

Ανανεώ στε την ζωή σας με “Νηστεία”

Συντάχθηκε απο τον/την Administrator
Παρασκευή, 06 Αύγουστος 2010 00:57 -



" Ω! Σεις που πιστεύετε! Η νηστεία έχει επιβληθεί σε σας, όπως έχει επιβληθεί στους προγόνους σας

Η Νηστεία στο Ραμαντάν δεν είναι απλώς ένα είδος λατρείας...

Η νηστεία στο Ραμαντάν είναι θεραπεία για πολλές ασθένειες και είναι ανανέωση για ολόκληρο το σώμα και για ολόκληρο τον τρόπο ζωής...

Οι πιο πολλοί Μουσουλμάνοι νηστεύουν κάθε χρόνο αλλά δεν αισθάνονται την γλύκα του.....

" Το Ραμαντάν είναι ο μήνας που εστάλη κάτω το Κοράνι σαν Οδηγός στο ανθρώπινο γένος, με φανερά σύμβολα απο την καθοδήγηση και το κριτήριο ανάμεσα στο καλό και στο κακό. Ώστε, όποιος από σας έμαθε ότι άρχισε ο μήνας (Ραμαζάνι) τότε πρέπει να νηστέψει. Αν όμως είναι άρρωστος ή σε ταξίδι, (και δεν νηστεύει), τότε να νηστέψει αργότερα τις ανάλογες μέρες. Ο Αλλάχ επιθυμεί για σας κάθε ευκολία, και δεν θέλει να σας βάλει σε δυσκολίες. Και να συμπληρώνετε τον ορισμένο αυτό χρονικό διάστημα, και να δοξάζετε τον Αλλάχ διότι σας καθοδήγησε και ίσως να Τον ευγνωμονείτε." Surah Al-Baqarah (v. 185).

[Download PowerPoint \(480 Kb\)](#)

Συγγραφέας: Abduldaem Al-Kaheel

Ανανεώ στε την ζωή σας με “Νηστεία”

Συντάχθηκε απο τον/την Administrator
Παρασκευή, 06 Αύγουστος 2010 00:57 -

www.kaheel7.com/el

Αναφορες:

1. Masoro, E.J., Shimokawa, I., Yu, B.P., Retardation of the Aging Process In Rats by Food Restriction, Annals of the New York Academy of Science, 1990; pp. 337-52; Goodrick, C.L., Ingram, D.K., Reynolds, M.A., Freeman, J.R., Cider, N.L., Effects of Intermittent Feeding Upon Growth, Activity, and Lifespan In Rats Allowed Voluntary Exercise, Experimental Aging Research, 1983
2. Salloum, T. Fasting - Patient Guidelines Textbook of Natural Medicine, Bastyr University, Seattle WA. 1987.
3. Carrington, Dr. Hereward, Fasting For Health And Long Life.
4. http://www.vanderbilt.edu/AnS/psychology/health_psychology/fast.htm
5. http://www.vanderbilt.edu/AnS/psychology/health_psychology/fast.htm
6. <http://www.fasting.com/solution.html>
7. The Sapporo Medical Journal, 1986; 55(2): 125-136

Ανανεώ στε την ζωή σας με “Νηστεία”

Συντάχθηκε απο τον/την Administrator
Παρασκευή, 06 Αύγουστος 2010 00:57 -

8. <http://www.healthy.net/scr/article.asp?ID=496#1>

9. <http://www.althealth.co.uk/services/info/misc/fasting1.php>

10. <http://www.medicomm.net/Consumer%20Site/am/fasting.htm>

11. <http://www.fasting.com/index.html>