



Ответственный редактор:
д-р. Мехди Голджан
goljanmahdi@yahoo.com
mahdigoljan@itf.org.ir

Главный редактор:
профессор Тегеранского
Университета д-р Джанолах
Карими Мотаххар

Редактор:
Манучехр Негматов

Оформление и верстка:
Нармина Гасанова

Графика и дизайн:
Захра Салари

Переводчики:
Манучехр Негматов
Нармина Гасанова

Эксперт по печати:
Маджид Гасыми

Исполнительный директор:
Марьям Хамзелу
Журнал «Фонда Исламской
мысли», почтовый индекс:
14155-3899
Исламская Республика
Иран, Тегеран

Тел:
+98 (21) 88897662-5
Факс:
+98 (21) 88902725

<http://itf.org.ir>
info@itf.org.ir
<http://slovoirana.com>
info@slovoirana.com



XVI САММИТ ДВИЖЕНИЯ НЕПРИСОЕДИНЕНИЯ

■ ■ **2**



ЛИДЕР ИСЛАМСКОЙ РЕВОЛЮЦИИ ОСУДИЛ КОЩУНСТВО ВРАГОВ ИСЛАМА

■ ■ **9**



ВЕСТЬ О ХАДЖЕ

■ ■ **14**



ДОСТИЖЕНИЯ XVI САММИТА В ТЕГЕРАНЕ

■ ■ **10**



ИМАМ АЛИ ИБН МУСА АР-РЕЗА

■ ■ **18**



ПОДЛИВА С АЛЫЧЕЙ И ШПИНАТОМ

■ ■ **36**



XVI САММИТ ДВИЖЕНИЯ НЕПРИСОЕДИНЕНИЯ

30 августа этого года в Тегеране выступлением великого лидера Исламской революции его светлости великого аятоллы Хаменеи открылся XVI саммит глав стран-участниц Движения неприсоединения. Мы поместили полный текст выступления его светлости сейед Али Хаменеи.

Во имя Аллаха Милостивого, Милосердного!

Хвала Аллаху, Господу миров! Мы посылаем пожелания мира и приветствия великодушному и благонадежному посланнику, его пречистому семейству, избранным сподвижникам и всем пророкам и посланникам!

Я приветствую, Вас, дорогих гостей, глав стран-участниц Движения неприсоединения и делегации, представляющие эти страны, а также других участников этого крупного международного саммита!

Мы здесь собрались с вами, чтобы благодаря руководству и помощи Всевышнего, с учетом положения и потребностей современного мира, продолжить движение и течение, основы которого были заложены около 6 десятилетий назад благодаря бдительности, умению правильно оценить обстановку и смелости ряда заботливых и ответственных политических лидеров, и, более того, вдохнуть в него новую жизнь и возродить динамичность.



Наши гости собрались здесь из далеких и близких стран; они представляют разные народы и расы, имеют разнообразные идеологические, культурные, исторические и наследственные интересы и устремления, но как сказал один из основоположников этого движения Ахмед Сукарно на известной Бангдунской конференции 1955 года, основой создания Движения неприсоединения является не географическое, расовое или религиозное единство, а единство нужды. В те дни страны-участницы Движения неприсоединения нуждались в связи, которая могла бы обеспечить их неприкосновенность перед лицом господства империалистических, колонизаторских и ненасытных сетей; сегодня на фоне развития и распространения инструментов имперского господства эта потребность остается в силе.

Я хочу затронуть другую истину:

Ислам учит нас тому, что люди, несмотря на расовое, языковое и культурное различие, имеют

схожую натуру, которая призывает их к чистоте, справедливости, благодетанию, состраданию и сотрудничеству, и именно эта всеобщая врожденная черта, преодолев она благополучно вводящие в заблуждение стимулы, направляет человека к единობожию и познанию возвышенной сути Всевышнего.

Эта светлая истина обладает таким потенциалом и возможностями, что способна составить основу и фундамент формирования свободных, славных сообществ, обладающих вкупе прогрессом и справедливостью, распространить сферу духовности на всю материальную и мирскую деятельность людей и подготовить им рай на земле, прежде чем они обретут обетованный божественными религиями рай в загробном мире. И именно эта общая и совместная истина может заложить основы братского сотрудничества между народами, которые по внешним формам, историческому прошлому, региону и географии не имеют ничего схожего.



Всякий раз, когда международное сотрудничество крепится на такой основе, правительства выстраивают отношения между собой не на страхе и угрозах, не на экспансии и односторонних интересах, не на посредничестве предателей и продажных людей, а на основе здоровых и общих интересов, более того, на основе интересов человечества, и освобождают свою пробужденную совесть и душевное состояние своих народов от переживаний.

Этот строй, построенный на идеалах, противопоставляется господствующему строю, претендентами, миссионерами и пионерами которого в последние столетия выступали имперские западные государства, а сегодня выступает деспотическое правительство-агрессор Америки.

Дорогие гости!

Сегодня, по прошествии около 6 десятилетий, главные идеалы Движения неприсоединения по-прежнему являются динамичными и прочными; такие идеалы, как борьба с колониализмом, политическая, экономическая и культурная независимость, не участие в военных блоках и упрочение сплоченности и сотрудничества среди стран-членов. Современные же реалии мира далеки от этих идеалов; но коллективная воля и всесторонние усилия для преодоления реалий и достижения идеалов, хотя и являются делом не простым, однако являются результативными и вселяющими надежды.

Мы в недалеком прошлом стали свидетелями поражения политики периода холодной войны, а также последовавшей за ним политики односторонних акций. Мир, почерпнув уроки из этих исторических событий, в настоящее время находится на этапе перехода к новому миропорядку и Движение неприсоединения может и должно сыграть новую роль. Этот миропорядок должен строиться на основе всеобщего участия и равенства прав народов; наша же сплоченность, стран-участниц этого Движения для формирования этого нового мироустройства является наглядной потребностью современной эпохи.

Перспектива мировых преобразований, к счастью предвещает, многополярный миропорядок, в котором традиционные полюса власти уступают свое место комплексу стран, разнообразных цивилизаций и культур с разным экономическим, социальным и политическим происхождением.



Изумительные события последних трех десятилетий, свидетелями которых мы являемся, наглядно свидетельствуют о том, что появление новых держав сопровождается с появлением слабости в старых державах. Эта постепенная смена власти предоставляет "неприсоединившимся" странам возможность взять на себя более эффективную и достойную роль на мировой арене и подготовить почву справедливого и поистине совместного управления мировыми просторами. Мы, страны-члены Движения неприсоединения, смогли в ходе длительного отрезка времени, несмотря на разнообразие воззрений и устремлений, сохранить свою сплоченность и связь в рамках общих идеалов; и это не маленькое и не простое достижение. Эта связь может служить предлогом перехода к справедливому и гуманному миропорядку.

Нынешние условия представляют собой может быть даже неповторимую возможность для Движения неприсоединения. Мы говорим, что штаб командования мира не должен управляться кучкой западных стран. Необходимо сформировать и гарантировать демократическое мировое участие на арене международного руководства. В этом заключается потребность всех

стран, которые напрямую или косвенно пострадали и продолжают страдать из-за посягательства со стороны кучки насильственных и имперских стран.

Структура и механизмы Совета Безопасности ООН являются нелогичными, несправедливыми и всецело недемократичными; это – открытая диктатура и старое, выжившее себя и просроченное положение. Именно за счет злоупотребления этими ошибочными и неправильными механизмами Америка и ее сообщники смогли навязать миру свое насилие, переодевшись в одеяния благородных понятий. Они говорят "права человека" и подразумевают интересы Запада; говорят "демократия", а вместо этого совершают военную интервенцию; говорят "борьба с терроризмом" и мишенями их бомб и оружия становятся беззащитные жители деревень и городов. В их воззрении человечество делится на граждан первого, второго и третьего класса. Жизнь людей в Азии, Африке и Латинской Америке – дешевая, а в Америке и Западной Европе – дорогая. Безопасность Америки и Европы является важной, а безопасность всего остального человечества не имеет значения. Если пытки и террор совершаются американцами, сионистами и их марионетки, это является дозволенным и на это вообще можно закрыть глаза. Их совесть не гложут тайные тюрьмы, которые в многочисленных точках разных континентов служат свидетелями самого позорного и мерзкого поведения в отношении беззащитных заключенных, которые лишены адвокатов и содержатся в тюрьмах без суда и следствия. Хорошее и плохое определяются исключительно на основе выбора и односторонне. Они навязывают народам мира свои интересы под прикрытием "международные законы", а свои повелительные и незаконные слова под прикрытием "международное сообщество", а посредством монополизированной и организованной сети СМИ, они выдают свою ложь за правду, ложь представляют истиной, а свое насилие представляют как стремление к справедливости; и наоборот – всякое правдивое слово, которое разоблачает их обман, они называют ложью, а всякое справедливое требование – бесчинством.

Друзья! Такое вредоносное и убыточное положение больше продолжаться не может. Все устали уже от этой неправильной международной геометрии. Движение 99-и процентов населения в Америке против центров власти и финансовых институтов этой страны и всеобщий протест в странах Западной Европы против экономической политики их правительств также свидетельствуют о том, что такое положение переполнило чашу терпения народов. Необходимо исправить такое неразумное положение.

Прочная, логичная и всесторонняя связь стран-членов Движения неприсоединения может оказать глубокое воздействие на поиск и преодоление пути решения.

Уважаемые присутствующие!

Мир и безопасность во всем мире считаются острыми вопросами нашего современного мира, а разоружение и отказ от смертоносного оружия массового уничтожения является срочной потребностью и всеобщим требованием. Безопасность в современном мире представляет собой общее явление, которое не приемлет дискриминации. Складирующие на своих складах оружие против человечества не имеют права выдавать себя за знаменосцев мировой безопасности. Это, несомненно, не сможет обеспечить безопасность их самих. К огромному сожалению, мы видим сегодня, что страны, обладающие самым большим количеством ядерного оружия не проявляют серьезной и реальной воли к исключению этого смертоносного средства из своей военной доктрины, и, по-прежнему, считают его гарантом устранения угрозы и важным критерием в определении своего политического и международного места. Такое представление является всецело неприемлемым и недопустимым.

Ядерное оружие не является ни гарантом безопасности, ни фактором упрочения политической власти, оно считается угрозой и тому и другому. События 90-х годов 20 столетия показали, что наличие этого оружия не способно сохранить даже такой режим, каким был бывший Советский Союз. И сегодня все мы знаем страны, которые, несмотря на наличие у них ядерной бомбы, находятся под угрозой пагубных волн нарушения безопасности.

Исламская Республика Иран признает использование ядерного, химического и прочего подобного им ору-

жия великим и непростительным грехом. Мы выдвинули лозунг "Ближний Восток без ядерного оружия" и остаемся приверженными ему. Но это не означает отказа от права на мирное использование ядерной энергии и производство ядерного топлива. Мирное использование этой энергии согласно международным законам является правом всех стран. Все должны иметь доступ для использования этой здоровой энергии в различных жизненно-важных сферах потребления страны и своего народа и в реализации этого права быть независимыми от других. Кучка западных стран, которые сами обладают ядерным оружием и совершили данное незаконное дело хотят распространить свою монополию и на технологии производства ядерного топлива. В настоящее время формируется тайное движение с тем, чтобы закрепить навсегда за центрами под международным названием, но на самом деле в руках кучки западных стран, монополию производства и продажи ядерного топлива.

Злая шутка нашего времени заключается в том, что правительство Америки, которое обладает самым большим количеством самого смертоносного ядерного оружия и других видов оружия массового уничтожения и является единственным виновником применения этого оружия, сегодня намеревается взять в свои руки знамя борьбы с распространением ядерного оружия?! Она вместе со своими западными партнерами оснастила ядерным оружием захватнический сионистский режим и создала серьезную угрозу для этого важного региона; в то же время эта группа обманщиков не в силах терпеть мирное использование суверенными государствами ядерной энергии, она даже враждует всей своей мощью против производства ядерного топлива необходимого для радиопрепаратов и прочего гуманного мирного использования. Их ложным предлогом является страх, вызванный производством ядерного оружия. Что касается Исламской Республики Иран, то они сами прекрасно знают, что лгут; вот только политика, в которой нет ни малейших признаков духовности, признает дозволенной ложь. Разве воздержится от лжи и устыдится тот, кто в 21 столетии позволяет себе угрожать ядерным оружием и не стыдится этого?!

Я подчеркиваю, что Исламская Республика никогда не стремилась и не стремится к ядерному оружию и ни за что не откажется от права своего народа на мирное использование ядерной энергии. Наш лозунг: "ядерная энергия – для всех, ядерное оружие – никому". Мы будем отстаивать эти два принципа, и мы знаем, что устранение монополии ряда западных стран в области производства ядерной энергии в рамках ДНЯО пойдет на пользу всем независимым государствам, в том числе странам-участницам Движения неприсоединения.

СЗ

Мирное использование этой энергии согласно международным законам является правом всех стран. Все должны иметь доступ для использования этой здоровой энергии в различных жизненно-важных сферах потребления страны и своего народа и в реализации этого права быть независимыми от других. Кучка западных стран, которые сами обладают ядерным оружием и совершили данное незаконное дело хотят распространить свою монополию и на технологии производства ядерного топлива

Опыт трех десятилетий успешного противостояния перед лицом насильственных акций и всестороннего давления Америки и ее союзников, однозначно удостоверяло Исламскую Республику в том, что сопротивление сплоченного народа, который имеет твердую волю, способно возобладать над всеми враждебными акциями и упрямством и открыть путь славы к своим высоким целям. Всесторонний прогресс нашей страны в последние два десятилетия – это действительность, которая находится на всеобщем обозрении, что не раз признавали официальные международные наблюдатели; все это произошло на фоне экономического давления и санкций, а также пропагандистского нашествия сетей зависящих от Америки и сионизма. Санкции, которые пустословы назвали парализующими, не только не парализовали нас и не смогут парализовать, но и сделали более прочными наши шаги, более высокими наши устремления и более сильной нашу уверенность в правильности наших анализов и внутренне-генерирующей способности нашего народа. Мы не раз видели своими глазами помощь Всевышнего в этих проблемах.

Дорогие гости!

Считаю необходимым затронуть здесь очень важный вопрос. Хотя он касается нашего региона, однако его широкие масштабы распространились за пределы этого региона и на протяжении нескольких десятилетий воздействуют на мировую политику; это – вопрос Палестины, который вызывает боль. Если говорить вкратце, то суть вопроса заключается в том, что вследствие страшного заговора западных стран под руководством Британии в 40-х годах 20 столетия у палестинского народа отняли и узурпировали независимую страну, которая имеет ясное историческое свидетельство и именуется “Палестина”, и посредством силы оружия, убийства и обмана она была передана обществу, которое в основном было эмигрировано из европейских стран. Эта крупная узурпация, которая поначалу сопровождалась массовым истреблением незащищенного населения в городах и селах и изгнанием людей из родных домов и мест в соседние страны, продолжалась на протяжении более 6 десятилетий и сегодня, по-прежнему, продолжается. Это – один из самых важных вопросов человеческого общества. Политические и военные руководители захватнического сионистского режима на протяжении этого времени не брезгали никакими преступлениями; от убийства народа, разрушения их домов и посевных полей, ареста и пыток их мужчин, женщин и даже детей, до унижения и оскорбления человеческого благородства этого народа, попыток истребить его и переварить в грешном чреве сионистского режима; до нападений на их лагеря для беженцев на

территории самой Палестины и в соседних странах, которые приютили у себя миллионы беженцев. Названия Сабра, Шатила, Гана, Дейр-Ясин и подобные им вписаны в историю нашего региона кровью угнетенного народа Палестины. Сегодня по прошествии 65 лет в поведении сионистских жестоких волков по-прежнему продолжают эти преступления в отношении тех, кто остался на оккупированных территориях. Они постоянно совершают новые преступления и сталкивают регион с новым кризисом. Редко бывает такой день, чтобы не сообщалось об убийстве, ранении или пленении молодых людей, которые встали на защиту своей родины и своего благородства и заявляют свой протест против разрушения своих домов и посевных полей. Сионистский режим, который посредством развязывания пагубных войн, убийства народов, оккупации арабских земель и создания государственного терроризма в регионе и мире в целом на протяжении десятилетий занимается тем, что совершает теракты, развязывает войны и распространяет зло, называет террористами палестинский народ, который восстал и ведет борьбу за восстановление своих прав, а сеть СМИ принадлежащих сионизму и многие западные СМИ и наемники, попирая нравственные и журналистские обязательства, повторяют эту большую ложь. Политические же заправилы, претендующие на право поборников прав человека, закрывают глаза на все эти преступления и без зазрения совести и страха поддерживают этот режим, порождающий трагедию, и выступают в качестве его адвоката.

С
И

Сегодня по прошествии 65 лет в поведении сионистских жестоких волков по-прежнему продолжают эти преступления в отношении тех, кто остался на оккупированных территориях. Они постоянно совершают новые преступления и сталкивают регион с новым кризисом. Редко бывает такой день, чтобы не сообщалось об убийстве, ранении или пленении молодых людей, которые встали на защиту своей родины и своего благородства и заявляют свой протест против разрушения своих домов и посевных полей

Мы говорим, Палестина принадлежит палестинцам. А продолжение ее оккупации является великим и невыносимым гнетом и основной угрозой миру и безопасности во всем мире. Все пути предложенные и пройденные западными странами и зависимыми от них для так сказать решения проблемы Палестины были ошибочными и безуспешными и в будущем будет то же самое. Мы выдвинули справедливый и вполне демократичный путь решения: пусть все палестинцы, как его нынешние жители, так и те, которые были изгнаны в другие страны и сохранили свою палестинскую сущность, будь то мусульмане, христиане, иудеи, примут участие во всеобщем референдуме при тщательном и надежном наблюдении и выберут политический строй этой стран, и все палестинские беженцы, которые на протяжении долгих лет терпят страдания разлуки с родиной пусть вернутся в свою страну и примут участие в этом референдуме, затем в составлении Конституции и выборах. В таком случае установится мир.

Я хочу здесь дать американским политикам, которые до настоящего времени всегда выступали на арене в качестве защитников и покровителей сионистского режима, благое наставление: этот режим до сих пор принес вам бесчисленное количество проблем (не мало головной боли); сделал ваш облик в глазах народов региона ненавистным, а вас представил в их глазах соучастниками преступлений сионистов-узурпаторов; материальные и духовные расходы и затраты навязанные в связи с этим на протяжении долгих лет правительству и народу Америки являются баснословными; в будущем если этот метод будет продолжен, не исключено, что ваши расходы значительно увеличатся. Подумайте о предложении Исламской

Республики по поводу референдума и, приняв смелое решение, вызволите себя из нынешней не подающейся решению проблемы. Нет сомнений, что народы региона и все свободолюбивые мира сего приветствуют такой шаг.

Уважаемые гости!

А сейчас я вернусь к начальной теме. Мировые условия являются чувствительными, а мир в настоящее время преодолевает очень важный исторический поворот. Ожидается, что рождается новый миропорядок. Общество "неприсоединившихся" стран включает в себя более двух третей членов всего мирового сообщества и может сыграть большую роль в будущем формировании. Проведение этого крупного саммита в Тегеране само по себе является многозначным и это должно быть учтено при расчетах. Мы, члены этого движения, посредством совместного сочетания (совмещения) своих возможностей и широкого потенциала можем сыграть историческую и вечную роль в деле спасения мира от дестабилизации, войны и имперского господства.

Этого можно добиться только посредством нашего всестороннего сотрудничества друг с другом. Среди нас не мало очень богатых стран, а также стран обладающих международным влиянием. Проблемы вполне можно решить посредством экономического и масс-медийного сотрудничества и передачи продвигающего вперед и возвышающего опыта. Мы должны быть полны решимости; должны оставаться преданными целям; не бояться нахмуренности держав-притеснителей и не обнадеживать себя их улыбкой; видеть в божественной воле и законах мироздания поддержку; почерпнуть урок в поражении опыта коммунистического лагеря два десятилетия назад и поражении в настоящее время так называемой либерал-демократической политики западных стран (все видят признаки этого на улицах европейских стран и Америки и не распутанный клубок экономических проблем этих стран). И наконец, признать падение зависимых от Америки диктаторов сообщников сионистского режима на Севере Африки и Исламское пробуждение в странах региона большой возможностью. Мы можем задуматься о повышении "политической производительности" Движения неприсоединения в мировом управлении; мы можем разработать исторический документ для перемен в этом руководстве и подготовить инструменты для его реализации; мы можем разработать программу движения в сторону эффективного экономического сотрудничества и установить образцы культурных связей между собой. Нет сомнений, что учреждение активного и полного стимула секретариата для этого движения сможет оказать большую и эффективную помощь для достижения этих целей.

Спасибо!

С
З

Общество "неприсоединившихся" стран включает в себя более двух третей членов всего мирового сообщества и может сыграть большую роль в будущем формировании. Проведение этого крупного саммита в Тегеране само по себе является многозначным и это должно быть учтено при расчетах. Мы, члены этого движения, посредством совместного сочетания (совмещения) своих возможностей и широкого потенциала можем сыграть историческую и вечную роль в деле спасения мира от дестабилизации, войны и имперского господства

ЛИДЕР ИСЛАМСКОЙ РЕВОЛЮЦИИ ОСУДИЛ КОЩУНСТВО ВРАГОВ ИСЛАМА

Вслед за мерзким кощунством врагов Ислама над пресветлой личностью великого Пророка (да благословит Аллах его и его семейство!) великий лидер Исламской революции его светлость аятолла Хаменеи в послании, адресованном народу Ирана и великой исламской умме, сказал, что за кулисами этой злостной акции стоит враждебная политика сионизма, Америки и прочих глав мирового империализма. Ниже приводится полный текст послания великого лидера Исламской революции:

Во имя Аллаха Милостивого, Милосердного!

Великий и мудрый Аллах сказал: **“Они хотят погасить свет Аллаха своими ртами, но Аллах сохранит Свой свет, как бы это ни было ненавистно неверным”**, (Коран 61:8).

Дорогой народ Ирана! Великая исламская умма!

Грязная рука врагов Ислама, вновь оскорбив великодушного Пророка (да благословит Аллах его и его семейство!), показала свою глубокую ненависть, и посредством мерзкой и безумной акции показала ярость презренного сионистского общества, которая вызвана распространяющимся сиянием Ислама и Корана в современном мире. Виновники этого страшного преступления и греха являются обесчещенными уже потому, что они посмели высказать свой отвратительный вздор в адрес самого святого и самого светлого создания среди всех святых мира.

За кулисами этой злостной акции стоит враждебная политика сионизма, Америки и прочих глав мирового империализма, которые следуя своему наивному воображению, хотят сорвать со своего возвышенного места исламские святыни в глазах молодого поколения в исламском мире и погасить их религиозные чувства. Если бы не оказывали поддержку прежним звеньям этой мерзкой цепи, т.е. Салману Рушди, датскому карикатуристу и американским священнослужителям, которые сожгли Коран, и если бы не заказывали десятки антиисламских фильмов в центрах зависимых от сионистских капиталистов, сегодня бы дело не дошло до такого страшного и непростительного греха.

Виновником номер один в этом преступлении являются сионизм и правительство Америки. Если американские политики искренни в своих заявлениях о непричастности, они должны наказать виновников этого подлого преступления и их спонсоров соответственно совершенному ими преступлению, которые ранили сердца мусульман.

Братья и сестры мусульмане во всем мире, в свою очередь, должны помнить, что эта тщетная акция врагов перед лицом Исламского пробуждения является признаком величия и важности этого восстания и возвещает благуя весть о его ширящемся росте. “... Аллах властен над тем, что Он соизволил ...”, (Коран 12:21).

Сейед Али Хаменеи
23 шахривара 1391г.
13 сентября 2012 г.

ДОСТИЖЕНИЯ XVI СА

С 26 по 31 августа иранская столица принимала у себя гостей-участников XVI саммита глав стран-участниц Движения неприсоединения. Главы, политические деятели и официальные лица 120 стран мира, представители стран-наблюдателей и международных организаций, а также специальные гости приехали в Тегеран, чтобы принять участие в этом мероприятии. На Тегеранском саммите Египет передал Ирану председательство в Движении неприсоединения на три года, были приняты решения на самом высоком уровне по основным проблемам, утверждена заключительная декларация из 11 пунктов.

XVI саммит Движения неприсоединения (ДН) завершил свою работу в пятницу 31 августа в Тегеране принятием итогового заявления. На Тегеранском саммите был затронут широкий спектр вопросов, включая вопросы о мире и коллективной безопасности, борьбе против терроризма в разных его формах, ядерная проблема и признание прав государств в соответствии с ДНЯО, была сделан акцент на ликвидации атомного оружия, необходимость изменения и пересмотра структуры ООН, защита суверенитета и территориальной целостности государств, невмешательство во внутренние дела других стран, палестинская проблема, а также пути участия "неприсоединившихся" стран в управлении миром.

Заявление XVI саммита ДН было утверждено всеми участниками форума в рамках макрополитических вопросов, обсуждавшихся на саммите, в том числе политические и экономические кризисы в мире, палестинская проблема, право на использование мирного атома, а также прочный мир во всем мире. Заявление, являющееся результатом недельного обмена мыслями и экспертной работы на совещаниях, состоявшихся на уровне экспертов и министров иностранных дел стран-участниц Тегеранского саммита, подчеркивает необходимость создания системы управления миром на справедливой, всеобъемлющей, прозрачной и эффективной основе, с участием всех стран мира и с учетом всеобщих интересов.



САММИТА В ТЕГЕРАНЕ

Вопрос оккупации палестинской территории и регулярные преступления сионистского режима как одна из главных причин кризиса на Ближнем Востоке стоял на повестке форума и получил отражение в итоговом заявлении саммита. В заявлении подчеркивается, что любой путь урегулирования палестинского кризиса зависит от прекращения сионистской оккупации, восстановления естественного права палестинского народа на самоопределение и образования независимого стабильного палестинского государства со столицей в благородном Кудсе. Необходимость ликвидации атомного оружия во всем мире, участия всех государств в управлении миром, а также обмен мыслями в связи с урегулированием региональных кризисов, особенно сирийского, оказались главными вопросами форума, выдвинутыми Ираном уже в первый день саммита.

Заявление XVI саммита ДН, с одной стороны, акцентирует создание системы управления миром на справедливой, прозрачной, всеобъемлющей и эффективной основе при участии всех стран с учетом всеобщих интересов, а с другой, подчеркивает необходимость урегулирования региональных и международных кризисов.

Содержание тегеранского заявления говорит о том,

что XVI саммит ДН предполагает разработку эффективных механизмов работы при сохранении первоначальных принципов ДН.

Такой всеохватывающий взгляд говорит о том, что хотя ДН вначале вышло на политическую арену с политической мотивацией, сегодня это движение руководствуется разнообразными целями в связи с участием в управлении миром, что следует оценивать как создание возможности для сотрудничества и использования разных экономических и торговых потенциалов и культурного взаимодействия между членами Движения. По сути, сегодня ДН ищет возможности, чтобы играть самостоятельную роль в системе принятия решений и разработке мировой политики.

Тем временем, успешное проведение тегеранского саммита ДН показало, что несмотря на пропаганду западных СМИ, в организации саммита Иран не только не был изолированной и пассивной стороной, но и придал динамичный характер атмосфере саммита, превратив этот форум в возможность для критики и анализа разных точек зрения. Благодаря положительному единomyслию, саммиту удалось достичь эффективных и универсальных результатов.



Это единомыслие показало, в частности, что члены этого движения могут, объединив свои широкие возможности и потенциалы, сыграть заслуженную роль в борьбе против нарушения безопасности, милитаризма и империализма. Это объясняется тем, что народы стран мира жаждут справедливости, мира и безопасности, ненавидя империалистское властолюбие.

С данной точки зрения, ДН остается символом мирового стремления к миру, безопасности и устойчивому развитию во всем мире. Не подлежит сомнению, что с учетом широты пространства и большого количества членов ДН, которые составляют две трети стран мира, эта организация достойна играть роль в мировой системе на основе идеи неприсоединения. Разумеется, достижение этой цели в сегодняшнем мире требует пересмотра системы управления миром.

Реалистический взгляд на причины и факторы проблем мира показы-

ЗС

Тем временем, успешное проведение тегеранского саммита ДН показало, что несмотря на пропаганду западных СМИ, в организации саммита Иран не только не был изолированной и пассивной стороной, но и придал динамичный характер атмосфере саммита, превратив этот форум в возможность для критики и анализа разных точек зрения. Благодаря положительному единомыслию, саммиту удалось достичь эффективных и универсальных результатов



вает, что многие конфликты, войны и очаги отсутствия безопасности в мире связаны с честолюбием мировых держав и их имперской политикой. Путем насилия, "силой меча", они добиваются контроля над национальными богатствами и природными ресурсами стран мира. Эта монополистская политика касается даже научных сфер, в том числе мирной атомной технологии.

По сути, имперские державы, особенно США, используют демократию, разные свободы, защиту прав человека и атомные угрозы как повод для оправдания своей гегемонистской политики, хотя эти же правительства у себя в стране резко попирают права народа и подавляют их



народные протесты. Когда речь идет о нарушении прав человека в Палестине, массовых убийствах в Ираке и Афганистане, эти же государства оправдывают свои действия под предлогом антитеррористической борьбы, при этом поддерживая контакты с террористами.

Движение неприсоединения, акцентируя внимание на этих фактах, демонстрирует, что, несмотря на разницу в географическом расположении, вероисповедании, языке, культуре и расе между членами движения, на пути достижения своих идеальных целей эта организация придерживается общих принципов и мотивов для сотрудничества. В процессе текущих в мире преобразований в 21 столетии также ДН добива-

ется реализации поставленных целей, но соответственно с потребностями нынешних международных условий.

На самом деле, между традиционными убеждениями основоположников ДН и сегодняшними идеалами народов стран мира существует постоянная связь, проистекающая из общих гуманных целей и идеалов членов, стремящихся к установлению справедливости и духовности в мире.

В этом свете, такие принципы, как непринятие чужого господства, борьба против гегемонии и стремление к миропорядку на справедливой основе, сведение к минимуму расстояния между странами Севера и Юга были и остаются главными целями Движения неприсоединения. При этом следует подчеркнуть, что единодушие стран-участниц ДН является главным залогом успеха, могущества и превосходства этого движения над империалистической системой.

С
И

Движение неприсоединения, акцентируя внимание на этих фактах, демонстрирует, что, несмотря на разницу в географическом расположении, вероисповедании, языке, культуре и расе между членами движения, на пути достижения своих идеальных целей эта организация придерживается общих принципов и мотивов для сотрудничества. В процессе текущих в мире преобразований в 21 столетии также ДН добивается реализации поставленных целей, но соответственно с потребностями нынешних международных условий

ВЕСТЬ О ХАДЖЕ

25 -26 октября мусульмане всего мира будут отмечать праздник Ид аль-адха – праздник жертвоприношения, который еще называют Курбан-байрам. Братья и сёстры мусульмане, мы поздравляем вас с великим праздником и молим Аллаха ниспослать вам мир и душевный покой, семейное счастье, здоровье и благополучие, милость и благоденствие!





В этот день миллионы мусульман, приехавших со всего мира в благословенную Мекку, завершают выполнение одного из важнейших предписаний ислама - хаджа - паломничества к святыням Ислама. Паломники, богатые и бедные, именитые и безвестные, старые и молодые, говорящие на многих языках и приехавшие из разных стран надевают ритуальную одежду ихрам, символ равенства всех мусульман перед Аллахом, их единства, стремления к встрече с Всевышним:

«О человек! Ты стремишься к своему Господу и встретишься с Ним» (сура 84 «Развернется», аят 6).

По окончании хаджа паломники совершают жертвоприношение во имя Аллаха. Вот что по поводу хаджа сказано в Коране:

Воистину, первый дом, который воздвигнут для людей, - тот, что находится в Мекке. Он воздвигнут как благословение и руководство для миров.

В нём есть ясные знамения - место Ибрахима. Кто войдёт в него, окажется в безопасности. Люди обязаны перед Аллахом совершить хадж к Дому, если они способны проделать этот путь. (Сура 3 «семейство Имрана», аяты 96-97)

Хадж и сопровождающие его обряды, включая жертвоприношение, связаны с именем пророка Ибрахима (мир ему!), занимающего особое место в истории нашей религии. В Священном Коране приведены слова Создателя о том, что **«он был правдивейшим человеком и пророком, «выдержанным, смиренным и кающимся».**

Все без исключения мусульмане мира имеют единые для всех основы веры, истинность и вечность которых не могут быть подвергнуты сомнению, так как они установлены Самим Всевышним Аллахом и содержатся в Священном Коране.

«О вы, которые уверовали! Веруйте в Аллаха, Его Посланника и Писание, которое Он ниспослал Своему Посланнику, и Писание, которое Он ниспослал прежде. А кто не уверовал в Аллаха, Его ангелов, Его Писания, Его посланников и Последний день, тот впал в глубокое заблуждение» (сура 4 «Женщины», аят 136).

Наше единство покоится и на общности учения Ислама о том, как верующие должны проявлять себя в жизни, доказывать на деле свою истинную веру - культ, поклонение Аллаху, столпы Ислама.

Давайте задумаемся в смысл сказанных выше слов о вероучении и культе Ислама. Исходя из Священного Корана и хадисов, мы с вами воочию убеждаемся, что существует полное единство между всеми мусульманами в вопросах веры.

А как же быть с тем, что каждый из мусульманских народов имеет свои неповторимые черты, вносит в основанный на Исламе образ жизни особенности своей культуры, жизненных норм и традиций? Как быть с теми отличиями, которые существуют между нами? Обратившись к учению Ислама, мы

увидим, что существование подобных различий входит в замысел Божий, является сильной стороной нашей религии. Дело в том, что Ислам не только не отвергает опыта жизни любого народа, но и требует использования культурного опыта, обычаев и традиций каждого народа, ставшего мусульманским. Об этом много раз говорится в Священном Коране.

«Аллах желает дать вам разъяснения, повести вас путями ваших предшественников и принять ваши покаяния, ведь Аллах - Знающий, Мудрый» (сура 4 «Женщины», аят 26). Следовательно, имеющие-



ся между нами различия предусмотрены Всевышним Аллахом, и, соответственно, поощряются Исламом. Для нас важны не эти различия, а основы веры и столпы Ислама, которые объединяют нас и делают мусульманами. Понимая вышесказанное, мы всегда говорим, что являемся мусульманами, никогда не подчеркиваем, к какому направлению Ислама и к какой школе относимся. Имеющиеся между нами различия, ни в коем случае, не должны разделять нас, быть предметом споров, тем более - противостояния между нами. Дорогие единоверцы, братья

и сестры! Абсолютное большинство мусульман мира так же, как и вы, в день хаджа находятся вдали от священной для нас Мекки. Пусть это не огорчает вас. Обязательное паломничество в Мекку предусмотрено для мусульман, лишь **«если они способны проделать этот путь»...**

В Священном Коране также говорится: **«Ни мясо, ни кровь их не доходят до Аллаха. До Него доходит лишь ваша богобоязненность»** (сура 22 «Паломничество», аят 37); **«У каждого есть сторона, куда он обращает лицом. Стремитесь же опередить друг друга в добрых делах»** (сура 2 «Корова», аят 148).

Наша земная жизнь коротка. После нас остаются только те добрые дела, которые мы совершаем во имя своих родных и близких, общества, Аллаха. И в вечной жизни Аллах будет воздавать нам за добрые земные дела. Эта идея составляет стержень Ислама, его сердцевину.

Вот почему в предстоящие праздничные дни каждому из нас следует совершить хадж в собственное сердце и собственную душу с тем, чтобы честно ответить на вопрос: выполняем ли мы в полной мере то, что требует от каждого из нас наша религия? Нельзя забывать о том, что в Исламе подготовку к праздникам необходимо использовать прежде всего для укрепления веры, строго выполнять религиозные предписания и молитвы, помнить усопших родных и близких, стараться углубить своё знание основ Ислама.

Об этом же в Коране сказано: **«Тем, которые уверовали и творили благие деяния, уготованы доля щедрая и прощение»** (сура 22 «Паломничество», аят 50).

ИМАМ АЛИ ИБН МУСА АР-РЕЗА



Одним из ценных воздаяний, обещанных Всевышним правоверным и праведным людям, является любовь окружающих. В 96 аяте суры Марьям говорится, что воистину, тем, которые уверовали и вершили праведные дела, Милостивый даровал любовь (друг к другу). Вера в Бога и праведные деяния проявляются в человеке в качестве нравственного величия и достойного и благородного поведения. Создатель проявляет любовь к тем, кто обладает этими качествами, наделяя их любовью окружающих.

В числе таких достойных людей следует отметить Имамов - непорочных членов дома Пророка Мухаммада (да благословит Аллах его и его семейство!). Солнце имамата в каждом из двенадцати непорочных имеет свой особый блеск. Его свет и лучи ослепляют глаза, его тепло и сияние дарят животворность и оживление. Имамат непорочных членов дома Пророка Мухаммада (да благословит Аллах его и его семейство!) в устройстве жизненной сущности мусульман подобен солнцу. Эти великие личности в зависимости от своего времени и требований эпохи, наставляли на истинный Путь и освещали сердца людей. Жизненный путь и особенности каждого из них имели свой неповторимый блеск.

Непорочным членам дома Пророка Мухаммада (да благословит Аллах его и его семейство!), по причине высокого положения имамата, предназначенного для них, требовались мудрость и знания, которые были их божественным даром. Они, в соответствии с требованиями своей эпохи, были более других сведущи и осведомлены о способе руководства людьми. Жизненный путь пречистых Имамов полны эпизодов, говорящих об их осведомлённости и божественных знаниях. По причине этих глубоких знаний об обществе своей эпохи, о тайнах бытия вселенной и обо всём том, что произойдёт до Дня Воскресения, Имамы правильно применяли эти знания и, действуя очень тонко, решали проблемы своей эпохи, осуществляя тем самым движение к божественным целям.

11 зи-аль-када 148 года по лунной хиджре в городе Медина в доме имама Мусы ибн Джафара (да будет мир с ними!) увидел свет младенец, который, воплотив в себе веру и науку отца, продолжил имамат и веляят. Его назвали Али, а его прозвищем было Реза. Его уважаемую мать звали Наджме, она была известна, как мудрая, праведная и богобоязненная женщина.

Имам Али ибн Муса ар-Реза (да будет мир с ними!) после своего отца прямо заявил о себе перед правительством Харуна и открыто занимался пропагандой имамата, да так, что даже близкие друзья были в страхе за него.

Восьмой предводитель мусульман его светлость Имам Реза (да будет мир с ним!) жил в эпоху, когда бесчестие Аббасидского правления достигло своего апогея. Политика Аббасидов относительно непорочных членов дома Пророка Ислама, особенно со времён Имама Резы, была политикой полной хитрости и лжи, вкуче с лицемерием и притворством. Пик этой коварной политики можно наблюдать во времена правления Мамуна. Но Имам Реза, в ответ на коварные уловки Мамуна, действовал тонко и остроумно.

Он предпринимал такие методы, чтобы цели Мамуна не были достигнуты, а люди в обширных мусульманских землях приблизились к Истине

Имам Риза вынужденно принял престолонаследие, навязанное ему Мамуном. Мамун грозился убить его светлость в случае отказа. Имам Реза принял предложение Мамуна, но выдвинул свои условия. Это стало известно во всём исламском государстве, как признание Мамуном Имама Резы достойным предводителем исламского общества и достойным халифата. Всё это было, по сути, важным делом в пользу Имама.

Положение Мамуна, после того, как он уничтожил своего брата Амина и достиг халифата, было зыбким и неустойчивым. Особенно это было видно в Багдаде - центре правления Аббасидов, и в среде сторонников Аббасидов, которые желали видеть у власти Амина, а власть Мамуна в Марве считали не соответствующей своим интересам.

Поэтому хитрый и проницательный Мамун задумал план передачи халифата Иمامу, чтобы попытаться укрепить таким образом свое правление, которое оставляло желать лучшего. Вполне очевидно, что план передачи халифата или престолонаследия Иمامу представлял собой хорошо просчитанную политическую тактику. В противном случае, как мог человек, убивший ради власти своего брата, а в личной жизни не сторонившийся никакого разврата и распутства, вдруг стать таким благородным и отказаться от власти. А лучшим свидетельством того, что это был лишь хитрый и коварный заговор, стал отказ Имама. Если бы речи и дела Мамуна были бы искренни, Имам не стал бы уклоняться от принятия власти, ибо в действительности никто кроме него не имел права на халифат.

С одной стороны, он хотел представить Имама таким же, каким являлся сам: подорвать авторитет и величие его светлости и оскорбить его святость и праведность. А с другой, если бы Имам принял любое из предложенного Мамуном: либо халифат, либо престолонаследие, это бы обернулось в пользу Мамуна. Так как, если бы имам принял халифат, Мамун поставил бы такое условие, чтобы Имам сделал его своим наследником, посредством чего обеспечилась бы законность его правления, затем тайно, с помощью интриг, он устранил бы Имама. А если бы Имам, принял престолонаследие, это так же послужило бы укреплению власти Мамуна.

Но на самом деле Имам выбрал третий путь. Он вынужденно принял престолонаследие, и действовал так, чтобы Мамун не смог достичь своих целей: сблизиться с имамом и обеспечить законность своего правления.

По прибытии Имама в Марв Мамун заявил: «Я хочу отстраниться от дел халифата и передать их Вам. Что вы на это ответите?» Имам не принял его предложение. Мамун еще раз обратился к Иمامу: «Раз Вы не приняли мое первое предложение – халифат, то должны принять престолонаследие». Но и от этого предложения Имам категорически отказался. Тогда Мамун вызвал его к себе и уединился с ним. Фазл ибн Сахл также присутствовал при этом разговоре. Мамун

ду решения совета, перерезать горло. Так что, другого выхода, кроме принятия моего предложения у тебя нет, так как я иного пути не вижу...». Мамун, говоря это, дал понять, что угрожает Иمامу смертью. Иمامу ничего не оставалось, кроме как, вынужденно принять престолонаследие. Его светлость Имам реза (да будет мир с ним!) сказал: «Я принимаю престолонаследие, с условием, что распоряжаться, заниматься законоведением и судейством не буду. Также я



сказал: «Моя цель - передать Вам в руки халифат и дела мусульман». Имам отказался. Тогда Мамун повторил предложение о престолонаследии. Имам вновь отверг это предложение. И тогда Мамун сказал: «Умар ибн Хаттаб после себя учредил совет из шести человек, и одним из них был ваш предок - Али ибн Абу Талиб. Умар отдал приказ - выразившему протест по пово-

отказываюсь от устранения или назначения на должности и ничего менять и преобразовывать не собираюсь». Мамун согласился с этими условиями. Таким образом Иمامу Реза (мир ему!) было навязано престолонаследие, чтобы с помощью этой интриги контролировать его и следить, чтобы он не мог притягивать к себе народные массы.

Хотя Мамун принял эти условия, все же иногда он старался навязать Иمامу некоторые дела и тем самым сделать его орудием достижения своих целей, но Имам упорно сопротивлялся и никогда не сотрудничал с ним. Имам смог дать понять обширному исламскому обще-

связи - народ был лишен многих сведений и, встречаясь с Иمامом, люди раскрывали для себя истину. Ибрахим ибн Аббас рассказывает: «Мы никогда не видели, чтобы Имам Реза заставлял кого-либо страдать, прервал чью-либо речь, прежде чем выслу-

прислугой, его смех не был хохотом, а всего лишь улыбкой. Когда в его доме накрывался стол, он усаживал за трапезу всех домочадцев, даже слуг и конюхов, чтобы все ели вместе с ним. Ночами он спал мало и преимущественно бодрствовал, часто бывало, что с вечера



ству, кто есть достойнейший, и зачем Мамун якобы признал имамат. Проезжая путь от Медины до Марва, Имам заезжал в разные города и встречался с народом. Ввиду того, что в те времена не было средств

шать до конца. Никогда не отказывал нуждающемуся, нужду которого мог удовлетворить. Никогда не позволял себе лечь в присутствии других или вытянуть ноги. Никогда мы не видели, чтобы он сквернословил с

до утра он совсем не спал и занимался богослужением. Он очень много постился. Очень много благодеяний Имам совершил скрыто, был безмерно щедр и темными ночами тайно помогал бедным и сиротам».

ТЕГЕРАН



Исторический музей Ирана (национальный музей Ирана)

Площадь исторического музея Ирана составляет 2744 квадратных метров. Музей находится напротив северных ворот городского парка на перекрестке улиц Имама Хомейни и 30 тира и считается первым и важнейшим музеем Ирана. Экспонаты музея относятся к цивилизации и искусству доисторического периода: с шестого тысячелетия до нашей эры и до Исламского периода. Этот музей с точки зрения своей ценности и значимости, а также многообразия и древности экспонатов является одним из авторитетнейших музеев мира. Музей состоит из двух этажей. На первом этаже хранятся экспонаты, относящиеся к доисторическому периоду и доисламскому историческому периоду, на втором этаже экспонаты, относящиеся к Исламскому периоду.

Музей ювелирных изделий

В этом музее собраны ювелирные изделия, истинную ценность которых определить невозможно. Этот музей является гарантийным фондом денег Ирана и находится под ведомством Центрального Банка Ирана. Эта бесценная сокровищница состоит из 37 частей. Самым известным из алмазов сокровищницы является алмаз под названием «Дарья-е нур» (море света), его вес 182 карата, цвет розовый, сорт этого алмаза относится к редчайшему сорту алмазов в мире.

Одним из крупнейших экспонатов музея является «Тахт-е тавус» (Трон павлина), который был изготовлен во время правления Фатхали-шаха. Трон собран из 12 частей и украшен 26733 драгоценными камнями. Другим из чудес музея ювелирных изделий является глобус Насердин-шаха, в котором содержится 34 килограмма чистого золота, он украшен 51366 драгоценными камнями весом 3653 грамма.



Музей иранских ковров

Иранские ковры являются подлинным наследием бесценного искусства и ремесел народа Ирана. Коллекция музея ковров состоит из образцов иранских ковров начиная от XVI века до настоящего времени. Около 135 шедевров коврового искусства Ирана выставлены на первом этаже музея. Иранский музей ковров имеет свою библиотеку, фонд которой составляет 3500 книг на персидском, арабском, французском, английском и немецком языках, все исследователи могут пользоваться библиотечным фондом. Этот музей находится на улице Каргар-е шомали рядом с музеем современного искусства с северной части парка «Лале».

Другие музеи

В Тегеране большое количество музеев, помимо вышеупомянутых. Среди наиболее значительных можно назвать музей современного искусства. В этом музее постоянно проводятся важнейшие выставки искусств. Кроме этого музей национального искусства, в котором большей частью собраны миниатюры, изделия, вырезанные из дерева, скульптуры. Музей Реза Аббаса состоит из двух залов, один из них относится к до исламскому периоду (ахеменидский, аршакидский и сасанидский периоды), другой зал предназначен для произведений искусства исламского периода. Здесь экспонируются изделия гончарного производства, изделия из металла, архитектурные композиции, ювелирные и ткацкие изделия, живопись и миниатюра. При музее имеется библиотека, книжный фонд, который составляет 6 тысяч томов книг в области истории и культуры Ирана. Музей «Азади» находится в нижней части площади «Азади» (площадь Свободы). Среди других значительных музеев Тегерана можно назвать Музей почты, музей природы и диких животных «Дарабад», музей «Бехзад», этнографический музей, музей нумизматики, музей иранских изделий из стекла и керамики.



Музей декоративных искусств Ирана

Этот музей состоит из четырех этажей. На первом этаже выставка произведений Мраморного дворца, включающая в себя красивейшую коллекцию изделий, вырезанных из дерева, чеканки, инкрустация столов стульев, шкафов. На втором этаже изделия традиционной иранской вышивки. На третьем этаже большая коллекция, состоящая из пяти частей. В ней собраны изделия, относящиеся к резьбе по дереву, инкрустации, чеканке. На третьем этаже также собраны экспонаты, связанные с живописью, миниатюрами и каллиграфией.

КУЛЬТУРНО-ВИСТАВОЧНЫЕ ЦЕНТРЫ

В Тегеране насчитывается более 100 кинотеатров и театров. Помимо этого в каждом районе Тегерана имеются дома и дворцы культуры, осуществляющих разнообразную выставочно-художественную деятельность, включая обучение и развлечения для детей и подростков, курсы для женщин по прикладному искусству, ковроткачеству, рисованию и т.д. Ниже укажем наиболее важные из театров, концертных залов и дворцов культуры Тегерана:

Концертный зал «Вахдат»

Концертный зал «Вахдат», что в переводе означает единство, является первым концертным залом в Иране для оперы и больших оркестров. Зал вмещает около тысячи человек. Вокруг основной сцены построены четыре дополнительные сцены. Обычно здесь всегда идут музыкальные и театральные постановки. Этот зал находится на перекрестке улицы Хафез и улицы Энгелаб.



Театр «Бахр»

Находится вблизи концертного зала «Вахдат» на перекрестке улиц Энгелаб и Вали-Аср, рядом со студенческим парком. Он состоит из нескольких залов, иногда некоторые театральные постановки и концерты проводятся вне залов, т.е. на улице перед зданием театра.

Дворец культуры «Бахман»

Находится на площади Бахман, общая площадь дворца 40 тысяч квадратных метров. Весь комплекс Дворца культуры состоит из музея театрального искусства, летнего зала, кинотеатра, спортивного комплекса, театрального зала, издательства и других сооружений.

Дворец культуры «Хаверан»

Этот дворец является самым большим из дворцов культуры Ирана. Из числа других важнейших культурных центров и дворцов культуры Тегерана можно назвать культурный комплекс «Бесат», дворец культуры «Шафаг». Для культурных центров, предназначенных для детей и юношества, можно упомянуть «Дворец интеллектуального воспитания детей и юношества», «Центр детского литературно-художественного творчества».

Международный выставочный центр Тегерана

Этот выставочный центр находится в северной части города на проспекте Джела-ал-Ахмад рядом с отелем «Эстеглал». Это огромный выставочный комплекс с большим количеством павильонов. Обычно на протяжении всего года здесь проводятся разнообразные большие и малые выставки. Среди этих выставок следует отметить несколько ежегодных крупных выставок, имеющих особую значимость. Самой важной из них является ежегодная Международная книжная выставка, которая обычно проводится в первой половине мая. В этой выставке принимает участие огромное количество иранских и зарубежных издательств. Для того чтобы полностью осмотреть все павильоны выставки может не хватить и трех дней. В это время выставка весьма многолюдна. Очень популярными являются осенние (проводятся перед началом учебного года) и весенние (проводятся перед Наврузом) выставки-распродажи, а также Большая торгово-промышленная выставка. Выставочный центр имеет неограниченные возможности с точки зрения пространства и имеющейся инфраструктуры.



Научные центры и библиотеки

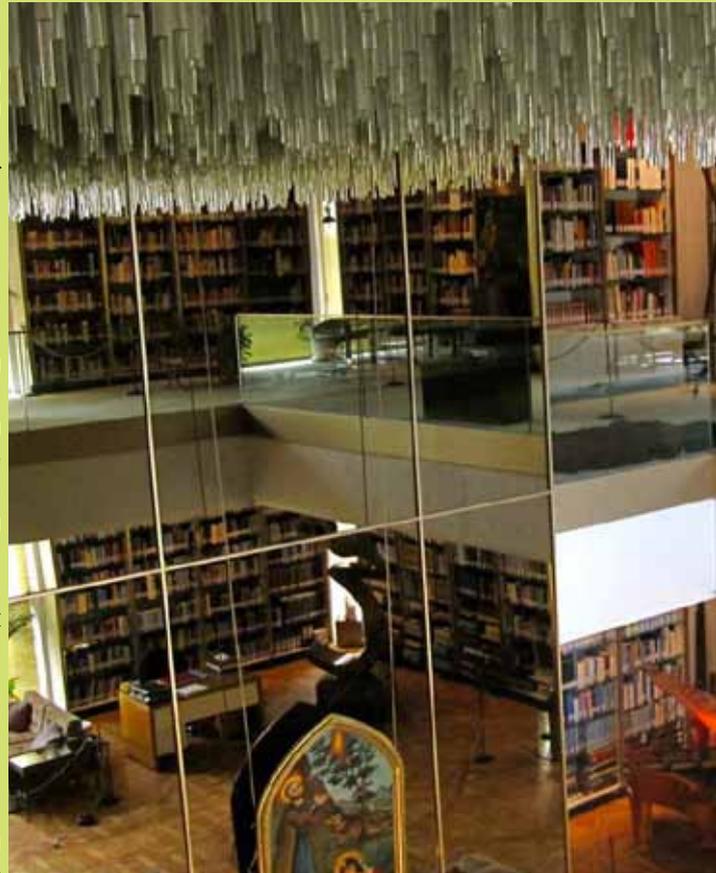
В Тегеране огромное количество учебных заведений, научно-исследовательских центров и библиотек, относящихся к различным областям знаний. Самыми главными высшими учебными заведениями Ирана являются: Тегеранский Государственный Университет, педагогический университет «Тарбият-е модаррес», Университет им. Амир Кабира, Научно-промышленный Университет, Промышленный Университет «Шариф», университет им. Таба Табайи, Университет «Шахид Бехешти», Университет «Тарбият-е моаллем», Университет «Аз-Захра», университет «Хаджи Насир Туси», Университет «Имама Хосейна», Университет «Паям-е нур» и университет «Азад-е Ислами» и др.

Важнейшей библиотекой Тегерана является Национальная Библиотека Ирана, все отделы которой находятся в различных зданиях. Основным зданием Национальной Библиотеки является здание на улице 30 тира, и здание на площади «Нияваран». Другие известные библиотеки Тегерана: центральные библиотеки университетов и научных центров, парламентская библиотека, библиотека центра научных документов и информации, библиотека исследовательского центра гуманитарных наук, библиотека фонда «Даерат-уль-маареф», большая исламская библиотека и библиотека «Малек».

Торговые центры

Тегеран - огромный город с многочисленными торговыми центрами. Торговые центры Тегерана делятся на несколько видов. Среди них можно назвать торговые центры местного значения, так как Тегеран состоит из связанных между собой и похожих друг на друга районов. Каждый из районов и городков имеет свои торговые точки и магазины со всеми возможностями. Среди них можно отметить городок Экбатан, Ку-е Наср, Арья-шахр, Таджриш и другие. Кроме этого в Тегеране много гипермаркетов и супермаркетов, филиалы которых имеются и в других городах и странах. В таких супермаркетах продаются все необходимые товары. Среди них можно назвать сеть супермаркетов «Годе», «Шахр-ванд», «Рефах», «Сепах», «Хайпер Стар», «Милад-е Нур».

Помимо этого, для отдельных видов продукции также имеются специальные районы или отдельная улица, в качестве специализированного центра по продаже именно этого вида товаров. Например, обувной центр находится в переулке Сепасалар на улице Джомхури Ислами, книжный центр - на улице Энгелаб, напротив Тегеранского Университета. Центр детской одежды-на улице Сомайе и Бахар, центр золота и драгоценных ювелирных изделий - на перекрестке улиц Хафеза и Джомхури Ислами, центр взрослой одежды улица Вали-Аср до перекрестка улиц Зардошт и Джомхури Ислам. Мебельный центр в районе Йафтабад, центр изделий антиквариата на улице Манучехри, центр обмена валюты на улице Фирдоуси, центр ручных изделий - на улице Талегани и на улице издательства «Аль-Хоуда». Центр мужской одежды на улице Мир-Дамад и в пассаже Ариян, центр бытовой техники на перекрестке трех дорог Амин Хозур и т.п.



Площади и улицы Тегерана

Среди достопримечательностей Тегерана особое значение имеют также некоторые улицы и площади. Такой, например, является улица Вали-Аср. Протяженность её около 17,5 км, она тянется с северной части города до южной. Улица Вали-Аср одна из улиц, на всем протяжении которой, протекает речка, а по сторонам раскинулись ветвями высокие старые чинары, что придает особое очарование улице. Северная часть улицы прекрасно подходит для пеших прогулок. На площади Вали-Аср и вокруг неё всегда много народу, так как здесь находятся популярный в Тегеране торговый центр. По бульвару «Кешаварз», находящемуся между площадью Валиаср и ул. Каргар-е Шомали также протекает речка, в центре площади великолепные газоны, вокруг которых установлены скамейки для отдыха. Этот бульвар также является прекрасным местом для прогулок.

Площадь Азади

Площадь и башня Азади являются главным архитектурным символом Тегерана. Площадь Азади, на которой стоит башня, в плане представляет овал в овале (сама башня расположена в восточном фокусе внутреннего овала). Кроме башни на площади есть несколько фонтанов, множество пешеходных дорожек и скамеек, на которых очень любят отдыхать горожане. Также любят горожане, а скорее даже – приезжие, фотографироваться на фоне башни Азади.

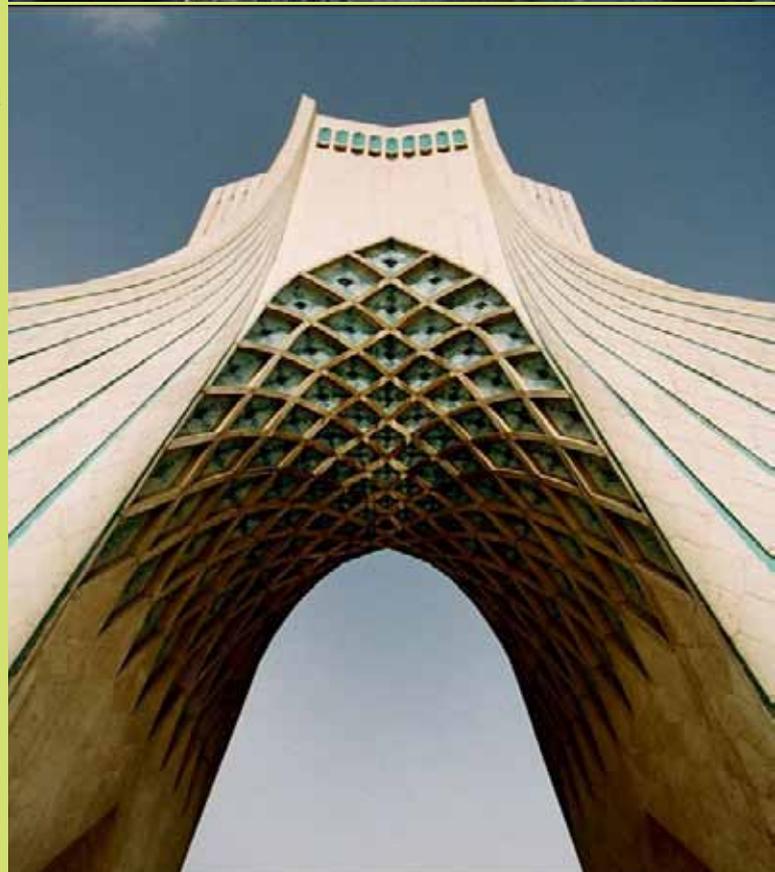
Слово Азади означает свобода, а площадь и одноименная башня символизирует национальную независимость. Четыре лифта и две лестницы (286 ступеней) приводят к вершине башни, с которой открываются прекрасные виды на Тегеран. В основании памятника располагается музей, разделенный на две комнаты.

Особое обаяние башня приобретает после заката, когда ее подсвечивают самыми разными цветами и все это сопровождается доносящейся из динамиков народной музыкой, интересной подсветкой фонтанов и прилегающей к ним территории. Кульминацией этого представления является момент, когда башня «окрашивается» в цвета иранского флага – красный, белый и зеленый (происходит это примерно каждые 7 минут).

Строение является детищем иранского архитектора Хосейна Аманата. Башня Азади комбинирует архитектуру Сасанидов и исламскую архитектуру. Аманат также применил в разработке дизайна башни науку о символах Бахаи, в частности, создал по девять полос с каждой стороны, и по девять окон со всех длинных сторон здания.

Для строительства башни белый мрамор доставлялся из Исфаханской области, а всего на строительство комплекса было израсходовано восемь тысяч каменных блоков.

Сводчатый проход в 21 м высотой является типичным для доисламского периода Сасанидов, ведь он должен был, по задумке автора проекта, напоминать руки, поднятые в молитве.



ХАДИСЫ ПРОРОКА

Хадисы о калыме, женах и качествах достойной жены.

Посланник Аллаха (да благословит Аллах его и его семейство!) сказал: "Не жди добра, если женщина требует богатого калыма и обладает дурным характером".

«Бихар аль-анвар», т. 58, стр. 321

Имам Садык (да будет мир с ним!) сказал: "Воистину, одно из достоинств женщины – это малый калым. Если же она требует большого калыма, то это дурной знак".

«Ман ля йахзуруху аль-факих», т. 3, стр. 387.

Повелитель правоверных Имам Али (да будет мир с ним!) сказал: "Не назначайте за женщину большого калыма, поскольку дорогой калым может стать причиной раздора".

«Васа'илаш-ши'а», т. 21, стр. 253.

Имам Садык (да будет мир с ним!) сказал: "Три самых гнусных греха - это убить домашнюю скотину, отказаться от уплаты калыма и не заплатить тому, кого ты нанял на работу".

«Бихар аль-анвар», т. 64, стр. 268.

Посланник милости и любви его светлость Мухаммад (да благословит Аллах его и его семейство!) сказал: "Чем менее наложен брак, тем меньше расходов, и такой брак угоднее Аллаху".

«Канз аль-'уммал», т. 16, стр. 299.

Печать Пророков Мухаммад (да благословит Аллах его и его семейство!) сказал: "Лучшие женщины моей общины - это те, что пригожи лицом и не требуют большого калыма".

«Бихар аль-анвар», т. 103, стр. 236.

Посланник Аллаха (да благословит Аллах его и его семейство!) сказал: "Женись даже в том случае, если твое обручальное кольцо будет из железа".

«Канз аль-'уммал», т. 16, стр. 321.

Пророк Мухаммад (да благословит Аллах его и его семейство!) сказал: "Достаточно подарить невесте горсть зерна или фиников, чтобы брак считался законным".

«Канз аль-'уммал», т. 16, стр. 321.

Имам Садык (да будет мир с ним!) сказал: "Когда Посланник Аллаха выдавал Фатиму замуж за Али (да будет мир с ними!), за калым сошли боевые доспехи стоимостью тридцать дирхемов".

«Васа'илаш-ши'а», т. 21, стр. 251.

Хадисы о калыме, женах и качествах достойной жены.

А И НЕПОРОЧНЫХ

Великодушный Пророк Аллаха Мухаммад (да благословит Аллах его и его семейство!) сказал: "Женщине достаточно подать своему мужу стакан воды, и Аллах воздаст ей за это щедрее, чем за дневной пост и ночное бодрствование в течение года".

«Васа'илаш-ши'а», т. 20, стр. 172.

Святой Пророк (да благословит Аллах его и его семейство!) сказал: "Чтобы выглядеть желанной в глазах мужа и днем и ночью, женщина должна пользоваться ароматнейшими благовониями, надевать самые изысканные украшения и наряжаться в самую красивую одежду".

«Аль-Кафи», т. 5, стр. 508.

Повелитель правоверных Имам Али (да будет мир с ним!) сказал: "Джихад женщины состоит в том, чтобы муж был доволен ею".

«Нахдж аль-балага».

Великий Пророк Ислама (да благословит Аллах его и его семейство!) сказал: "Всемогущий и Достославный Аллах сказал: "Если бы Я хотел одарить правоверного мусульманина и земными и небесными благами, Я даровал бы ему смиренное сердце, язык, восхваляющий Бога, и стойкость перед лицом невзгод. (Я дал бы ему) набожную жену, которая радовала бы его взор, а в его отсутствие хранила бы и себя и семейное добро".

«Усул Кафи», т. 5, стр. 327.

Имам Садык (да будет мир с ним!) сказал: "Будь трижды проклята женщина, которая огорчает своего мужа и причиняет ему неприятности. И трижды благословенна та, что уважает своего мужа, не досаждаст ему и в любых обстоятельствах послушна его воле".

«Бихар аль-анвар», т. 103, стр. 252.

Святой Пророк (да благословит Аллах его и его семейство!) сказал: "Поистине, наилучшая из женщин – это женщина многодетная, приветливая, умеющая хранить секреты, стыдливая, снискавшая уважение и любовь своих близких, покорная супругу. Она не скрывает своих прелестей от мужа, но недоступна для посторонних взоров. Она внимлет речам мужа и повинуется его воле. Уединившись с мужем, она готова выполнить любое его желание, но не позволяет себе вольностей, которые позволяют себе мужчины".

«Бихар аль-анвар», т. 103, стр. 235.

Великодушный Пророк Мухаммад (да благословит Аллах его и его семейство!) сказал: "Счастлив мусульманин, который имеет набожную жену, просторный дом, быстрое скакуна и благовоспитанного сына".

«Бихар аль-анвар», т. 104, стр. 98.

Печать Пророков его светлость Мухаммад (да благословит Аллах его и его семейство!) сказал: "Джихад женщины состоит в том, чтобы быть достойной спутницей жизни своему мужу, и никто на свете не имеет на нее больше прав, чем ее муж".

«Бихар аль-анвар», т. 103, стр. 256.

ИСТОРИЧЕСКИЕ ДАТЫ

5 сентября 1879г. (18 рамадана 1296г. лунная хиджра) в городе Горган в северо-восточной части Ирана родился известный иранский литератор и исследователь Мирза Абдулазим-хан Кариб. После окончания первоначального образования, он продолжил получать знания по лексикологии, логике, математике и литературе и стал преподавателем литературы. Кариб оставил после себя многочисленные произведения по исследованию персидского языка и литературы. В числе его произведений можно привести: «Правила персидского языка» (о грамматике персидского языка), «Бадает-аль-адаб, фавайед-ал-адаб» и сборник лучших прозаических и стихотворных выдержек известных иранских писателей и поэтов, а также их биографий. Кариб также откорректировал некоторые важные литературные памятники персидской литературы, в том числе «Гулистан» и «Бустан» Саади и «Историю о Бармаке».

7 сентября 1219г. В этот день в 616 году по лунной хиджре скончался известный арабский поэт и литератор Яхья ибн Касэм Таалаби, прозванный Абу-Закарией. Помимо литературы, он имел широкие познания в области фикха, лексикографии и комментирования Священного Корана, считался одним из крупнейших улемов своего времени. Абу-Закария долгие годы преподавал в известном багдадском университете Низамия. Он оставил после себя сборник стихов, пользующийся большим спросом среди арабских литераторов.

7 сентября 862г. (8 рамадана 248г. лунная хиджра)

Умер Абу Хатам Сухайл ибн Мухаммад Саджестани, крупный авторитет в коранических науках, хадисах, литературе и поэзии. Он с большой любовью занимался богослужением, изучением, преподаванием и чтением Корана и в то же время не забывал своих

общественных дел. Абу Хатам оставил после себя многочисленные произведения, в том числе «Ираб-аль-Коран» (Система гласных в Коране) и «Ахлаг-аль-инсан» (Этика человека).

10 сентября 1122г. (6 рамадана 516г. лунная хиджра) скончался иранский литератор и писатель Абу Мохаммад Казем ибн Али Басри, известный как Ибн Харири, который прожил большую часть своей жизни в Басре. Он является автором книги «Мокамат», которая уникальна в своем роде. В этой книге, Ибн Харири в виде простых поучительных повествований излагает секреты и тонкости арабского языка. Поэтому это произведение с давних времен считается незаменимым источником при изучении арабской литературы.

16 сентября 1552г. (27 рамадана 959г. лунная хиджра) в одном из сел района Джабал-Амель в Ливане родился выдающийся улем, богослов 16 столетия Хасан ибн Зайнуддин, известный как Сахем аль-Илм (обладатель науки). Он был сыном великого улема Шахида Сани (второго мученика). Хасан ибн Зайнуддин с целью получения дополнительного образования выехал в Ирак и поступил в духовную семинарию Неджафа. По окончании учебы в области богословия, схоластики, логики и математики он вернулся на родину, где занимался воспитанием учеников и распространением религиозных наук. Среди его произведений можно выделить «Религиозные путеводители». Он скончался в 52-летнем возрасте.

19 сентября 634г. (20 раджаба 13г. лунная хиджра) в палестинском ущелье под названием Ярмук произошла битва между мусульманским войском и войсками Восточно-Римского императора. После завоеваний мусульман в Сирии император Гераклит собрал большую армию для отражения натиска мусульман, однако мусульманское войско, несмотря на большой перевес противника в численности и оснащённости, нанесло византийцам сокрушительное поражение, которое открыло перед мусульманами двери в Восточную часть Римской империи. Уже через год мусульмане без кровопролития вошли в город Кудс.

20 сентября 835г. (23 рамадана 220г. лунная хиджра) родился основатель династии Тулунидов, правитель Египта и Шама (современная Сирия) Ахмад ибн Тулун. Тулуниды – первая династия египетских царей, присоединивших к своей территории Сирию. Тулуниды происходят от раба по имени Тулун, которого правитель Бухары вместе с подарками отправил Аббасидскому халифу Мамуну. Сын Тулуна, Ахмад основал династию Тулунидов, правившую в Египте и Сирии в период 868-965гг.

22 сентября 971г. (28 зикаде 360г. лунная хиджра) в историческом иранском городе Исфаган скончался мусульманский улем Аболь-Касым Табарани. Он был одним из известных ученых 10 столетия, который ради приобретения религиозных знаний и сбора хадисов, совершал путешествия в разные исламские страны. Спустя 23 года исследований, он начал преподавать и воспитал немало учеников. Перу Табарани принадлежит три сборника хадисов, которые известны как "Мааджам Кабир" (Большой сборник), "Мааджам Васат" (Средний сборник) и "Мааджам Сагир" (Малый сборник).

23 сентября 680г. (22 зихадже 60г. лунная хиджра) мученически погиб один из соратников и верных приверженцев дорогого Пророка Ислама (да благословит Аллах его и его семейство!) по имени Мейсам Таммар.

Он был рабом, которого купил и освободил его светлость Али (да будет мир с ним!). Имам Али (да будет мир с ним!) очень любил и уважал Мейсама, а Мейсам испытывал взаимное чувство к его светлости Али. Мейсам был жестоко предан мученической смерти правителем из династии Омейядов за то, что открыто поддерживал непорочных членов дома Пророка Мухаммада (да благословит Аллах его и его семейство!) и дружил с ними.

26 сентября 869г. (15 шаабана 255г. лунная хиджра) в городе Самарра к северу от Багдада на свет

появился сын Имама Хасана Аскари (да будет мир с ним!), последний из непорочных членов дома Пророка Мухаммада (да благословит Аллах его и его семейство!), обетованный спаситель человечества его светлость Махди (да приблизит Аллах его пришествие!). Его имя такое же, как и имя Посланника Аллаха, а главными его прозвищами являются: Махди (Наставник) и Каэм (восстающий). Его светлость Махди (да приблизит Аллах его пришествие!) первые пять лет своей жизни провел рядом с отцом. После мученической гибели Имама Хасана Аскари (мир ему!) имамат и веляят исламской уммы возглавил его светлость Махди (да приблизит Аллах его пришествие!). По воле Всевышнего его светлость был сокрыт от взоров людей. Первое или малое сокрытие длилось чуть менее 70 лет. Его светлость поддерживал связь с народом посредством своих особых представителей и занимался наставлением людей на путь Истины. Затем по воле Аллаха наступило великое сокрытие, которое продолжается по сей день. Обетованный спаситель человечества появится лишь тогда, когда Аллах сочтет целесообразным, с тем, чтобы реализовать всемирную справедливую Божью власть. Именно универсальной справедливостью характеризуется власть его светлости Махди (да приблизит Аллах его пришествие!). Он восстановит погрязшие права людей и уничтожит зло, дискриминацию и несправедливость. Поэтому существование и восстание его светлости Махди (да приблизит Аллах его пришествие!) вселяет надежды в сердца многострадальных народов, борющихся с гнетом, чтобы подготовить почву для появления его светлости. В пятом аяте 28 суры Корана (Рассказ), Аллах предвещает своим рабам: "Нам было угодно оказать милость тем, кто был унижен на земле, сделать их предводителями и наследниками".

Отметим, что по этому же случаю, благословенный день рождения его светлости Имама Махди (да приблизит Аллах его пришествие!) получил в Иране название "Всемирный день обездоленных".

28 сентября 1847г. (17 шавваля 1263г. лунная хиджра) в городе Кербела в Ираке скончался видный мусульманский улем сейед Ибрахим Кербелаи. Родился он в 1799 году в Иране и после получения начального образования отправился в Кербелу с целью совершенствования своих знаний и до конца своей жизни оставался и преподавал в этом городе. Главные сочинения этого великого мусульманского улема: «Далаиль-аль-хакам» (Аргументы к предписаниям), «Натаидж-аль-афкар» (Итоги размышлений) и «Ресале-хаи дар баб-е хадж» (Трактаты о хадже).

Рассказы из жизни непорочных Имамов

Эта рубрика посвящена детям и подросткам, в которой повествуется рассказы о некоторых случаях из жизни непорочных Имамов. Непорочные Имамы – это члены дома Пророка Мухаммада (да благословит Аллах его и его семейство!), которые обладают истинными знаниями от Бога, являются наместниками Посланника Аллаха (да благословит Аллах его и его семейство!). Мы должны брать пример с них, быть такими же чуткими друг к другу, щедрыми и добрыми.

Дорога, ведущая в рай

Золотое светило торжественно покидало небо на фоне строго бордового горизонта. Птицы отчаянными криками провожали солнце. Имам Реза (да будет мир с ним!) возвращался домой после коллективного намаза в мечети. Дома ужин был готов, но прежде чем приступить за пищу, он спросил:

-Все пришли?

Веселый мальчик с озорными глазами оглянулся и важно ответил:

-Все!

Имам подумал: «Значит все в порядке». Вокруг скатерти сидели все домочадцы и несколько рабочих, которые работали у Имама (да будет мир с ним!). В этом доме были две особые традиции. Кушать садились все вместе – все, кто есть в доме: и члены семьи, и работники, и гости. И еще одна традиция – прежде чем начать трапезу, Имам Реза (да будет мир с ним!) всегда спрашивал все ли пришли. Так было и сегодня. Имам разломал хлеб, и сказал: «Во имя Аллаха Всемилостивого, Милосердного!», начал есть. Только после него к еде притронулись остальные. Этот старый восточный обычай – дань уважения к старшему. Немного поев, Имам Реза (да будет мир с ним!) поднялся, вышел из комнаты и вернулся с большим подносом, который был пуст. Все удивленно ждали, что же будет дальше. Его светлость наполнил поднос едой и позвал одного из работников.

- Абу Насыр, как закончишь есть, отнеси этот поднос беднякам.

В глазах Имама были слезы. Он наклонил голову и прошептал аят из Корана «... отпустить раба или накормить в день голода сироту из родственников или бедняка оскудевшего! ... будет он из тех, которые заповедуют милосердие».

- Аллах Милосерден! Двери рая распахнутся перед нами, если мы освободим раба, или накормим бедняка. Вот дорога, ведущая в рай!

Поднос, наполненный до краев едой, слова Имама и слезы горечи в его глазах тронули сидевших.

Многие тогда поняли, насколько велик и универсален Ислам и к какому милосердию призывает.

Эта рубрика посвящена детям и подросткам, в которой повествуется рассказы о некоторых случаях из жизни непорочных Имамов. Непорочные Имамы – это члены дома Пророка Мухаммада (да благословит Аллах его и его семейство!), которые обладают истинными знаниями от Бога, являются наместниками Посланника Аллаха (да благословит Аллах его и его семейство!). Мы должны брать пример с них, быть такими же чуткими друг к другу, щедрыми и добрыми.

Шпинат - король ОВОЩЕЙ



Считается, что огородный шпинат начали культивировать на Ближнем Востоке еще до нашей эры. Он вместе с арабскими завоевателями попал в Испанию, откуда затем получил распространение в других странах Европы. Целебные свойства Шпината отмечал еще знаменитый персидский врачеватель Авиценна, называя его "королем овощей".

Шпинат, издавна считается настоящим кладом витаминов и микроэлементов. Сегодня в мире разводится несколько десятков сортов этого растения, однако полезные свойства шпината проявляются абсолютно в каждом и не теряются при выведении нового вида или гибрида. Поэтому если вы хотите насытить свой организм самыми лучшими витаминами, без шпината вам не обойтись!

Обычный сырой шпинат содержит в себе огромное количество минеральных солей (в частности, соединений железа), а также массу витаминов и различных микроэлементов. Среди них:

- витамины групп А, В, Р, С, РР;
 - витамин D2, который служит для профилактики рахита;
 - белки - по их содержанию шпинат многократно превосходит другие овощи, уступая лишь зеленому горошку;
 - йод - польза шпината в этом смысле неоспорима: растение считается "чемпионом" по этому компоненту среди других овощей, тем самым, предохраняя организм от старения.
- Все компоненты, которые содержатся в шпинате, уникальны еще и тем, что при кулинарной обработке или консервировании растения полностью сохраняются. И при этом полезные свойства шпината подходят практически каждому человеку. Особенно шпинат ценен для тех, кто страдает анемией - железо в его составе восполняет все недостающие в организме запасы, повышая гемоглобин и увеличивая количество красных кровяных телец. Кроме того шпинат способен:
- регулярно пополнять запасы минеральных веществ и витаминов, что делает его особенно полезным во время весеннего авитаминоза (в этом случае можно есть не только сырой шпинат, но и различную консервацию, его содержащую);
 - повышать сопротивляемость организма к различным инфекциям;
 - укреплять сосуды;
 - благоприятно воздействовать на глаза, предотвращая отслоения сетчатки;
 - улучшать работу поджелудочной железы;
 - служить профилактикой гипертонии;
 - стимулировать работу кишечника, оказывая мягкий слабительный эффект;
 - замедлять старение клеток;
 - бороться с нарушениями развития у детей (во многих странах пюре из шпината являются обязательным

компонентом меню для новорожденных).

Кроме того, полезные свойства шпината особенно ценятся людьми, страдающими нарушениями нервной системы и переутомлением - растение действует как мягкое и натуральное успокоительное средство, а также способствует здоровому сну и расслаблению. Имеет шпинат полезные свойства и для тех, кому рекомендовано диетическое питание: больным сахарным диабетом, малокровием, и так далее. Ценится растение и людьми, страдающими от бессонницы, переутомления и другими нарушениями нервной системы.

Идеально подходит для употребления шпинат тем, кто следит за своим весом и имеет желание похудеть. Шпинат отлично очищает кишечник, у французов он даже заслужил прозвище «метла для желудка». К тому же он обладает низкой калорийностью и обладает тонизирующим и общеукрепляющим действием, заряжает энергией на длительный срок.

Польза шпината поистине огромна, но есть некоторые особенности его применения, которые обязательно следует учитывать. Данное растение содержит щавелевую кислоту в довольно больших количествах, а как известно её употребление в больших количествах может вызвать развитие заболеваний почек, жёлчного пузыря, печени и двенадцатиперстной кишки. Именно поэтому в больших количествах употреблять шпинат не рекомендуется детям, а также лицам, страдающим вышеперечисленными заболеваниями.

Наличие в растении щавелевой кислоты следует учитывать и при его покупке. Наибольшее её количество содержится в крупных, старых, жёстких листьях, в которых полезные свойства практически не сохраняются. Выбирайте растения с молодыми листьями, гладкими и мягкими на ощупь, а в процессе приготовления блюд из шпината (при варке, тушении) добавляйте небольшое количество сливок, которые успешно нейтрализуют щавелевую кислоту.

Еще один нюанс: готовый шпинат лучше съесть сразу же, потому что при длительном хранении в нем образуются азотистые соли, которые очень вредны для организма. И, конечно, не стоит слишком часто есть это растение, если вы хотите набрать вес после болезни.

Однако польза шпината многократно перекрывает все негативные эффекты и для тех, кто хочет избавиться от лишних килограммов, полезные свойства шпината будут просто неоценимыми: это превосходный диетический продукт, который не только регулирует вес, но и обладает общеукрепляющим и тонизирующим действием, позволяя вам зарядиться энергией на целый день. И если вы хотите чувствовать себя здоровыми и энергичными, а никаких противопоказаний к шпинату у вас не имеется, обязательно включите его в свой рацион!

Это будет превосходный подарок вашему организму.



ПОДЛИВА С АЛЫЧЕЙ И ШПИНАТОМ

Состав:

лук - 2шт
мясо (мякоть баранины) - 400 г.
масло подсолнечное 100 г.
настой шафрана - 1 ч.л.
куркума - 1ч.л.
соль и перец по вкусу
шпинат 1кг
алыча сушеная - 250 г.

Приготовление:

Замочить на пол часа сушеную алычу.

Мелко нарезанный лук обжарить до золотистого цвета в подсолнечном масле, добавить нарезанное мясо и тушить до испарения воды. Добавить куркуму, потушить 5 минут, можно добавить кубик маги или другую мясную приправу. Тщательно все перемешать и налить 1- 1,5 литра воды. Довести до кипения и варить на медленном огне до полуготовности мяса.

Отдельночищенный и хорошо промытый шпинат мелко порезать и обжарить до испарения влаги, жарить 2-3 минуты. Обжаренный шпинат и алычу добавить к мясу и варить на медленном огне. Добавить шафран, перец и при необходимости посолить. Тушить до готовности.

Подавать с белым рисом.