetë sëndukë plot me thesare. Peshqit e këtushëm janë peshqit më të pasur të detit... Çdo peshk, ka bërë rroba floriri prej arit që gjendet poshtë. Të gjithë peshkatarët përpiqen për të kapur prej këtyre peshqve të artë... Asnjëri prej tyre nuk kishte arritur të kapte një peshk të tillë. Edhe njërit prej peshkatarëve që pothuajse e kishte kapur dhe po e tërhiqte, peshku i kishte ikur përsëri... Kjo histori i kishte tërhequr aty të gjithë peshkatarët...

Ky timonieri, në të njëjtën kohë, merrej edhe me pastrimin dhe çështjet e sigurisë së anijes... Që nga fshirja e anijes e deri te rënia e ndonjërit në det, ky timonier ishte përgjegjës. Sigurisht se timonieri, herë pas here shkonte në krye të timonit. Pasi ta vendoste anijen në drejtimin e duhur, e lidhte timonin me litar dhe interesohej me punët e tjera. Puna e timonierit ishte e vështirë!..

Tani le të flasim për çastet kur doli furtuna. Anija jonë lundronte nëpër detin e dallgëzuar si një lëvozhgë lajthie. Veçanërisht shiu që binte dhe uji me shkumë, e mbushnin brendësinë e lëvozhgës së lajthisë. Tridhjetë e tetë nxënës, një makinist dhe një timonier, gjendeshin në lëvozhgën e kësaj lajthie (le ta lëmë këtë shprehjen “lëvozhgë lajthie” dhe të themi “anije”)... Të gjithë në anije, shkonin sa majtas e sa djathtas. Timonieri akoma

shpjegonte se si ishte mbytur “Pirati i Zi” me anijen e tij. Anija e “Pirati i Zi” ishte mbytur pikërisht në vendin mbi të cilin po kalonim ne... Timonieri tregonte dhe bënte shaka: “Nëse mbytemi edhe ne, do të bëhemi të pasur fëmijë! Në fund të detit ka plot tetëdhjetë sëndukë me thesare.

-Memishxhan, çfarë do të thotë shkollë verore? Mendo sikur je në klasë një ditë vere dhe kaloriferët janë ndezur.

Anija jonë, nganjëherë ngrihej lart në qiell nga majat e dallgëve dhe nganjëherë, me ujin e detit që ulej, zbriste drejt thesarit të “Pirati i Zi”. Nganjëherë shpëtonim dhe nganjëherë bëheshim të pasur.

Pikërisht në atë moment, u dëgjua zëri i timonierit që sapo qe larguar nga ne:

-Timoni është thyeeer!

Thyerja e timonit, ishte hapi i parë i hedhur drejt arritjes së thesareve. Në anije ishim dyzet vetë. Secilit prej nesh i takonin nga dy sëndukë. Timonieri filloi të kërcente nga gëzimi dhe thoshte:

-Oh! Oh! U bëmë të pasur!.. Nëse mbytemi, do të thotë se do bëhemi të pasur!..

Ne nuk e kuptonim në asnjë lloj mënyrë lidhjen ndërmjet mbytjes dhe shpëtimit. Por në fund e kuptuam... Anija u mbyt dhe ne shpëtuam... Jo duke u bërë të pasur, por duke dalë në breg me not...

Anija u përplas në shkëmbinj dhe u bë copa-copa. Unë, nga ndikimi i asaj goditjeje, u hodha nga anija. Po hidhja kamerdaret e shpëtimit dhe po bërtisja me të madhe:

-Notoni shokë! Jepini, forca!..

Nëna më erdhi te koka dhe më tha:

-Përsëri paske rënë nga krevati, Memishxhan!

Unë thashë: “Ku janë sëndukët me thesare?”

-në ato momente erdha në vete...

Në qoshe të krevatit, do të ishte shumë mirë të vendosnim një mbrojtëse si ajo e Elift...

-U u bë shumë herë që jam rrëzuar, o mami?.. Nuk dua të shkoj në shkollë verore. Tashmë edhe anija na është mbytur.

Mami më qetësoi:

-A përsëri paske parë shkollën verore, në ëndërr? Nuk ka një gjë të tillë!..

Oh! Me të vërtetë nuk kishte... Rroftë vera pa shkollë!.. Mirë mbetshi shokë!..

milingona e vogël

Dikur, në pyllin e lumturisë, jetonte një milingonë e dëshpëruar. Shkaku i dëshpërimit të saj, qëndronte te fakti se ajo ishte e zezë dhe shumë e vogël në krahasim me insektet e tjera.



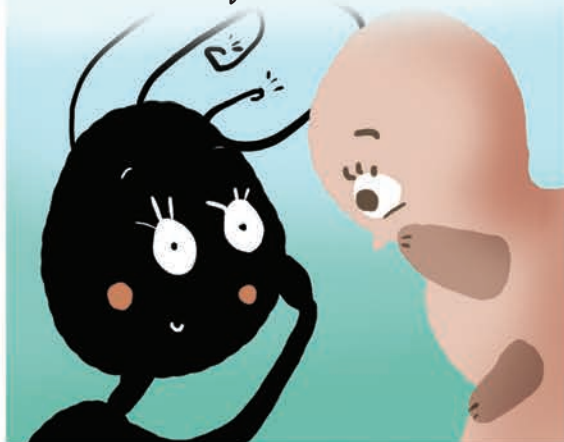
Në të vërtetë, të gjithë e donin milingonën e vogël ashtu siç ishte, por ajo nuk e shikonte dot këtë dhe mendonte se të tjerët nuk interesoheshin aspak me të.



Një ditë, krimbi i mëndafshit, i cili ishte miku i milingonës së vogël, erdhi për ta vizituar atë. Kur pa se milingona ishte e dëshpëruar, i erdhi në mendje një mendim i shkëlqyer.



I sugjeroi asaj që ta mbështillte të tërën me mëndafsh. Në këtë mënyrë, do të bëhej e madhe dhe do shkëlqente si drita.



Milingona e pranoi menjëherë këtë mendim. Kështu, krimbi i mëndafshit dhe shokët e tij, filluan ta mbështillnin milingonën e vogël me mëndafsh.



Milingona u rrit e u rrit dhe u bë madhështore!



Kur e pa veten të pasqyruar në ujë, e pëlqeu aq shumë, sa që menjëherë dëshiroi t'ua tregonte veten insekteve të tjera në pyll.



Të gjithë ata që e panë milingonën, e pëlqyen shumë, por kishte një problem të vogël...



Milingona nuk hynte dot në fole, ngaqë ishte zmadhuar, nuk vraponte dot e të luante me shokët e shoqet, madje, nuk mund të përkulej as që të hante ushqim.



Ajo ngeli e uritur, e vetmuar për ditë të tëra. Madje, ngeli e detyruar të flinte jashtë.



Milingona e vogël e kuptoi se kishte gabuar. Kështu i kërkoi krimbit të mëndafshit dhe shokëve të tij që t'ia hiqnin mëndafshin me të cilin e patën mbështjellë.



Kur u kthye përsëri në gjendjen e mëparshme, u gëzua pa masë. Që nga ajo ditë, jetoi duke falënderuar Allahun për mirësitë që i kishte dhënë.





ZHYTJA NË LIQEN

Ishin tre arinj të vegjël me hundë të verdhë e me sy si xhixha. Njërën e quanin Hirush, të dytin Fortush, e të tretin Shpato ose Shpatok. Këta jetonin në një pyll të bukur, që mbulonte faqet e malit e zbriste deri në buzët e një liqeni me ujë të kaltër.

Një ditë nënë Arusha, e cila ishte mërzhitur nga prapësitë e tyre, i urdhëroi:

-Tani ngjituni mbi atë pemë dhe mos lëvizni që andej, se ju piu e zezal! Zë të mos dëgjoj! Ngordha për gjumë dhe dëshiroj të çlodhem një copë herë. Kur të zgjohem t'ju gjej aty!

Në fillim të tre arushët qëndruan urtë në majën e pemës, pastaj zunë të lëviznin e të ngacmohe-shin. Shpatoku i vogël tha:

-Pse, rrihet kështu pa lëvizur? A shkojmë zhytemi në liqen? Vetëm njëherë!

-Ikim, - tha Fortuzi.

-Ikim, - tha edhe Hirushi duke përpjekur shputat. Zbritën me kujdes dhe duke u përkundur morën rrugën e liqenit.

Mirëpo dikush po i ndiqte pas. Qe një njeri me një thes.

-Ah, sa mirë, - tha ai, - më duhet një arush që ta zbut!

Dhe kësisoj, kapi Shpatokun, e futi në thes dhe... iku.

-Ç'do të bëjmë tashti? - u dëshpërua Fortushi.

-Duhet ta ndjekim e ta lirojmë, - tha Hirushi.





Dhe kështu iu vunë pas duke ecur në majë të shputave e duke qëndruar pak larg, që të mos dalloheshin nga njeriu.

Të dy dëgjonin britmat dhe shkelmimet që bëntë Shpatoku brenda në thes. Ec e ec, ec e ec, bënë shumë rrugë, derisa më në fund, njeriu arriti në shtëpinë e tij, la thesin në oborr dhe hyri brenda. Sa ktheu ai krahët, Fortushi dhe Hirushi shkuan i hapën grykën e thesit, nxorën Shpatokun dhe të tre bashkë nisën të vraponin si të çmendur. As vunë re nga që rruga e nga duhej të iknin e, kur më së fundi qëndruan të çlodheshin pak, vunë re se ishin në një vend që nuk e njihnin.

-Më duket se kemi humbur rrugën, - tha Hirushi.

-Mos u bëni merak, - i qetësoi Fortushi. - Ne mund të kthehemi pas gjur-

mëve tona. Ato do të na shpien te liqeni.

Dhe ashtu vepruan, por për të lodhur u lodhën paq. As që kishin ecur ndonjëherë aq shumë. Kur arritën te pema e tyre, qenë të këputur. Donin vetëm gjumë. U katrrisën lart në pemë me shpejtësi dhe, megjithëse shputat u dhimbnin, posa mbyllën sytë i zuri gjumi.

Nënë Arusha, mbasi fjeti mirë e mirë, u zgjua e tha:

-Ejani, fëmijë. Tani u çlodha dhe ne mund të shkojmë në liqen e të zhytemi bashkë. Do të kënaqeni, se ujët është i ngrohtë.

Mirëpo nënë Arusha s'arrinte ta kuptonte pse s'po tregoheshin të gatshëm për të shkuar në liqen si herët e tjera, pse po dremisnin e dukeshin aq të përgjumur.

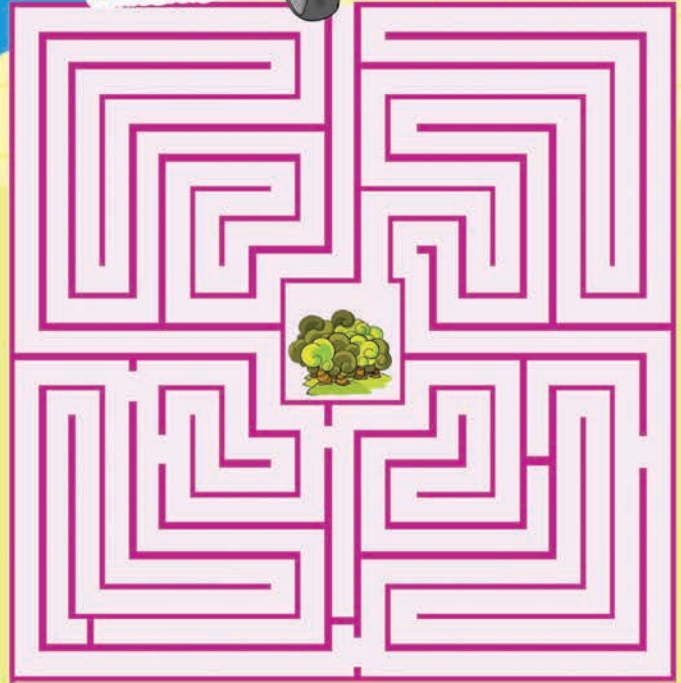


SUPER ZBAVITJE



LABIRINT

Ndihmojeni
dhelprushin të gjejë
rrugën për në pyll.



Çdo figurë brenda
katrorëve përmban një numër.
Kur i mbledhim vertikalisht dhe
horizontalisht përftojme shifrat e
dhëna. Cila figurë duhet të vendoset në
katrorin bosh në mënyrë që të gjejmë
shifrën e dhënë?

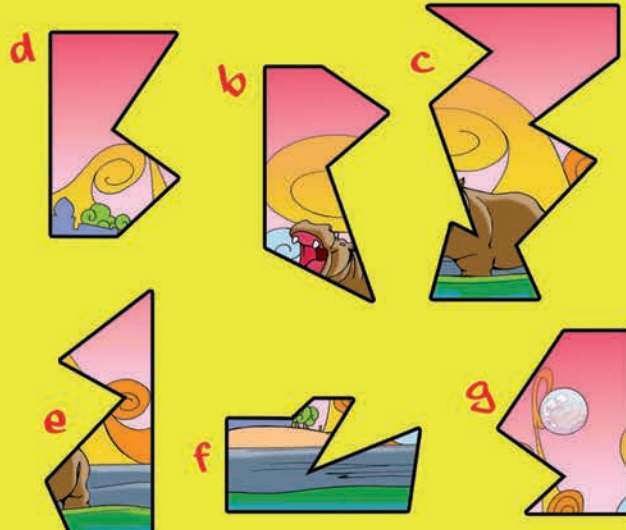
				50
				60
		?		23
70	35	55	40	



Gjeni hijen e përshtatshme
të dhelprushit të vogël.



BASHKO FOTOGRAFINË



NGJYROS
MJELLMËN



7 NDRYSHIMET



PEJGAMBERI (A.S.) NA KËSHILLON

I fortë nuk është ai që e mund kundërshtarin në dyluftim, i fortë në të vërtetë është ai që e mposht mllëfin e tij në çastin e zemërimit.

Nuk është prej nesh ai që ha, ndërkohë që fqinji i tij është i uritur.

T'i tregosh rrugën një personi që pyet për adresë, është një vepër e mirë.

Mysliman i vërtetë është ai në gjuhën dhe dorën e së cilit myslimanët e tjerë janë të sigurtë.

Ai që bëhet shkak për një vepër të mirë, fiton sevape sa personi që e kryen atë vepër.

Besimtarët janë pasqyrë e njëri-tjetrit.

Asnjëri prej jush nuk mund të jetë besimtar i vërtetë përderisa të mos dojë për vëllain e tij atë që do edhe për vete.

Më i miri prej jush është ai që e mëson Kuranin dhe ua mëson atë të tjerëve.

Një vepër e mirë e ka shpërblimin dhjetë fish.

Ai që sheh ndonjë vepër të keqe, le ta ndryshojë atë me dorën e tij. E nëse nuk mundet me dorë, le ta ndryshojë me gjuhën e tij. Nëse as këtë nuk mund ta bëjë, le ta urrejë atë vepër.



Gjëja më e dashur te Allahu Teala është namazi i falur në kohë. Pastërtia është prej besimit.

Nëse një mysliman mbjell një pemë dhe nga ajo pemë ushqehen njerëzit, kafshët e zogjtë, ajo pemë qubet sadaka për atë person deri në ditën e kiametit.

Kush nuk është mirënjohës ndaj njerëzve, nuk është as ndaj Allahut.

Askush të mos mburret kundrejt tjetrit.

Xheneti është poshtë këmbëve të nënës.

Kush na mashtron, nuk është prej nesh.

Lagjja Jonë



Tani në dorën tuaj...

i gjeni pranë shtëpisë botuese "Progresi"

