​9 лайфхаков применения Хлорофилла Один из лучших детоксикантов, антиоксидантов и ощелачивателей! 1️⃣🌿Промывание носа при насморке. 1/2 ч.л. жидкого хлорофилла развести на 100 мл воды (очищенной) – промывать. А еще можно просто увлажненять ее в качестве заботы о слизистой. 2️⃣🌿Насморк. 1 ч.л. хлорофилла +1 ч.л. коллоидного серебра. Закапывать нос, а лучше орошать с распылителя от назальных капель, 3-4 р.в день. Очищаются пазухи носа и снимается воспаление. ⠀ 3️⃣🌿 Боль в горле. Неразбавленным хлорофиллом орошать полость рта 5-7 раз в день между едой. Все быстро заживляется и проходит краснота. ❗️Дополнительно принимать во внутрь. Это намного полезнее нежели спиртовые антисептики из аптеки. 4️⃣🌿Потничка, молочница во рту, прорезание зубов у детей. 1/2 ч.л. хлорофилла развести на 100 мл воды (очищенной) – протирать пораженные места, скопления белого налёта во рту, смачивать тампоном десна малыша. ⠀ 5️⃣🌿 Колики. В составе хлорофилла имеется витамин К, недостаточность которого типична для новорожденных. У новорожденных кишечник еще не защищен микрофлорой, способной синтезировать витамин в достаточном количестве. Поэтому грудничкам можно давать Жидкий Хлорофилл (1 капельку в ложечку с молоком) для профилактики колик. 6️⃣🌿 Хорошо использовать Хлорофилл при отравлениях (выводит токсины), после обильного застолья (как антипохмелин). 1 ч.л на стакан воды. 7️⃣🌿 Ожог. Компресс из неразбавленного хлорофилла или распылять, чтобы не касаться повреждённого места. Способствует восстановлению тканей и их обновлению. ⠀ 8️⃣🌿 Воспаленные десна, пародонтоз. Делать аппликации на десна из неразбавленного хлорофилла. 9️⃣🌿 В глаза. Хлорофилл капать тоже можно (лучше развести 50/50 с кипячёной водой). Опытный фармацевт

Вы никогда не будете счастливы, если будете продолжать искать, в чем заключается счастье. И вы никогда не будете жить, если ищете смысл жизни. Альбер Камю De facto | Просвещение

-------------------------------------------------------------------------------------------------

Кaк избaвиться от пaпиллом? Вaм понaдобится кусок xозяйствeнного мылa 72%. Нужно нaтepeть поpaжённоe мeсто. Бeз особого остepвeнeния, пpосто чтоб смaзaть. Xочeшь — суxим мылом мокpую кожу. Xочeшь — мокpым мылом суxую кожу. Бeз paзницы. Обычно тaк дeлaют нa ночь (почeму-то всe случaи, котоpыe мнe встpeчaлись — это были пaпилломы нa шee, a xодить нa paботу с коpичнeвыми paзводaми нa шee нeпpилично). В общeм — нa ночь нaтpёшь кожу, утpом смоeшь. И тaк гдe-то 3-4 вeчepa (ночи). Потом кожa воспaляeтся, кpaснeeт, слeгкa чeшeтся. Знaчит, пpоцeдуpы нужно пpeкpaщaть. Eщё пapу днeй уйдёт нa то, чтобы кожa пpинялa здоpовый вид. К тому вpeмeни от пaпиллом и слeдa нe остaнeтся. Пpовepeно нeоднокpaтно.

5 причин есть зелень каждый день 1. Помогает улучшить пищеварение и помочь желудку переваривать тяжёлую пищу. Поэтому идеальна в сочетании с животными жирами. 2. Способна справиться с проблемой запоров, т.к. является источником клетчатки 3. Помогает иммунитету. Запасайтесь летом, чтобы не болеть хмурой осенью! 4. Улучшает состояние кожи, волос, ногтей за счёт высокого содержания витамина Е. 5. Помогает снижать уровень «плохого» холестерина и профилактирует образование бляшек на стенках сосудов. Особое внимание стоит обратить на кориандр, базилик, укроп. ОБСУДИТЬ В ЧАТЕ 👈

Польза воды с медом Разведите одну чайную ложку меда в стакане прохладной воды. Таким образом, получится 30% раствор меда, который составом идентичен плазме крови. Эффект от воды с медом: 🔸Нормализация пищеварения. 🔸Улучшение работы всех органов пищеварительной системы. 🔸Повышение иммунитета. 🔸Устранение хронического насморка, бронхитов, а также выведение слизи из легких (естественным путем через кишечник). 🔸Паразиты в пищеварительной системе не любят желтый цвет. Облучение их желтыми лучами прекращает их размножение. 🔸Разрушение пробок в кишечнике, растворение каловых масс. 🔸Очищение и санация кишечника. Камни в кишечнике чаще всего находятся в области талии. Здоровая Семья

Полное радости сердце Некоторые вещи просто невозможны. Свет и тьма не могут сосуществовать в общем пространстве. Человек, чья душа наполнена радостью, не может испытывать ненависти. Когда вы кого-то или что-то ненавидите, это значит, что в вашем сердце есть тёмное пространство. Когда вы почувствуете на своём сердце холодное прикосновение ненависти, сделайте выбор в пользу счастья. Когда это произойдёт, вы обнаружите, что становитесь неспособны ненавидеть. Здоровье на Тибете | #практики

Энергия никогда не пропадает зря Энергия не может создаваться или разрушаться. Она может только менять форму. Если вы излучаете энергию заботы, она может вернуться в форме силы, поддерживающей ваше здоровье. Ничто из того, что мы излучаем, не исчезает. Оно просто возвращается к нам в другой форме. Это правило относится и к отрицательной энергии. Если вы причинили боль другу, он, возможно, простит вас, но вы можете потерять важный отчёт на работе. Наш мир построен по принципу конечной ответственности. То, что мы излучаем, абсолютно равносильно тому, что мы получаем взамен. Здоровье на Тибете | #ритуалы

Ты не можешь взять на себя ответственность за всех, с кем сталкивает тебя судьба. Если какой-то человек не может быть счастливым, общаясь с тобой, нет смысла тратить свои душевные силы в попытке изменить его или разрешить его проблемы. Есть много других людей, которым ты сумеешь подарить радость и счастье, сам наслаждаясь их обществом. Если любовная связь не приносит тебе удовлетворения — не цепляйся за нее. Вольтер De facto | Просвещение

Отберите у современного человека всё то, что его развлекает и поддерживает — "кино, радио, газеты, театр, концерты, бокс, путешествия", — и он умрёт от образовавшейся пустоты, потому что "простые вещи" для него уже ничего не значат. Однако для того, кто способен к вдумчивому мышлению, пустота становится возможностью "вспомнить о бытии". Рюдигер Сафрански De facto | Просвещение

​Возможности левомеколя ✅ Левомеколь — мощное лекарство с лояльной ценой. Где еще можно применять❓ 🔹Ожоги разной степени. Левомеколь хорошо очищает ожоговую рану от отмерших тканеи‌.⠀ ⠀ 🔹Гнои‌ные раны и язвы на коже. Левомеколем можно обработать любые раны – укусы насекомых, порезы, рассечения, царапины, ссадины и т.д.⠀ ⠀ 🔹Левомеколь при гаи‌морите и заболевании уха.⠀ Если у вас хроническии‌ насморк, 1 – 2 раза в день смазываи‌те носовые ходы ватнои‌ палочкои‌ с Левомеколем.⠀ ⠀ 🔹Левомеколь при прыщах. Левомеколь — очень эффективное средство в борьбе с прыщами. Он обладает мощными антибактериальными свои‌ствами и отлично устраняет воспаление.⠀ ⠀ 🔹Левомеколь для десен. Левомеколь подходит и для обработки десен. Одно из наиболее проблемных заболевании‌ в стоматологии — пародонтоз. Во время обострения десны становятся слишком мягкими и рыхлыми. В открывшиеся пародонтальные карманы попадают бактерии, которые вызывают воспаление.⠀ ⠀ А вы пользуетесь этим средством❓ Опытный фармацевт

Хорошее чтение \*Очень глубоко!!!\* Когда телевизор пришел в мой дом, я забыл читать книги. Когда машина подъехала к моему порогу, я забыл ходить пешком. Когда я взял свой мобильный телефон, я забыл писать письма. Когда компьютер пришел ко мне домой, я забыл свою орфографию Когда в мой дом пришел кондиционер, я перестал ходить под дерево из-за прохладного ветерка. Когда я остался в городе, я забыл запах грязи. Занимаясь банками и картами, я забыл ценность денег. С запахом духов я забыл запах свежих цветов. С появлением фастфуда я забыл готовить традиционные блюда. Я всегда бегал, я забыл, как остановиться. И в конце концов, когда у меня появился WhatsApp, я забыл, как разговаривать. Когда мы умираем, наши деньги остаются в банке. Однако, когда мы живы, у нас нет достаточно денег, чтобы тратить. На самом деле, когда нас нет, остается еще много денег, которые не были потрачены. В Китае скончался бизнес-магнат. Его вдова осталась с 1,9 миллиардами долларов в банке и вышла замуж за его шофера. Его водитель сказал: \*"Все это время я думал, что работаю на своего босса... только сейчас я понимаю, что мой босс все время работал на меня!!!\*" Жестокая реальность такова: Важнее жить дольше, чем иметь больше богатства. Так что надо стремиться иметь сильное и здоровое тело, на самом деле неважно, кто на кого работает. В дорогом мобильном телефоне 70% функций бесполезны! Для дорогой машины 70% скорость и прибамбасы не нужны. Если вы владеете роскошной виллой или замком, 70% площади обычно не используются или заняты. А ваши гардеробы? 70% из них не ношены! Пожизненная работа и заработок... 70% тратят другие люди. Итак, мы должны защитить и полностью использовать наши 30%. Ходите на прием к врачу, даже если вы не больны. Пейте больше воды, даже если вы не испытываете жажды. Научитесь отпускать, даже если вы столкнулись с серьезными проблемами. Попробуйте уступить, даже если вы правы. Оставайтесь скромным, даже если вы очень богаты и влиятельны. научитесь быть довольным, даже если вы не богаты. Тренируйте свой ум и тело, даже если вы очень заняты. Находите время для дорогих вам л

БИР-БИРИМИЗНИ НОҲАҚ ХАФА ҚИЛМАЙЛИК Бева, камбағал бир аёл уйида сарёғ тайёрлаб бир дўкончига олиб бориб сотар эди. Баққол аёл олиб келган сарёғни ҳеч тортиб кўрмас эди. Бир куни негадир унинг кўнглига бир шубҳа тушди. Навбатдаги олиб келинган сарёғни тортиб текшириб кўрди. Бир килоли сарёғ 900 грамм чиқди. Сотувчи жуда хафа бўлди. Эртаси куни келган аёлга шундай деди: - Энди мен сендан сарёғ олмайман. Аёл деди: - Нега энди? Бир хатолик ўтдими мендан? - Сен бир кило деб берадиган сарёғинг роппа роса 900 грам экан. Айб эмасми? Шунда аёл деди: - Тақсир, менинг уйимда тарозу йўқ. Мен сиздан олган бир кило шакарни тош ўрнида ишлатаман... Сотувчи нима дейишини билмай дудуқланиб қолибди... Кимгадир қилинган ноҳақлик ҳеч қачон жавобсиз қолмас экан... Худойберди КОМИЛОВ ижодий каналидан олинди.

​Запоры 💊Микролакс – это слабительный препарат, действие которого достаточно мягкое. Именно поэтому оно не сопровождается раздражениями в кишечнике, а также разнообразными побочными явлениями. Данный лекарственный препарат необходимо применять при запорах, а также энкопрезе. Так как лекарство оказывает мягкое действие, его могут использовать, как взрослые, так и дети ✅ Это лекарственное средство достаточно часто используют во время подготовки к исследованию желудочно-кишечного тракта. При этом препарат одинаково полезен, как при рентгенологическом, так и при эндоскопическом исследовании. ⚠️Но выполняется это должно под наблюдением врача, который сможет контролировать состояние больного, а также устанавливать оптимальную дозировку. Есть противопоказания‼️ Опытный фармацевт

​​​​​​УНИКАЛЬНЫЙ ПРОДУКТ,​ ПРИЗНАННЫЙ СУПЕРФУДОМ СОВРЕМЕННОСТИ‼️ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ Спирулина Реавит Элеганс​​ 180 капсул – прозрачные капсулы​ содержат 500 мг экологически♻️ чистой органической спирулины, суточная порция 3000 мг‼️ Европейское космическое агенство и НАСА приняли решение использовать спирулину в качестве одного из важнейших составляющих питания космонавтов🚀. В условиях невесомости человеку необходимо получить из пищи максимальное количество полезных веществ и быстрое насыщение, чем и обладают сине-зеленые водоросли. За широкий спектр полезных свойств спирулину признали СУПЕРФУДОМ СОВРЕМЕННОСТИ, ее состав сбалансирован самой природой. Это уникальный продукт, который содержит около 60 % белка, в 34 раза больше ​ железа, ​ чем ​ шпинат🥬 и в 100 раз больше, чем в яблоках, в 25 раз больше бета-каротина, чем сырая морковь🥕, большой спектр витаминов (вит В1; В2; В3; В6; В9; С; А; Д; Е),​ 95 минералов и микроэлементов (калий, кальций, хром, магний, медь, селен, цинк, марганец, фосфор, железо и др.), 18 аминокислот, включая 8 незаменимых ненасыщенных жирных кислот. В водорослях концентрируется хлорофилл, который отвечает за очищение организма от токсинов и мозговую активность. Регулярный прием​​ Спирулины Реавит Элеганс​ ​ поможет укрепить иммунитет, нормализовать обмен веществ и ускорить метаболизм, снизить вес и аппетит👍, улучшить общее состояние и прочие жизненные показатели организма. Источник белка, укрепляет мышечный корсет. ​ ​ Кому полезно принимать​ Спирулину Реавит Элеганс: ​ ​ ✅Людям с активной умственной или физической нагрузкой ( продлевает работоспособность, повышает концентрацию внимания и мозговую активность) ✅Людям, обладающим избыточным весом (снижение аппетита, нормализация и ускорение обмена веществ, устраняет чувство голода,снижает нагрузку на пищеварительную систему).​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ✅Спортсменам (благодаря белковому и витаминному составу, обеспечивает высокую устойчивость к физическим нагрузкам, способствует быстрому восстановлению организма после тренировок) ✅

✅Людям пожилого и преклонного возраста (замедляет процессы старения, мощный антиоксидант, созданный самой природой) ✅Всем, кто заботится о красоте, здоровье и молодости (обладает мощным лифтинговым эффектом, восстанавливает обменные процессы в организме) ✅Детям ​ (обеспечивает организм сбалансированным комплексом важных элементов, необходимых для роста и полноценного развития) ​ ​ ​ ​​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ​ ‼️Прозрачные капсулы приятно и удобно принимать. Не содержит никаких красителей, консервантов и добавок. Принимать по 2 капсулы 3 раза в день до еды.​ В дневной порции 3000 мг‼️, что на 90% больше, чем у аналогов. ​ - При покупке на нашем сайте от 3500₽ ПОДАРОК. Купить на ФарХимТек ​Купить на Озон​ ​Купить на Вайлдбериз ​ Купить на​ iTAB ​ Наш Telegram канал

​Грибок ногтей: Ламизил 🍄 Это распространенное заболевание, которое начинается с белого или желтого пятна под кончиком ногтя на ноге. По мере того, как грибковая инфекция распространяется глубже, грибок ногтей может привести к обесцвечиванию, утолщению и крошению ногтей по краям, а также к болевым ощущениям, зуду, трещинам на ступнях и язвам на стопах. ⠀ ❓Кто больше всего подвержен риску инфицирования грибком (проверьте себя в списке)? ⠀ ❗️Люди, имеющие хронические заболевания, например, диабет. ❗️Люди, занимающиеся спортом, и профессиональные спортсмены. ❗️Люди, проживающие в теплом, влажном климате. ❗️Люди, по долгу службы вынужденные носить специальную защитную обувь, например, ботинки. ⠀ Доверьте лечение грибка стопы проверенным средствам 🙏🏻 Ламизил помогает справиться с большинством случаев грибка всего за одну неделю. Ламизил Крем наносят 1 или 2 раза в сутки тонким слоем на пораженную кожу и прилегающие участки и слегка втирают. Подходит также для детей с 12 лет. ⠀ Ламизил Дермгель слегка втирают в участки пораженной кожи, а также препарат наносят на прилегающие к пораженной коже участки, даже если они не кажутся инфицированными. Дермгель применяют 1 раз в день по любому из показаний. Опытный фармацевт

Как избавиться от ушной пробки ➣ Смешай в равных частях яблочный уксус и спирт. ➣ Закапай пипеткой в больное ухо 3 капли лекарства, наклонив голoвy набок. ➣ После закапывания подергай мочку, пoмогая составу лучше смазать стенки ушного пpоходa. ➣ Через 1 минуту вернись в исxодное положение — разжижeнная сера вытечет из уха. ➣ Пpотри ушнyю раковину бумaжной салфеткой. Кроме того, что эти капли помогут избавиться от cкопившейся серы, уксус создает кислую среду в ухе, в которой уничтожаются грибки и микробы, а спирт подсушивает yчастки воспаления. Оздоровитель 🌳

Чай одуванчика способен разрушить раковые клетки! Вот рецепт кофе из одуванчика: Выкопать 2-х летний корень (он толщиной с мизинец) вымыть. Нарезать кусочками 1,5-2 см, положить в сковороду, или духовку, обжарить до светло-коричневого цвета, и перемолоть в кофемолке. Заваривать, как обычный кофе (цвет и запах почти не отличишь) Мы добавляли ещё козье молоко. Соберите 400 (четыреста) одуванчиков (получается неполный целофановый пакет),замочите на сутки,можно на 12 часов что бы ушла горечь,отделите цветочки (я это перестала делать, варю вместе с плодоножками и цвет меда получается более натуральный). Вымоченные и промытые цветы, заливаю 0,5 литра кипятка, варю 15 мин,затем настаиваю до остывания,отжимаю цветы и их выбрасываю. Отвар процедить,чтоб не было никаких крошек от цветов. В полученный настой отвара засыпаю 1 кг.сахара и варю как обычное варенье до загустения сиропа. В конце варки за 5 - 7 минут до окончания добавляю лимонную кислоту и варенье -мед готово! Здоровья всем. Секреты Долголетия

СРЕДСТВА ОТ ОЖОГОВ 🔥 - Можно измельчить чистый лист каланхоэ перистого. Эту массу нужно нанести на проблемное место. - Также можно на ожог насыпать порошок из высушенных семян фасоли. Он обладает противовоспалительными и антибиотическими свойствами. - Повязки на ожоги можно делать из свежеперетертых корней лопуха. - Можно на 110 гр коровьего топленого масла обжарить 110 гр мелконарезанного репчатого лука. Затем процедить и использовать при ожогах. Секрет Здоровья

Карта боли живота Диагностика проблемы по месту беспокойства. Сохраните, пригодится! Пожалуй, каждому приходилось слышать жалобы друзей или родственников по поводу болей в животе, после которых на некоторое время превращаешься в экстрасенса или гадалку, пытаясь определить, почему колет у пупка или болит в левом боку Твое Здоровье | Обсудить в чате

---------------------------------------------------------------------------------------------------

Смерть и Диабет Исследования показали, что у больных сахарным диабетом, которые ходят пешком хотя бы два часа в неделю, снижается риск смерти от различных осложнений заболевания на 39%. Наиболее подходящими видами физической активности при сахарном диабете являются ходьба, плавание и езда на велосипеде по 30–40 минут не менее 3 раз в неделю. Поскольку у больных сахарным диабетом снижается чувствительность стоп, им противопоказаны бег и прыжки. Перед физической нагрузкой необходимо определить уровень гликемии. 🩸Приступать к занятиям можно при уровне сахара крови не ниже 5 ммоль/л и не выше 15 ммоль/л. ВРАЧЕБНАЯ ТАЙНА | #совет

ИЗ НАШЕЙ ИСТОРИИ ТЕНГРИАНСТВО ПОРОЖДЕНО ОБОЖЕСТВЛЕНИЕМ ПРИРОДЫ И ПОЧИТАНИЕМ ДУХОВ ПРЕДКОВ Представление о ТЕНГРИ, восходит своими корнями к V-IV тысячелетиям до н. э. как о Творце. Тенгрианство (тэнре янг, аћ) возникло естественным историческим путем на основании народного мировоззрения, воплотившего и ранние религиозные и мифологические представления, связанные с отношением человека к окружающей природе, и ее стихийным силам. Человек — сознательное существо природы, живет в естественной среде, приспосабливается к ней, когда надо противится этой среде, борется с ней и вместе с тем полностью зависит от нее. Своеобразной и характерной чертой этой религии является родственная связь человека с окружающим его миром, природой. Тенгрианство порождено обожествлением природы и почитанием духов предков. Магия, шаманизм и элементы тотемизма также переплетены с этим словом. Тенгрианство состоит в основном из легенд. У него есть одно общее правило морали: «Поступай согласно законам природы, щадя при этом законы общественные». Основное его понятие — это присутствие божественного духа в каждой вещи. Три божественные заповеди: — верь в Бога Небесного, в ТЕНГРИ, ибо других богов нет; — не придумывай идолов, есть вера одна — в Бога; — рассчитывай только на себя и на Его помощь. Шесть человеческих заповедей: — чти отца и мать, через них Бог дал тебе жизнь; — не убивай без нужды; — не блуди; — не воруй; — не лги; — не завидуй. Девять заповедей блаженства: — верь в Божий суд; — не бойся слез, сострадая ближнему; — чти адаты своего народа; — ищи правду и не бойся ее; — храни добрые чувства ко всем людям; — будь чист сердцем и делом; — не допускай ссор, стремись к миру; — помогай страдающим за правду; — верь душой, а не разумом. Соблюдение первых трех заповедей делали

ИЗ НАШЕЙ ИСТОРИИ КОДЕКС ЧЕСТИ ТЮРКОВ 15 МОРАЛЬНО-ЭТНИЧЕСКИХ ЗАПОВЕДЕЙ: 1. Помни везде, ты — потомок древнего и благородного народа, а поэтому не имеешь права на недостойный поступок. 2. Знай историю своего народа и края — это знание укрепит твой дух, возвеличит душу, придаст силы в трудные минуты жизни. Величие человека никогда не измерялось богатством, а лишь мерой мужества и труда, отданного во имя Отечества 3. Не считай себя человеком пока не освоишь языка, обычаев и искусства своего народа. 4. Постоянно работай над физическим и духовным совершенствованием, закаляй и укрепляй здоровье, чтобы быть достойным своих великих предков. 5. Знай и помни родословную свою от основателя рода. С великим почтением относись к старшим, а более всего к родителям, даровавшим тебе жизнь. 6. Как высшую заповедь предков усвой истину — величие человека никогда не измерялось богатством, а лишь мерой мужества и труда, отданного во имя Отечества. 7. Всегда помни о том, что все хорошее и плохое что ты делаешь в жизни, обернется стороной. 8. В разговоре больше слушай, меньше говори и никогда не бахвалься. Среди людей много тех, кто умней и сильней тебя. 9. Избегай ссор и скандалов. В соре с глупцом ты станешь глупее, а умного собеседника полезнее просто выслушать. 10. Опасайся мысли: «Чем он лучше меня?» которая много раз разрушала ОТЕЧЕСТВО, если ты истинный патриот, докажи это делом. 11. Будь умеренным в еде и питье — это одно из требований тюркской этики. Торжества и поминки не повод для обжорства. 12. Выбирай невесту (жениха) не только по красоте лица и тела, а по наличию ума и чести, и по традициям фамилии и семьи. 13. Забота о потомстве и воспитание в детях сильного духа — святая обязанность каждого человека. 14. Никогда не оскорбляй ничьих национальностей и религиозных чувств. Каждый народ — дар Божий. 15. Будь всегда во всем человеком чести. Пусть ни голод, ни холод, ни страх смерти не сломят твоего духа.

Чай против диабета?🍃 Употребление черного чая существенно помогает предупредить развитие диабета. Это выяснили ученые из шотландского университета в городке Дэнди (Великобритания). Как оказалось, содержащиеся в черном чае активные полифенолы могут играть роль инсулина, который жизненно необходим человеку, страдающему диабетом. В случае диабета 2-го типа (при котором риск заболевания увеличивается с возрастом пациента) черный чай наиболее эффективен. Секрет Здоровья

Как поднять гемоглобин без мяса? Специальные рецепты для повышения гемоглобина. Из нижеследующих рецептов выберите тот, который вам наиболее подходит, и старайтесь употреблять его на постоянной основе, в качестве «витаминной подкормки» для организма. — Стакан грецких орехов и стакан сырой гречневой крупы перемолоть, добавить стакан меда, все перемешать, каждый день есть по столовой ложке. — По 1 стакану чернослива, кураги, грецких орехов, изюма перемолоть, добавить мед, добавить 1-2 лимона со шкуркой (вместо лимона можно добавить сок алоэ), есть по 1-3 столовые ложки в день. — 100 мл свежевыжатого свекольного сока, 100 мл морковного, перемешать и пить (поднимает гемоглобин буквально за 2 дня). — 1/2 стакана яблочного сока, 1/4 стакана свекольного сока и 1/4 стакана морковного сока, перемешать и пить 1-2 раза в день. ВРАЧЕБНАЯ ТАЙНА | #вопрос

​Шампуни от перхоти и себорейного дерматита 🌿Рассмотрим активные ингридиенты, входящие в состав самых популярных аптечных шампуней от перхоти и себорейного дерматита. Выбор того или иного ингридиента зависит от формы перхоти/себорейного дерматита: жирная, сухая, смешанная; от выраженности воспалительного компонента. Средства используются в комплексе лечения. ❗️Данный пост носит ознакомительный характер и любые вопросы, касающиеся здоровья должны быть адресованы вашему лечащему врачу. 🔹Кетоконазол - этот ингридиент убивает и подавляет размножение грибка. Если не соблюдать курс лечения, то со временем к данному компоненту наступает привыкание и кетоконазол перестает действовать. 👉Это вещество входит в состав шампуней: Низорал, Дермазол, Микозорал, Перхотал и Себозол. ⠀ 🔹Пиритион цинка - оказывает противогрибковое и противовоспалительное действие, уменьшает зуд. 👉Шампунь, содержащий пиритион цинка: Фридерм Цинк 👉Шампунь, содержащий и кетоконазол и пиритион цинка - Кето плюс. 🔹Сульфид селена Это вещество способно замедлять рост клеток эпидермиса и эпителиальных фолликулов, а также оно оказывает противогрибковое действие. 👉Шампуни: Сульсена, Сульсен форте. 🔹Деготь — это натуральное средство, которое с давних времен используется в борьбе с перхотью и повышенным салоотделением. 👉Шампуни: фридерм деготь, дегтярный шампунь Тана. ❓С каким шампунем знакомы Вы? Опытный фармацевт

​Ракoвыe клeтки пoгибают за 42 дня Удивительный авcтpийcкий напитoк вылeчил cвышe 45 тыcяч чeлoвeк. Также вы забудете и о других опасных заболеваний - диабет, пневмония, предотвращение инфаркта и т.п. Для пoлнoгo иcцеления oн pекoмендoвaл упoтpеблять в течении 42 дней тoлькo чaи и coки приготовлeнныe по eго рeцeпту. Для приготовлeния сокa потребуется – 300 гр. крaсной свeклы – 100 гр. моркови – 100 гр. корня сeльдeрeя – 70 гp. coка cвeжeгo каpтoфeля – 30 гp. peдиcа Πpимeчаниe: Κаpтoфeль упoтpeблять пo жeланию, иcключeниe cocтавляeт pак пeчeни, гдe каpтoфeль игpаeт важную poль. Спocoб пpигoтoвлeния: Πpи пoмoщи coкoвыжималки извлeчь coк из вceх пepeчиcлeнных вышe пpодуктов. Хpaнить в зaкpытой cтeклянной поcудe в холодильникe. Сок пить нa пpотяжeнии вceго дня по 1-2 глоткa. Βмecто воды употpeблять чaй лeчeбных pacтeний: шaлфeй, кpaпивa, полeвой хвощ. Девочки мои если Вам нравятся такие подсказки жду от Вас ❤️. Так я буду знать что размещать😍 ✅ Наш второй канал, заходи 👉КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ 🌿

Кадрли фахрийлар, Нафақа ёшига етганлар ўқисин! ➖ Хаётнинг "Олтин давр" босқичига қадам қўйганлар риоя қилишлари зарур бўлган қоидалар: 1.Энди ўзингиз учун яшашингиз керак!!! ҳар бир дақиқангизни қадрлашга ўргатинг ўзингизни! Йиққан-терганларингизни ишлатадиган вақт бошланди- бор бойлигингизга қандай меҳнатлар эвазига етишганингизни тушунмайдиган яқинларингиз(фарзандлар,ака- ука,сингиллар) эга чиқишини истамасангиз- ўзингиздан аяган пулларингизни саломатлигингизни мустаҳкамлашга орзуларингизни руёбга чиқаришга, саёҳатларга боришга, яхши кўрган кишиларингизни хурсанд қилишга сарф қилинг!!! 2.Кўп йиллар мобайнида фарзандларингизу невараларингизга ёрдам бериб, уларни ҳаётга тайёрлашда ҳар томонлама қўллаб қувватлаб келгансиз. Энди эса уларга мустақиллик беринг, доимий равишдаги назоратни бўшаштиринг, ўз ҳаётларини ўзлари қурсинлар, сўрасаларгина ёрдам ва маслаҳатни аяманг. 3.Ўзингизни асранг. Бу ёшда касал бўлиш осон, лекин шифо топиш қийин кечади. Доимо жисмоний машқларни бажариш, тиббиёт масканларига бориб саломатликни назорат қилиш, кўпроқ сув ичиб, сабзавотларни истеъмол қилиш керак, қисқача қилиб айтганда, соғ-саломатликда узоқ умр кўриш ҳақидаги мавжуд ахборотни, билимларни эгалланг. 4.Майда- чуйда ташвишларни ўйлашни, арзимас нарсаларга асабийлашишни бас қилинг. Сиз шундоқ ҳам йиллар мобайнида кўп муаммоларни ҳал қилиб, талайгина ишларни амалга оширишга эришгансиз ва яхши, ёмон воқеаларга, хулосаларга бой хотирага эгасиз. Лекин уларни кўтариб юриш Сизни бугун ва ҳозир бахтли бўлишга йўл қуймайди. Ҳозир ва айни дамда БАХТ ҲИССИни туйишни ЎРГАНИНГ!!! 5.Неча ёшда бўлишингизга қарамай, доимо ҲАЁТНИ СЕВИНГ, чунки БУ ДУНЁ - МЎЪЖИЗА!!! 6.Ўзингиз билан фахрланинг! Ички дунёингиз ва ташқи кўринишингиз фахрланадиган даражада бўлсин! Косметолог, сартарош, стомотолог қабулида мунтазам бўлиб, севимли атирингиздан ҳар куни фойдаланинг. Ифор уриб турган тоза тана ва кўркам кўриниш ўзингизга бўлган ишончни кўпайтиради, шаҳдам қадам ташлашингизга ёрдам беради. 7.Атрофдаги воқеалар, янгиликлардан воқиф бўлишни, сиёсат билан қизиқишни одатга

а айлантиринг- радио, телевидение, интернет тармоқларидаги ахборотларни кузатиб боринг. Кўп йиллик танишлар, дўстлар билан алоқани узманг, улар билан учрашиб, суҳбат қуриш Сизни ёшартиради, ҳаётга бўлган умидни кўпайтиради. 8.Кимдир катта ёшда ҳалимлашиб, фаришта юзлик қарияга айланса, баъзилар терс, қўпол бўлиб қолишади. Ҳаёт эса қисқа ва ҳеч ким тили аччиқ, нолийверадиган, ношукур бақироқлар билан муомила қилишни истамайди. Шунинг учун ижобий фикрловчи бўлинг, ҳаётни севувчи инсонлар орасида юришга ҳаракат қилинг, шундагина бу дунёда яшаш енгил кечади. 9. Яқинларингиз билан яшанг, лекин ўзингиз дам оладиган, бир ўзингиз қолишингиз мумкин бўлган ҳудудга эга бўлинг ва яқинларингизга ҳам шундай жойни яратиб беринг. 10.Ўзингиз суйган иш билан шуғулланинг, йўқ бўлса, ўйлаб кўринг: нималарни иштиёқ билан бажарасиз? Шу йўналишда кичиккина тадбиркорликни бошланг, балким Сизда беркиниб ётган истеъдод уйғониб, катта омад, муваффақият ва БАХТЛИ ҲАЁТнинг калитига айланар... 11.Табассум қилишни, ҳар бир холатдан кулгили жойини топишни одатга айлантиринг. Ёдингизда бўлсин- Сиз бахтли инсонсиз. Бу кунларга Сиз етдингиз ва яшамоқдасиз, лекин етмаганлар қанча??? Демак, пайтдан фойдаланинг- кулинг ва барчага шодлик улашинг, савоби тегади.. 12. Баъзиларнинг Сиз ҳақингиздаги гап- сўзларига эьтибор берманг, уларнинг фикрлари Сизни безовта қилиб, асабингизда ўйнашига, миянгизга ўрнашиб олишига йўл қуйманг! Улар Сиз ҳақингизда нималарнидир дейишига, ўйлашларига қўйиб беринг, бу уларнинг иши, уларнинг муаммоси- Сиз кимсизу, қандай ишларни амалга оширгансиз- бу Сизнинг танловингиз! Хурсандчилик, шукроналик, фахр ила яшайдиган, тинчлик хотиржамликда ҳаёт гаштини сурадиган ДАВР барчамизга НАСИБ ЭТСИН. Хурмат билан ду́стингиз.

📍Пиёда юриш ҳақида сиз билмаган янги фактлар! ✅ Бир кунда 4 маротаба 10 дақиқадан пиёда юришни одат қилсангиз, қон босимингиз меъёрда бўлади. ✅ Тез-тез қадамлар билан кунига 120 одим ташласангиз, 15 дақиқада 100 ккал.дан халос бўласиз! Мана, сизга озишнинг арзон ва қулай усули! ✅ Асабий иш кунининг “юк”ларидан халос бўлмоқчимисиз? Унда ҳар куни 20 дақиқагина пиёда юринг. Натижа сизни албатта хурсанд қилади. ✅ Чекишни ташлашни истаганлар ҳам хумор тутганда 20 дақиқа пиёда юрсалар, бу хоҳиш айни шу дақиқаларда ўз-ўзидан йўқоларкан. ✅ Америкалик олимлар 45 дақиқа давомида марафонда қатнашган иштирокчиларнинг 50 фоизи шамоллашни енгил ўтказишганини таъкидлашади. Чунки айнан пиёда юрганимизда микроблар ва вируслар таслим бўларкан. ✅ Британиялик олимларнинг аниқлашича, ҳар куни 1 соат давомида пиёда сайр қилган кишилар юрак хасталикларига камроқ дучор бўлишар экан. ❗️ҚУВАСОЙЛИКЛАРГА ҚЎШИЛИНГ⤵️ @QUVASOYLIKLAR\_KANALI https://t.me/+g6UdbeJrwdQ4ZjIy

#Ҳикмат .. Ҳаётда сизни хафа қилувчилар кўпайса, демак кечиришни унутибсиз... .... Кечирувчан, раҳмдил бўлинг, шунда хафа қилувчилар камайганини кўрасиз... .... Йиққан молу давлатингиз қўлдан кетдими, демак қалб бойлиги тўплашни унутибсиз. Энди қалб бойлигига эришиш йўлида сабр йиғиш вақти келди.… .... Бошингиз қарздан чиқмай қолдими, демак шукурни унутибсиз ёки Яратганнинг амрига хилоф иш қилибсиз.… .... Атрофингизда сиздан хафа булувчилар кўпайса, билинг, дилозор ва такаббур бўлиб қолибсиз. Ақл-ҳушингизни йиғиб олинг, кибр~ҳавони йиғиштириб, дилларга меҳр улашинг, ана шундагина ҳаётингиз ўзгаради.. .... Фарзандингиз қайсарлик, ўзбошимчалик қила бошласа, билинг, ўзингиз шундайсиз. Ўзингизни ўнгланг, чунки фарзанд ота-она учун кўзгудир.… .... Лавозимингиз ошдими, билинг, атрофингизда лаганбардорлар кўпаяди. Эътиборли бўлинг, бундай ёлғон "дўст"ларни чин дўстларингиз билан алмаштириб қўйманг...! @IBRAT\_BEKATI\_UZ - шифо излаган қалблар учун маҳсус канал

Уруғ Бир кун ўқувчилар кекса устоз олдига келиб, ундан сўрадилар: нега ёмон одатлар одамни осонгина эгаллайди, яхшилари эса – қийин ва анча омонат бўлади. - Агар соғлом уруғни қолдириб, касалини ерга кўмсангиз нима бўлади? - Офтобда қолган уруғ ҳалок бўлади, тупроққа кўмилгани ёмон бўлса ҳам ўниб чиқади, лекин кам хосил бўлиб ёмон мева беради. – Жавоб беришди ўқувчилар. - Одамлар ҳам шундай қилишади: хайрли ишларни дилдан бажариш, қалби тўрида асраш ва камол топтириш ўрнига, уларни кўз-кўз қилиш учун чиқариб қўйишади ва эҳтиётламай нобут қилишади. Ўзларининг гуноҳлари ва иллатларини эса бошқалар кўрмаслиги учун диллари тубига яширишади. Улар у ерда ўсади, қалбларини эгаллайди, ўзини бебурд қилади. “Ҳикматлар жавоҳири” китобидан.

Чиройли дуолар келди. Сизга ҳам илиндим. Меҳрибон Раҳимли Аллоҳ номи билан Бошлайман ! Аллоҳим, Меҳрибоним, Раҳимли Раҳмоним, Холиқим, Раззоқим, Султоним, Қиблагоҳим, Саждагоҳим Ғоибларни билгувчи фақат Сенсан, Бизларни Йўқдан бор қилган зот Ўзингсан. Ўзингга банда, Хабибингга уммат қилганинг учун, Ўзини таниттириб Оналик (оталик) мақомини берганлигинг учун Ўзингга Шукрлар, Шукроналар бўлсин Роббим! Сендан Ожизлик билан, Хорлик, қуллик билан Дуо қилиб сўрайман Ўзингдан Ялиниб ёлвориб Сўраганим Гуноҳларимни АФВ ЭТ, МАГФИРАТ ҚИЛ. Ўтмишда килган Катта-ю Кичик, Кабира ва Сағира, Хуфёна ва ошкора гуноҳларимни Ўзинг кечир! Қолган хаётимни, умримни Хайрли, Барокатли, Мазмунли, Савобли амаллар билан ўтказишга Қодир кил, Роббим! Дину-Дунё ишларимни Ўзинг ўнгла, Ўзинг осон қил, Ўзингдан бошқасига, Хатто ўғил қизларимгаям Бир дақиқа, бир нафас мухтож қилма, умримни Узоқ қилгинки, Сен берган умрнинг Натижасида Тутолмаган рўзаларимни тутай, ўқиёлмаган Намозларимни ўқий Сен мени нима учун Яратган бўлсанг Фақат шу нарса билан машғул бўлай, Кечасию - Кундузи Зикрингда бўлиб Берган неъматларингни Шукрини қилиб Сенинг ризолигингни топай, қарилик гаштини фарзандларим ардоғида, Уйларининг тўрида, Қулларим ҳамиша дуода бўлиб, Ширин сўзлик билан Уғил-қизларимга, Келин, невараларимга Меҳр бериб , улардан меҳр-оқибат кўришликни Насиб қил. Қайта-қайта Хаж, Умралар қилиб Каъбаи Муаззамани Тавофлар қилиб Каъбапушга бош қўйиб Эркаланиш, Лаббайка айтишдек Улуғ Бахтни насиб қил! Паймонам тўлиб, Умрим поёнига етганида Таҳоратли пок холимда, Мен сени суюб Турганимда, Сен мени Севиб турганингда, Сен менга Омонат қилиб берган Бутун вужудим Ўзимга бўйсиниб турганида, Тилларим Зикрингни қилган холатда, Кўзларим Каломингни Кўриб турганида, Оёқларим Илм мажлисларидан Узилмаган вақтларида, Пешонам саждада Турган холатда, Ўз қўлларим билан Эҳсонлар қилиб, Ўзгалар омонати бўлса Саломат берган вақтимда, Ризолигингни Топган холатимда, Лаа илаахаа Иллаллох Мухаммадур Росулуллох Калимаси Тилимга жо булган Холатда Омонатингни топширишни Сўрайман! Яна сендан

н сўраганим Инсонлар хазар қиладиган Дард берма, Осон оғриқ, Осон ўлим бер! Пайғамбарлар Жонини қандай осон Олган бўлсанг Менинг жонимни ҳам Хамирдан қил суғургандек Осонлик билан ол! Фарзандларим Армонда, Ҳозиргина Онам (отам) Таҳорат олаётган эди, Ҳозиргина Қуръон ўқиётган эди, Ҳозиргина Намоз ўқиётган эди Сажда қилган холатида Аллоҳга омонатини Топширибди деб Армон бўлишликни насиб қил! Яна сендан Сўраганим Мени поклаш учун Энг тақволи, таҳоратли Намозхон аёл(эр)лардан Қил! Оҳират либосимни Илмли Тақводорлар, намозхонлар қўлидан кийишни Насиб кил! Жанозамни Ўз зурриётларимдан Имомлар чиқиб Ўқишлик бахтини, Қабримгаям Ўқимишли, илмли, Тақводор, Масжидларга имом бўлган Невараларим Қиёматга қадар Ётадиган Оҳират уйимга қўйишликни Насиб кил! Орқамдан зурриётларим Куръон тиловат қиладиган, Чиройли дуо, Фотиҳа ўқийдиган Мураттаб қорилар, Хофизи Куръонлар Каъбага имом бўладиган Зотлар, Олиму Алломалар, Уламолар, Қориялар Етказиб бер! Яна катта-катта Эҳсонлар қиладиган, Масжид Мадрасалар қурадиган, Йўқсилларни йўқлайдиган, Закотлар берадиган, Қурбонликлар Сўядиган Саҳоватли, саҳий бойлар Чиқариб қўй! Орқамдан фақат Яхши ҳислатларим билан Эслашликни Насиб Қил! Я Роббий, Сен Дуо қилган Бандаларини Яхши кўрадиган Зотсан! Дуоларни Ижобат қиладиган Зотсан! Сен Улуғ АРШ Эгасисан! Амийн Аллоҳу Акбар. АЛЛОҲИМ ШУ ДУОНИ БИРОДАРЛАРИГА ИЛИНГАН ИНСОННИ ҲАММА ШАЪРИЙ НИЯТЛАРИГА ЕТҚАЗГИН. 🤲🤲🤲🤲🤲🤲🤲🤲

​Отипакс Это препарат местного действия, выпускаемый в форме капель для ушей. Оказывает антисептическое и анестезирующее действие, подходит для взрослых и детей всех возрастных групп. 🆘Препарат используется как средство экстренной помощи, снимающее симптомы заболевания, не устраняя причины. Назначается в комплексной терапии с антибиотиками, противовоспалительными средствами, рецептами нетрадиционной медицины. Действует 3-5 часов, эффект заметен через 5 минут после введения, боль проходит в течение 15-20 минут. ☝Перед использованием раствор нагреть, подержав флакон в зажатой ладони или погрузив пустую пипетку под струю горячей воды. Нельзя наносить холодные капли на воспаленную область. Это усиливает боль, у детей вызывает негативную реакцию на препарат. После введения подержать голову под наклоном или полежать на противоположной стороне. ⠀ ❗Отипакс не отменяют после уменьшения или исчезновения боли. Используют для промывания слухового прохода при основной терапии на протяжении 10 дней. 📝Отипакс при отите применяется в дозировке: 🔹дети до 12 месяцев – 1-2 капли; 🔹дети от 12 до 24 месяцев – 2-3 капли; 🔹дети от 24 месяцев и взрослые – 3-4 капли. Опытный фармацевт

Перекись водорода и ее использование! 👇 👉 Уничтожение вирусов: 3 капли перекиси в каждое ухо — и ваша простуда ослабнет! Также помогает избавиться от ушной серы. 👉 Выведение пестицидов: добавьте 60 мл перекиси на 700 мл воды при мытье овощей и фруктов, чтобы удалить с них следы пестицидов. 👉 Уничтожение микробов: добавьте 0,5 л перекиси на 3,5 л воды и распыляйте в воздухе, чтобы убить воздушные бактерии. 👉 Отбеливание зубов: 2 ч. л. воды на 1 ч. л. перекиси, полощите рот после чистки зубов. 👉 Отбеливание ногтей: вымачивайте ногти в перекиси. 👉 Осветление волос: используйте перекись как обычное средство для обесцвечивания. 👉 При насморке: 1 колпачок перекиси на стакан воды, промывайте заложенный нос. 👉 Удаление мозолей: смешайте в равных частях перекись и тёплую воду, вымачивайте мозоли, чтобы свести их.

❗️Лечим повышенное давление 1. Возьмите семена пряной гвоздики (21 шт), залейте 0,5 л воды и кипятите примерно 5 минут. Отвару дайте настояться, затем процедите. Пейте по 1 столовой ложке трижды в день, независимо от приема пищи до тех пор пока отвар не закончится. Это один курс лечения. Отвар храните в холодильнике. 2. 2 столовые ложки риса промойте и залейте 750г холодной воды на ночь. Утром вскипятите в течение 7 минут, воду слейте, а горячую кашу съешьте. Не пейте и не ешьте после употребления рисовой каши три часа. Курс лечения составляет 21 день. 3. Возьмите 1 стакан кураги, 1 стакан грецких орехов, 1 стакан изюма. Все измельчите и смешайте с 2 стаканами меда. Принимайте по 1 столовой ложке три раза в день между приемами пищи. Курс лечения - 4-5 недель. Секрет Здоровья

Мне приходилось встречать людей, добродетель которых столь естественна, что даже не ощущается; они. исполняют свой долг, не испытывая никакой тягости, и их влечет к этому как бы инстинктивно; они никогда не хвастаются своими редкостными качествами и, кажется, даже не сознают их в себе. Вот такие люди мне нравятся, а не те праведники, которые как будто сами удивляются собственной праведности и считают доброе дело чудом, рассказ о котором должен всех изумлять. Шарль Монтескье De facto | Просвещение

⏳ Вақтнинг 12 та сири — Ўйлаш вақти келди! ▪️1. Иш учун вақт топинг – бу муваффақият баҳоси. ▪️2. Ўйлаш учун вақт топинг – бу куч манбайи. ▪️3. Ўйин учун вақт топинг – бу ёшликнинг сири. ▪️4. Ўқиш учун вақт топинг – бу билим пойдевори. ▪️5. Аллоҳ учун вақт топинг – бу диёнат йўлидир. ▪️6. Дўстлик учун вақт топинг – бу бахт манбайи. ▪️7. Севги учун вақт топинг – бу ҳаётнинг муқаддас совғаси. ▪️8. Орзу учун вақт топинг – шунда кўнгил юлдузларга етади. ▪️9. Кулгу учун вақт топинг – бу ҳаёт қийинчиликларини енгишга ёрдам беради. ▪️10. Гўзаллик учун вақт топинг – бу нарса ҳамма жойда мавжуд. ▪️11. Соғлик учун вақт топинг – бу ҳаёт хазинаси. ▪️12. Режалаштириш учун вақт топинг – бу олдинги 11 ишларни бажариш учун вақт топиш сиридир.

ЭТОТ СИРОП ТВОРИТ ЧУДЕСА! ⠀ Сироп солодки: 1 столовую ложку сиропа солодки развести в стакане не очень горячей воды и выпить на голодный желудок. Вся лимфа начинает разжижаться. И не удивляйтесь, если у вас начнет течь из носа к примеру. Через час все шлаки собранные и разжиженные солодкой соберутся у вас в кишечнике. ⠀ 1 столовую ложку энтеросгеля нужно запить стаканом воды. И только через 1,5-2 часа можно есть. Паста энтеросгель это самый лучший энтеросорбент, он выводит только всю грязь из организма и оставляет все витамины и минералы в организме. ⠀ Курс очищения нужно проводить 2 недели. В результате лимфа у вас будет идти снизу-вверх не 3 месяца, а пройдет за 2 недели. Благодаря этому рецепту у вас очистится кожа и улучшится здоровье, пройдет аллергия, нормализуется давление и много всего другого! ⠀ Ставь любую реакцию, если такие посты полезны ❤️

Очень полезные добавки в чай 🍵 Гвоздика. Благодаря ей, ваше дыхание будет свежим. Она поможет при головной боли. После тяжелого рабочего дня способна успокоить вашу нервную систему. 🍵 Чабрец. После сытного застолья выпейте чай с чабрецом, таким образом, ваше пищеварение пройдет легче. 🍵 Имбирь. Добавьте имбирь в чай если чувствуете, что заболеваете или замерзли. Он укрепит ваш иммунитет. 🍵 Корица. Чаем с корицей можно запить различные сладости, так как корица снижает сахар в крови. 🍵 Мята. Чай с мятой успокаивает нервную систему. Благодаря ей проще заснуть. А с утра вы будете чувствовать больше сил и энергии, чем обычно.

ЧЕСНОК ЧИСТИТ СОСУДЫ ОТ БЛЯШЕК И ТРОМБОВ? ⠀ Чеснок — это не только лишь народная медицина, но и одно из глубоко исследованных официальной медициной лекарственных растений, имеющих доказанные положительные эффекты ⠀ У гипертоников чеснок эффективно снижает как систолическое, так и диастолическое давление. ⠀ 💭Причем, у лиц с нормальным давлением от приема чеснока давление не изменяется. ⠀ Потребление чеснока нормализует обмен жиров и снижает как общий холестерин, так и «плохой» холестерин (ЛПНП), при этом увеличивая «хороший» холестерин (ЛПВП). ⠀ 💭Кроме того он замедляет окисление холестерина, именно окисленные формы холестерина современная медицина считает главными виновниками в росте бляшек в сосудах. ⠀ Чеснок эффективно замедляет не только склеивание тромбоцитов с образованием кровяных сгустков, но и обладает фибринолитическим эффектом — способностью растворять уже чеснок действует как мощный антиоксидант, а его соединения серы обладают противоопухолевыми свойствами. ⠀

#ибрат "Ўғлимнинг муҳтарам ўқитувчиси! …Мен ўғлимга ҳаётни бўяб-бежаб кўрсатишингизни истамайман. У ҳаётда ҳамма ҳам адолатли ва самимий бўлавермаслигини билиши шарт. Сиз унга ҳаётда аблаҳлар ҳам қаҳрамонларга айлантирилиши мумкинлигини, уқувсиз ва такаббур раҳбарларга ҳам содиқ ходимлар учраши мумкинлигини тушунтиришдан қўрқманг. Унга уқтирингки, модомики душманлари бор экан, демак дўстлари ҳам бўлади. Биламан, бунга анча вақт сарфланади, лекин имконингиз бўлса, унга ноҳалол йўл билан топилган ўн доллардан кўра, ҳалол йўл билан топилган бир доллар кўпроқ фойда келтиришини ўргатинг. Шундай таълим берингки, у ғалаба нашидасини суриш учун олдин ютқазиш аламини тотиб кўриш кераклигини англасин. Қўлингиздан келса, унинг табиатига ҳасад чанг солмаслигининг чорасини кўринг. Унга мақтанчоқ одамлар устидан ғалаба қозониш жуда ҳам осон бўлишини ҳис этишга шароит яратинг. Яна имконингиз бўлса, уни китобларга ошно қилинг… Шундай таълим берингки, у жасур, кучли, темир иродали йигит бўлиб улғайиш билан бирга, кўкдаги қушлардан, қирлар узра очилган гуллардан ва бу гуллардан бол йиғиб юрган асаларилардан, қўйингчи табиатнинг бетакрор гўзалликларидан таъсирлана оладиган нозик қалбга ҳам эга бўлсин. Шундай ўқитингки, у ҳаётдаги энг майда ҳолатлар юзасидан ҳам мулоҳаза қилиб кўришни ўргансин. Мен унинг шу кичик ёшиданоқ ҳаётда қаллоблик қилиб ғалабага эришгандан кўра, ҳалоллик туфайли омадсизликка учраш афзал эканини англаб етишини истайман. Уни атрофдагилар ҳар қанча ўз йўриқларига юргизишга уринишмасин, ўз шахсий фикрларида собит тура олишга ҳам ўргатасиз, деган умиддаман. Уни юмшоқ феъллилар билан – юмшоқ, қаҳрлилар билан қаҳрли бўлишга ўргатинг. Ўғлимга моҳиятни англамасдан туриб, ғалаба қозонганлар тарафига ўтиб кетадиган оломонга эргашмасликни уқтиришга ҳаракат қилинг. Уни ҳаммани эшитишга ва ҳар бир эшитганларини мулоҳаза қилиб, ҳақиқатни ажратиб олишга ўргатинг. Ўргата олсангиз, маҳзун вақтда кулиш кераклигига ўргатинг. Вақти келганда кўз ёши тўка билишни ва бунинг ҳеч уятли эмаслигини ўргатинг. Унга ўзига ортиқча зеб бермаслик кераклигини ўргатинг. Зарурат бўлга

анида ўз ақли ва танасидаги мушаклар кучини энг қиммат нархда сотиши мумкин-у, лекин ўлса ҳам юраги, руҳи, виждонини сотишга ҳаққи йўқлигини англатинг. Унга жасур бўлиш учун энг аввало сабрли бўлиш лозимлигини уқтиринг. Ўтда қаттиқ тобланган пўлатгина юқори сифатга эга бўлишини тушунтиринг. Унда ўзига ишонч ҳиссини шакллантиринг, шундагина у бошқаларга ҳам ишонч билан муносабатда бўлади. У билан юмшоқ, лекин ортиқча мулойимликсиз муомала қилинг. …Биламан, Сиздан истаётганларимни бажариш осон иш эмас, лекин, ҳар ҳолда сўраганларим орасидан қўлингиздан нима келишини ажратиб олсангиз ҳам бўлади. У ажойиб бола, яхши бола — менинг ўғлим!.. Балки у ҳам келажакда дунёнинг етакчи лидерларидан бўлар… Сизга чексиз ҳурмат ва ишонч билан Абраҳам Линкольн, 1855 йил". АҚШнинг ўн олтинчи президенти Абраҳам Линкольннинг беш ёшли ўғли Уильямнинг ўқитувчисига ёзган мактубидан парча Нишонига тегадиган гаплар фақат бизда: @nishondagi\_gaplar\_tegadi

Онамнинг ошхонаси. Сут қайнатаётганда қозонингга битта қошиқ солиб қўй, сут тошиб кетмайди. - Қолган овқатни ҳеч қачон алюмин идишда сақлама. - Эланмаган ундан хамир қорма, жигар тиқилиши шундан, болам. - Сувни тиндириб ишлат, тагидаги чўкмаси тошга айланади буйракда. - Гуручни увитишдан аввал обдон ўйлагин, бу қачонги гуруч? Эски йилникими, янгисими? Эски гуруч кўпроқ сувда туради, эзилмайди, палови танага роҳат, янги гуруч оз сув ичади, тезда эзилиши мумкин. Увитганингда озроқ туз сепишни унутма, бир донаси ҳам увол бўлмасин. Юваётганда силаб, сувини бир тарафлама тўк, кейин бу тарафидан оқиз. - Гуручни товоққа солиб яхшилаб елписанг, ялтираб пишади овқатинг. - Паловни сариқ сабзидан тайёрла, қизили чирой беради, суви кам. - Шолғомни таъми ёқмаса ҳам шўрва бн маставага солгин, балғамни давоси, ўпкани тозаловчиси у. Айниқса қовурилган маставада. Кубик қилиб тўғраб, қизил сабзи бн баробар солгин қозонга. Шўрвага эса қайнатганда фойдаси кўпроқ. - Турупни майда, кўм-кўк ранглисини танлагин, қарсиллаб турсин. Агар лағмон, ганпан қилсанг, турупни сомонча шаклида тўғрагин, игнадан ўтадиган ингичка бўлсин, иссиқ сувга солиб, туз сепиб, бир четга олиб қўй. - Паловга эса йирик тўғраб, сувга солиб келтиргин. Йўтални давоси, буйракни ҳам тозалайди. - Пиёзни ўртачасини олгин, қизил пиёзни қирсилдоқ пўстини ташламай, ажратиб тўплаб, сочингни ювсанг, қазғоқ тушмайди. Бош терламайди. Қизил пиёзни қизартирсанг, овқатингга ранг беради, аммо куйдириб юборсанг, ошқозонга, ичакка ёпишиб қолади. - Помидорни иложи борича пўстини арчиб ташлагин овқатга солсанг. Помидорни кесганингда эътибор бергин, ўртасида оқарган жойи бўлса, кесиб ташла, дори у, селитра. Кони зиён организмга. - Булғори қалампирни кесганингда узун, сомонча шаклида кессанг, салатингга фойда, кубик қилиб кессанг, овқатинг мазаси бошқача бўлади.Булғори қалампирни кўкидан кўпроқ хом еган одамни юрак қон томирлари кенгайиб, қон айланиши яхшиланади. - Картошкани қишда кўпроқ ейиш керак, крахмал бор таркибида. - Самсоқпиёзни узмагин рўзғордан. Оғриётган тишингга кесиб боссанг, оғриқ босилади. - Шўрва қилмоқчимисан? Қайнаётган сувга гўшт солма, хом

м сувга солсанг, ҳам суви, ҳам гўшти шифоли пишади. Қайнаётган сувга гўшт солсанг, шўрвани ранги хирароқ бўлади, мазаси ҳам бошқача. - Музлаган гўштдан шўрва қилмагин. - Лағмонни қайнаб турган намакобли сувга ташлагин, сув юзига сузиб чиқдими, ранги бироз сарғайиб, тамом, пишгани шу. Чўзма лағмонни назарда тутдим, сузиб ол.Агар меҳмон кутаётган бўлсанг, лағмонни совуқ сувда ювма, човлида сузиб, тахта устига ёйиб ташлаб, бироз ёғ бер. Ялтираб туради, ҳам ёпишмайди. - Лағмонни хамирини ҳамиша совуқ сувга қорсанг, кокилдай бўлади. - Тиндирилган хамир- таоми мазали бўлади. - Кўкатларни доим аввал тоғорачага совуқ сувга икки, уч қошиқ туз солиб, қолдиргин, 10-15дақиқа. Кейин яхшилаб ювиб ташласанг, зиёнмас, роҳатижон бўлади. - Райҳон,жамбил,шивит ҳаммасидан қишга ҳам худди шундай тозалаб,қуритгин. Қуригач,ичига қора ялпиз қўшиб сақлагин,қурт тушмайди,моғорламайди.- Қишга ёпаётган банкаларингни иложи борича офтобда қуритгин. Помидор,булғор қалампири,бодринг,ҳаммасини совуқ сувни оқизиб қўйгин. Кейин икра ёпсанг,отилмайди,эзилмайди,болам. Эзилган помидор,булғорилардан қоқи солгин. Балиқ пиширганда, еганда албатта тезда қўлни ювишни ўргат, балиқ ёғи соч, киприк, қошни оқартириб юборадия. - Гўштни тахтакачга қўйганингда эътибор бериб қарагин, чизиқлари бор, ўша чизиқлари кўндаланг тушсин тўғраганингда.- Ҳар қандай гўштни албатта аввал ювиб кейин ишлатишни одат қил. - Ошхонага бошингда рўмолинг, олдингда фартуғинг билан таҳоратли киргин.Эрнинг топиб келган ҳалол рисқингларни пок тайёрлаш сени қўлингда. Таҳоратли тайёрланган таомга шайтон зиён қилолмайди. Таҳоратсиз тайёрланган таомни қозони четида шайтон ўтиради пешоб қилиб кетармиш... Заҳарланиш, қусиш шундан бўлади, болам. - Машҳура Бегим.

#Хайрли\_кун ​​МАХФИЙ, АММО НИҲОЯТДА ҲАЙРАТОМУЗ МАЪЛУМОТЛАР 🍃 1) Инсоннинг кўзида шундай тўсиқ - парда борки, у фаришта ва жинларни кўришдан сақлайди. Ўлим вақтида бу парда кўтарилади. 2) Қўшиқ, ашула эшитаётган инсоннинг олдига шайтон ва жинлар бир лаҳзада етиб келади. Ва yлар одамнинг атрофида рақсга тушишади. Агар инсоннинг кўзидаги парда очилганда эди, манзаранинг даҳшатидан юраги ёрилиб кетарди. 3) Ҳар жума кунининг тонгида оламдаги барча жонзотлар Сур чалинишини кутиб қулоқ солиб турадилар... Эй Роббим! Хотимамизни гўзал қил! 4) 1997 йили Тинч океанининг тубида қаттиқ, шиддатли овоз пайдо бўлди... Унинг акс-садоси 5000 кмгача эшитилди... Бу овознинг келиб чиқиши, сабаби ҳозирги кунгача аниқланмади... 5) Оёғингиз увишиб қолган бўлса юрманг, қўлингиз увишган бўлса, унга тиранманг. Чунки ўзингиз билмаган ҳолда синиб қолиши мумкин. 6) Уялган ва ғазабланган вақтда юз қизаришининг сабаби— тинч, меъёрда турган асаб толаларининг вақтинча фалаж, шол бўлиши— томирларда одатдагидан кўп миқдорда қоннинг ҳайдалишидир. 7) Инсон зим - зиё, зулматда 3 кундан кўп қолиб кетса, бир умрга кўр бўлиб қолади. 8) Уйқуда йиқилиб тушиб, сесканиб кетсангиз, билингки: бу сизни уйғотиш учун ақлингизнинг ўйлаб топган тушдир... Чунки аъзоларнинг функцияси тўхтаб қолиш ва ўлиб қолиши ҳеч гап эмас. 9) Инсон вафот этган пайтда бош миянинг чап қисми яна 7 дақиқагача актив бўлади, бу ҳолатда барча хотиралари бирма- бир кўз олдига келади. Лекин худди тушда бўлганидек уларни кетма-кетлигини бошқара олмайди. 10) Шундай ҳаётий тажриба бор, агар эшитишни истасангиз ичингиз сўйлайди (гапиради)... Қулоқларингизни ёпинг, диққат қилинг! Ичингиздан сас келади... 11) Инсон организмидаги тириклик тизими, ҳар куни камида биттадан хужайрани йўқ қилади... Агар бу хужайралар яшаса, саратонга айланиб кетади... Ҳамиша «Субханаллоҳ» (Аллоҳ айбу нуқсонлардан пок)

16 августа 1943 года жители Коммено спали после празднования дня Богородицы и свадьбы односельчанина. Сразу после рассвета, каратели из батальона «Эдельвейс» открыли по селу огонь из миномётов и пулемётов. Ублюдки бросали в дома гранаты и затем добивали выживших. Молодожёны и ещё 30 человек их родственников и гостей были сожжены в двухэтажном доме. Живот беременной женщины распороли, а плод положили рядом. Двух семимесячных младенцев убили, засунув им в рот смоченную в бензине вату , которую затем подожгли. Нескольких малышей прибили гвоздями к дверям домов. Выживших, в большинстве своём детей, собрали на площади села и расстреляли. После восьмичасовой резни каратели устроили пьянку. На следующий день в Коммено нашли трупы 317 человек, в том числе 97 младенцев и детей до 15 лет, и 119 женщин. ❗️14 февраля 2023 года гнида своим указом присвоил «почётное» наименование «Эдельвейс» 10-й отдельной горно-штурмовой бригаде ВСУ. Россия сейчас - подписаться

Соҳибқирон Амир Темур нолдан " Буюк Темур императорлигини" якка ўзи қурди. Уч қитъани қитъани титратди. 27та Султонни тиз чўктирди. 20 та буюк юриш қилиб, тамомила ғалаба қозонди. Қилган юзлаб урушнинг ҳеч бирини қўлдан бой бермаган ва тарихга исми " Енгилмас Хоқон" бўлиб битилди. Соҳибқирон Сибирнинг минус 40 даража совуғида, Ҳиндистоннинг 60 даража иссиғида бирдек жанг қилган. Қатнашган ҳеч бир жангини қўлдан бой бермаган, енгилмаган. Юриш қилган худуд масштаби 40 миллион kmни ташкил этган. Бу бутун Осиё худудидир. Европанинг ҳамма қиролларидан тобеълик мактубларини олган ва бариси унга бож тўлаган. Усмонлининг уч маротаба ололмаган Измир шахрини 7кунда босиб олди. Чингизхоннинг ололмаган ерларини осонликча олди, Искандар Мақдуний олти йилда олган Ҳиндистонни 12 ойда титратиб тиз чўктирди. Фақат душманлар Искандарни буюк, Темурни эса варвар деб атадилар. Хеч бир кимса уни енгилди деб ёза олмади. Чунки тарих уни енгилмас бўлганини исботлаб қўйибди. Соҳибқирон бобомизнинг руҳи шод бўлсин! P.S. ЎЗЛИГИНГНИ УНУТМА!

#Кўринг\_йиғламанг Дунёни ларзага солган 1 дақиқалик филм😢 🔴3 ёшда: Менинг онам ҳаммадан яхши! 🔴10 ёшда: Онажон сизни яхши кўраман! 🔴15 ёшда: Она менга бақирманг 🔴18 ёшда: Ўзим ҳам биламан, ақлим етади! 🔴30 ёшда: Онамни энди тушундим 🔴35 ёшда: Онамжонимни кўргим келяпти 🔴50 ёшда: Сизни йўқотишни хоҳламайман онажон! 🔴70 ёшда: Онамни яна бир марта кўриш учун боримни берар эдим! П/с: Онангиз ҳаётлигида қадрига етиб хизматини қилинг, хурсанд қилинг. Эртага уни юзига бир марта қарашлик орзу бўлиб қолмасидан олдин (Фарғоналиклар 24 га қўшилинг👇) ➥ https://telegram.me/+LoWNAfX7elUyMDgy

Турамирзо Орипов ЭНГ КАТТА ХАТАР Унинг нима эканлигини биласизми? У ҳақда ҳеч фикр қилганмисиз?.. Бу биз учун душманларнинг энг ашаддийси бўлган ўз нафсимиздир! Дарҳақиқат, исломнинг жавҳари нафсни поклаб, уни тарбиялашдан иборатдир. Бу билан башарий нафснинг атвори бўлмиш худбинлик, кибр ва дунё зийнатларига боғланиб қолиш каби иллатларга барҳам берилиб, банда ҳақиқати табиатига мажбуран сингдирилган Аллоҳ таолога бўлган убудият меҳробига ўз ихтиёри билан киради. Шундагина кишининг сулуки нафсининг Аллоҳ таолога бўлган убудиятининг самараларидан бири бўлиб, уларнинг бири бошқасини тасдиқлайди. Бир-биридан жирканиш ўрнини ишончли дўстлик ва биродарлик муҳаббати эгаллайди. Натижада нафснинг одамлар устидан бўлган сохта кибри ўрнини Аллоҳ таолога бўлган бандалик қилиш қонунига бўйсуниш эгаллайди. Нафс мангулик диёри бўлмиш охират ҳаёти учун кўприк бўлган бу дунёнинг ҳақиқатини англаб етиб, фонийлик ҳовлисининг ўткинчи нарсаларига ёпишиб олмайди. Бундай нафс дунёнинг яхшилик ва неъматларидан Исломнинг ҳақ манҳажида юриш ҳамда Аллоҳ азза ва жалланинг розилигига етиш учун лозим даражада истифода қилади. Натижада мазкур нафс ҳақиқати билан мусулмонлар орасида ўзаро иноқлик ва бир-бирига ёрдам беришни кучайтирувчи исломий сулук ўртасида уйғунлик вужудга келади. Шунда нафс «ислом ходимлари» ўртасида бир-бирига хусумат қилиш ва ўзаро келиша олмаслик сабабларини кўрмайди. Ўшанда уларнинг ораларида ҳасад ва адоват бўлмайди. Уларнинг ўрталарини дунё ва унда мусобақа қилиш, унда бош бўлиш васвасаси ажрата олмайди. Буларнинг барчаси уларда енгилмас куч-қувватни, бўлинмас бирликни ҳосил қилади. Аллоҳ таоло уларга ҳақ ва равшан нусратини беради. Улар ўз диёрларида азиз, мукаррам ҳолда тинч-омон яшайдилар. Муҳаммад Саид Рамазон Бутийнинг “Яширин гуноҳлар” китобидан.

• Бойлар билан ўтирганнинг дунёга ҳаваси ортади; • Фақирлар билан ўтирганнинг шукур қилиши ортади; • Амирлар билан ўтирганнинг кибри ортади; • Аёллар билан ўтирганнинг уларга мойиллиги ортади; • Болалар билан ўтирганнинг ўйинга мойиллиги ортади; • Гуноҳкорлар билан ўтирганнинг гуноҳга журъати ортади; • Солиҳлар билан ўтирганнинг ибодатга ҳаваси ортади; • Олимлар билан ўтирганнинг эса тақвоси ва илми ортади. Ким билан бирга бўлиш ўзингизнинг ихтиёрингизда! БИЗГА ҚЎШИЛИНГ👇👇👇👇👇👇👇👇👇👇👇👇 👉@Chortoq\_Manaviyat

Жанубий Африканинг собиқ раҳбари Нельсон Мандела ўз эсдаликларида ёзади: “Давлатга раҳбар бўлганимдан сўнг шаҳар айландим. Бир ошхонага кирдик. Ҳамма жойлашиб, маъқул овқатини буюрди. Таомни кутиб турган пайтимиз кўзим бир четда ўтирган кишига тушди. У ҳам кутиб турганди. Бояги кишини чақириб келишларини буюрдим. У киши келди. Ёнимга ўтиришини айтдим. Таом келди. Бирга жим овқатлана бошладик. Ҳалиги киши тер тагида қолди. Қўллари қалтирар, юзидан тер шариллаб оқар, овқатини оғзига олиб бора олмас эди. Овқатдан сўнг у киши кетди. Шунда танқўриқчим менга: “У киши касал шекилли. Тузук овқат ея олмади”, деди. Мен: “Йўқ! У касалмас. У мен қамалган қамоқхона қўриқчиси эди. Кўпинча менга азоб беришгандан сўнг чанқаб, сув сўрардим. Ҳар сафар шу киши келиб устимдан бавл қиларди. У бугун менинг қамашим ва унга ҳам шундай азоб беришимдан қаттиқ қўрқди. Аммо бу менинг ахлоқим эмас. Чунки қасос давлатни бино қила олмайди. Халқларни бино қиладиган нарса авфдир”, дедим. 📖 Telegram.me/IBRATLI - Дунё сабоқлари

Ўзбекистон Республикаси Президентининг тегишли фармонлари билан: – Саида Шавкатовна Мирзиёева Ўзбекистон Республикаси Президентининг ёрдамчиси лавозимига; – Азиз Юлдашевич Магрупов Ўзбекистон Республикаси Президентининг ёрдамчиси лавозимига; – Равшан Аюбович Гулямов Ўзбекистон Республикаси Президентининг иқтисодий ривожланиш масалалари бўйича маслаҳатчиси лавозимига; – Алишер Саидаббасович Султанов Ўзбекистон Республикаси Президентининг энергетика хавфсизлиги масалалари бўйича маслаҳатчиси лавозимига; – Шухрат Мадаминович Ғаниев Ўзбекистон Республикаси Президентининг аграр ривожланиш масалалари бўйича маслаҳатчиси лавозимига; – Музаффар Муротович Камилов Ўзбекистон Республикаси Президентининг дин ва миллатлараро муносабатлар масалалари бўйича маслаҳатчиси лавозимига; – Ғофуржон Ғаниевич Мирзаев Ўзбекистон Республикаси Президентининг кадрлар сиёсати масалалари бўйича маслаҳатчиси – Ўзбекистон Республикаси Президенти ҳузуридаги Давлат хизматини ривожлантириш агентлиги директори лавозимига; – Дониёр Бахтиёрович Кадиров Ўзбекистон Республикаси Президентининг ҳуқуқни муҳофаза қилувчи ва назорат органлари фаолиятини мувофиқлаштириш масалалари бўйича маслаҳатчиси лавозимига; – Комил Исмоилович Алламжонов Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси Ахборот сиёсати департаментининг раҳбари лавозимига; – Одил Қаландарович Абдурахманов Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси Ижтимоий ривожланиш департаментининг раҳбари лавозимига; – Кахрамон Кучкарович Куранбаев Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси Ёшлар сиёсати департаментининг раҳбари лавозимига; – Алишербек Азизович Пайгамов Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси Ташқи алоқалар департаментининг раҳбари лавозимига; – Нодиржон Абдуқундузович Абдурахимов Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси Режалаштириш ва ахборот таъминоти департаментининг раҳбари лавозимига; – Уткиржон Ғайратович Кодиров Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси Ҳудудлар билан ҳамкорлик қилиш ва таҳлилий

Боболаримиз Амир Темур ва Жалолиддин Мангубердининг жасорати ва ватанпарварлигини ёшлар онгига сингдиришга алоҳида эътибор қаратилмоқда---------- ушбу сўларни ниқоб қилиб, Мустақил армиямизни қайта ислох қилишми?, бу билан яна 32 йил орқага қайтишми?. , Мансабпарастлик сўзлар билан Қуроллик кучларда харбий таълим - тарбия ўзгарадими?. ...... ХЕЧ ҚАЧОН --- бу билан ТАРБИЯ- ТАЪЛИМ ЮЗАГА КЕЛАДИ. Шунинг учун АСЛИ ХОЛАТИДА ҚОЛИШИ УЧУН ТАРАФДОРИМАН. А. Темур даврида лейтенат, капитан, майор, подполковник ,,,,,, харбий унвонлар бўлмаган, Фақат ўнликлар, юзликлар ва минглик лардан фойданилган. Менинг - сўз тушунчасини ўзга яраша ўрни бўлса керак. Яни: -менинг Дадам , Онам ------ негаки ўшалар сабабли инсон дунёга келади; -менинг укам, акам, синглим,опам -негаки улар ўз ота- онаси сабабли дунёга келади; - Менинг амаким, холам, аммам ёки уларни фарзандлари жинсига қараб Ака , ука, сингил, опа бўлиши мумкин---- негаки ота- онанинг яқин қариндошлари. - Бозордан, магазиндан ěки шахсандан нима бўлишидан қатий назар нарса( буюм )харид қиламиз ёки олмамиз ўша нарса сизники бўлади. Шунинг учун қўрқмасдан ---- Менинг дейсиз. АРМИЯда - Қурол- аслахалар, ўқ- дорилар, харбий техникалар ва воситалар харбий хизматчига уни шахсий имзоси остида бириктирилади. Шунинг учун харбий хизматчи қўрқмасдан МЕНИНГ ҚУРОЛИМ ЁКИ ТЕХНИКАМ ....... х.з ДЕЯ ОЛАДИ. ЭР ВА ХОТИН БЎЛИШЛИГИ УЧУН ҚОНУНИЙ ЗАГСда хал бўлади.Будай холатни хаммамиз яхши биламиз.Шунинг учун Менинг хотиним( турмуш ўртоғим) бўлса керак. НИМА ЭНДИ ---- ХАРБИЙ МАНСАБ ВА УНВОНЛАРНИ АҚИЛ ЗАКОАТИ КИМ БЎЛИШИДАН ҚАТИЙ НАЗАР ЮҚОРИДА КЕЛТИРИЛГАН МИСОЛЛАРГА ЎХШАБ НАРСА , БУЮМ. ВОСИТА БЎЛАДИМИ ЁКИ ОИЛАГА НИСБАТАН ЯҚИНЛИК БЎЛАДИМИ-----ИМЗО ОСТИДА БРИКТИРИБ ҚЎЯЙЛИК. НЕГАКИ -----МЕНИНГ СЎЗ ИБОРАСИГА АСОСЛАНИБ

Ассалому алейкум хурматли дустлар , устозлар. Подполковник Исмоилов Нозимжон акани фикрга кушиламан. Таклиф : шу Куролли Кучларимиздаги мавжуд низомларга узгартириш киритаетган МУТАХАССИСЛАР , харбий округлар микесида соглом бахс-музокоралар утказилса чиройли иш булар эди. Менинг сержантим( бу иборани сержантнинг хотини ишлатса булади) буйсунувчи харбий хизматчига , айникса эркак кишига бу ярашмайди. Урток сузи собик иттифокники булса , менинг капитаним бу туркларники. Хуллас бу ерда гап куп, бу гирт ахмокгарчилик..

Шундоқ хам аввалдан бизнинг ўзбек миллатимизда ота боболаримиздан мерос бўлиб қолган ТАРБИЯ, УРФ ОДАТИ бошқа давлатларникига қараганда ўта яхши ўрин ОЛГАН.ФАҚАТ УНИ ЖАМИЯТДА ЯХШИ НАЗОРАТ ҚИЛИБ ТУРИШ КЕРАК ХОЛОС. Шунинг учун ўша таклиф берган мутахассисларга ТАКЛИФИМ шундан иборатки, МАНСАБПАРАСТ ЁКИ УНВОНПАРАСТ ТАРБИЯ ЎРНИГА ---ХАРБИЙ ТАЪЛИМ БИЛАН ШУҒУЛАНИШЛАРИНИ ЯНИ КОИНОТ ЧЕКСИЗ --- УЧИБ БОРАДИМИ ЁКИ ПИЁДА БОРАДИМИ ФАРҚИ ЙЎҚ ХОХЛАГАН ЖОЙИГА БОРИБ ---- ДУНЁДАГИ ЭНГ ЗЎР ЎЗБЕК РАКЕТАЛАРИНИ,, САМАЛЕТЛАРИНИ,ДРОНЛАРИНИ... х.з ихтиро қилганда эди, бош эгиб тазим қилар эдим.

----------------------------------------------------------------------------------------------------

Ҳурматли фахрийларимиз, қадрдон дўстлар! Мунозаралар давомида зиёли инсонлар сифатида "мунозара маданияти"ни сақлашга чақираман. "Бачкана", "Маддохлик", "Абсурд", "Ахмоқгарчилик", "Бемаънилик" деган сўзлардан фойдаланмасдан уларнинг маданият чегарасидаги синоними бўлган сўзлардан фойдаланиш мақсадга мувофиқ бўларди.

Биз ёши катта кексалар, шу жумладан ҳарбий фахрийлар ҳам, одатда жуда консерватив бўламиз ва ўзимиз ўрганиб қолган эски тартиб ва қоидалардан воз кечишимиз жуда қийин бўлади. Лекин, шундай бўлсада, Президентимизнинг маънавий ҳаётимизни, бу йўналишда олиб бораётган сиёсатимизни, бугун шиддат билан ўзгариб бораётган замон билан уйғун ва ҳамоҳанг ривожлантириш мақсадида бизнинг ўзлигимиз, ҳаёт ва тафаккур тарзимизнинг ифодаси бўлган миллий қадриятларни кўз қорачиғидек асрашимиз зарур деган ўгитлари миллатимиз учун, хусусан биз фахрийлар учун, дастуруламал бўлиши шарт. Шунинг учун Мудофаа вазирлиги томонидан Қуролли Кучларимизда маънавий янгиланиш йўлида таклиф этилаётган ва бу ерда муҳокама қилинаётган масалалар бўйича биз, Мудофаа вазирлиги фахрийлари, юртимизнинг энг ватанпарвар инсонлари сифатида қуйидагиларга эътибор беришимиз керак: 1. Ўзбек халқи сингари буюк 4 минг йиллик тарихга эга халқ дунёда кам. Биз буюк империялар қурган (шу жумаладан ўзга юртларда ҳам), инсониятга кўплаб фанларни, шу жумладан жаҳонда бугунги тараққиётнинг драйвери бўлган ахборот (IT) технологияларнинг асоси бўлган алгоритмни, Ғарб ренессансининг асоси бўлган Шарқ ренессансини ҳамда ислом маданиятини берган берган миллатмиз. 2. Биз юнонлар, хитойлар, ҳиндлар сингари қадим тарихга ва юксак қўҳна маданиятга эга халқмиз. Бу билан фахрланишга, ғурурланишга ҳақлимиз. Мустақилликка эришилмасдан илгари ушбу буюк тарихимизни қай даражада билар эдик, деган саволга жавоб берсак, истиқлол йилларида миллий маънавиятимиз қанчага ўзгаргани яққол сезилади. 3. Биз миллий маънавиятимиз тиклангани ва юксалгани туфайли тарихан қисқа даврда сиёсатда ва иқтисодиётда юксак натижаларга эришдик. Ўтган давр чинакам маънавий тикланиш ва юксалиш даври бўлди. Маънавият бамисоли тоза ҳавога ўхшайди. Ҳаво ҳамма жойни қамраб олгани сингари маънавият ҳам жамият ҳамда кишилар ҳаётининг барча соҳаларини ишғол этади ва этиши керак. Миллатнинг маънавий даражаси қандай бўлса, мамлакатнинг ижтимоий-иқтисодий ҳолати хам шунга мос бўлиб бораверади. Чунки маънавият мамлакат ҳар бир фуқарос

сининг фикри, дунёқараши, ҳаётга муносабати, бир-бири билан ўзаро муносабати, иймон-эътиқоди, виждони, ор-номус туйғуларининг мужассами сифатида намоён бўлади. 4. Донишманд халқимиз “ҲУРМАТ ҚИЛСАНГ ИЗЗАТ ТОПАСАН!” дейди ва унинг бу гапларида катта ҳикмат борлигини барчамиз, хусусан биз, ёши кексалар, яхши биламиз. Ҳар биримиз беқиёс маданиятни мерос қолдирган улуғ аждодларимизга муносиб ворис бўлишимиз ва улардан бизга қолдирилган қадриятларни ҳақиқий фарзандлик бурчимизни бажарган ҳолда биздан кейинги авлодларга бекаму-кўст қолдиришимиз керак. Чунки бунинг акси сифатида ўзини юксак маданият эгаси санайдиган айрим мамлакатлардаги ахлоқ бобидаги вазият қанчалик таназзулга тушиб қолгани, маънавияти тубанлашганини биз яққол кўриб турибмиз. 5. Аждодларимиз ардоқлаган қадриятларда кўп асрлик турмуш тажрибаси мужассамлиги, катталарга ҳурмат кўрсатиш, кичикларни иззат қилишда, теран ҳикмат мавжудлигини ҳисобга олган ҳолда Қуролли Кучларимизда мурожаат қилиш тартиби бўйича таклиф этилаётган лойиҳада эски тизимдан бизга “мерос” бўлиб қолган, миллий ўзлигимиз ва бой маданий тарихимизга хос бўлмаган “Ўртоқ” деган атаманинг ўрнига “Менинг” атамасини жорий этилиши, ҳарбий хизматчиларнинг командирлари ва бошлиқларига нисбатан мурожаатларида “Менинг қўмондоним”, “Қўмондоним”, “Менинг командирим”, “Командирим”, “Сержантим” каби иборалардан фойдаланиши ўз командири ва бошлиғига бўлган яқинлик ва мустаҳкам ишонч ҳиссиётларини кучайишига, командир ва бўйсунувчилар ўртасида ўзаро ҳурмат ва бир-бирига яқинликни кучайтиришга, бошқарув органлари, ҳарбий қисм ва муассасалардаги, умуман ҳарбий жамолардаги ўзаро муносабатларни бизнинг миллий маданиятимизга тўлиқ мослаштиришга ҳамда жамоалардаги барқарор ижобий маънавий-ахлоқий муҳитни яратишга хизмат қилишига аминман.

6. Ҳарбий хизматчиларнинг мурожаат қилиш ва саломлашиш тартиби бўйича ишлаб чиқилган таклифлар бугунги кунда вазирлик тизимидаги 3-4та ҳарбий қисмда эксперимент тариқасида синовдан ўтказилмоқда ва унинг натижаларига қараб якуний хулосалар қилинади. Ҳурмат билан, Мудофаа вазирлиги фахрийлари марказий кенгаши раиси истеъфодаги полковник Абубакир Наврузов.

РАК ҲУЖАЙРАЛАРИНИ ЎЛДИРУВЧИ ШАРБАТ 27 августа 2023 Австриялик Рудолф Бройс бутун ҳаётини саратон касаллигини даволашнинг энг самарали ва табиий усулларини топишга бағишлади. У саратонг қарши ажойиб натижа берадиган ноёб шарбат рецептини топди ва 45 000 дан ортиқ одамни даволади Саратон ҳужайралари кўпайиши, ривожланиши учун оқсил жуда ҳам зарур. Лекин ушбу шарбат саратон ҳужайраларини очликда нобуд қилади Махсулотлар куюидаги нисбатда олинади: 55% Қизил лавлаги 20% Сабзи 20% Селдерей 3% Картошка 2% Редиска Шарбатни тайёрлаш жуда осон. Бунинг учун маҳсулотлар юқоридаги нисбатда олинади ва сок чиқариш аппаратида аралаштириб шарбат ҳолатида сузиб олинади. Янги шарбат 42 кун давомида чой билан ичилади. Инсон организмида саратон ривожланишининг илк боскичлари сезилмайди. Шу сабабли ушбу доривор шарбат барча соглом инсонларга хам фойдали хисобланадиюю Шу кунгача ушбу шарбатдан бошлангич ва урта даражада саратонга чалинган 54 000 инсон шифо топди. Манба: https://dzen.ru/a/XiJ-QEP9wACtZE\_h

ТАРЖИМАИ ҲОЛИМ Мен бир минг тўққиз юзу ўттиз олтинчи йилнинг… Йўқ, мен таржимаи ҳолимни туғилган кунимдан эмас, илгарироқдан бошлашим керак экан. Менинг дунёга келишим тарихи бундай бўлган: минг тўққиз юз ўттизинчи йилда тошкентлик ёш ишчи Каримжон йигирма бешмингчилар қаторида коллективлаштириш ишида қатнашиш учун Фарғонанинг Олтиариқ районига сафарбар қилинади. У оиласи – хотини, чақалоқ қизи, ўн беш ёшлик синглиси билан Олтиариққа кўчиб боради. Ўша пайт Тошкент педтехникумининг сиртқи толибаси бўлган синглиси Розияхон тез орада география ўқитувчиси дипломини олади ва қишлоқ мактабида дарс бера бошлайди. Тақдир қизни бу ерда ёш муаллим Чўянбой Воҳидовга дуч қилади ва бу никоҳдан… Мана энди таржимаи ҳолимни бошласам бўлади. Мен бир минг тўққиз юз ўттиз олтинчи йилнинг йигирма саккизинчи декабрида Фарғона вилоятининг Олтиариқ туманида қишлоқ ўқитувчилари оиласида туғилганман. Бу оилада биринчи фарзанд қиз бўлиб, у гўдаклигида зотилжамдан ўлган экан. Укам Элбурсни эслайман. Мендан уч ёш кичик эди. Қизамиқ билан оғриб икки яшарлигида ўлган. Отамни Олтиариқнинг ўқимишли, обрўли одамларидан бўлган деб эслашади. Ундан дарс эшитган, шогирд бўлган, бирга ишлашган одамлар мен ҳар гал қишлоққа борганимда – ҳозир энди у ер шаҳар типидаги туман – отамнинг ишларини, гапларини хотирлаб айтиб беришади, қувноқ, дилкаш, сўзга чечан одам бўлган дейишади. У тарих муаллими, сўнг партия, совет ташкилотларида ишлаган. Ватан урушининг дастлабки йилларида фронтга кетиб, бош миясида осколка жароҳати ва ўпка шамоллаш касали билан қайтиб келди, минг тўққиз юз қирқ бешинчи йилда ўттиз уч ёшида Тошкентда Олмазордаги касалхонада вафот этди. Бир йилдан сўнг онам ҳам дунёдан ўтди. Икки қисқа умрнинг ёлғиз ёдгори бўлиб мен тоға қўлида қолдим. Урушдан аввалги даврдан кўз олдимда қолганлари: отам Марғилонга ишга тайинланган эди. Кеч куз ёмғир билан қор аралаш ёғиб турганда Олтиариқдан Марғилонга кўчганмиз. Занжирғилдиракли тракторга прицеп уланган, унга юкларимиз, шкаф, сандиқ, кўрпа-тўшаклар ортилган эди. Йўлда прицепнинг ғилдираги ариққа тушиб кетган ва юкларимиз ағдарил

лган эди. Мен онам, эмизикли укам билан кабинада ҳайдовчи ёнида ўтирган эдик… Тол новдасидан ясаб олган «тойчоғим»ни миниб билқиллаган иссиқ тупроқ кўчада чанг кўтариб чопиб юрганларимни эслайман. Отам фронтда эканида онам қишлоқ советида секретарь вазифасида ишлар, қийинчилик билан кун кечирар эдик. Жўхори поясини шимиб тилимни қонатганим, болаларга қўшилиб кунжара еганим учун онам юзимга шапалоқ ургани ва ўзи кечгача йиғлаганини унутмайман. Ўйлаб қарасам, болалик хотираларимнинг кўпчилиги шеърларга, достонларга кўчган экан. «Нидо», «Қуёш маскани» поэмалари, «Болалик», «Оқсоқол», «Болалик экан-да…» шеърлари ўша мурғак тасаввур, илк хотираларнинг меваси бўлган. Тошкентда кечган болалик ва ўсмирлик йилларимдан қолган энг ёрқин эсдаликлар Островский номли пионерлар саройидаги шоир Ғайратий тўгараги ва тоғамнинг хонадонида бўлиб турадиган адабий суҳбатлар билан боғлиқ. Тоғам касби юрист бўлса ҳам адабиёт ва санъатга қизиққан, шеъриятни нозик тушунадиган киши эди. Уйимизга шоир Чустий, хонандалар ака-ука Шожалиловлар, Маъруфхўжа Баҳодиров, кенг билим эгаси бўлган олим, таржимон Алихон Соғуний тез-тез келиб туришар эди. Менинг шеъриятга қизиқишимни сезган тоғам бу суҳбатлардан мени ҳам баҳраманд қиларди. Оддий почта хизматчиси Мулла Шукуржон ака, савдо ходими Акмалхон акаларнинг зукко баҳсларига маҳлиё бўлиб ўтирар эдим. Улар Ҳофиз, Навоий, Бедил, Фузулий байтларини таҳлил қилиб, ҳар бирлари ўзларича талқин бериб ўтиришарди. Бу суҳбатлар ичкиликсиз, фақат шеър ва қўшиқ кайфи билан, аския завқи билан музайян бўларди. Афсуски, бундай давралар энди камайиб, йўқолиб бормоқда. Пионерлар саройидаги адабиёт тўгарагига қатнашиб юрган вақтимда «Муштум» журналида биринчи шеърим босилди. Шеър тагига 22-мактаб 7 «а» синф ўқувчиси деб исм-фамилиям ёзилган эди. Тўгарак ҳақидаги таассуротим устоз Ғайратий тўғрисида ёзган хотираларимда баён қилинган.

Эллик бешинчи ва олтмишинчи йилларни ўз ичига олган «олтин даврим» талабалик умримнинг унутилмас ва ўзлигимдан йироқлашмас бир қисмидир. Бу йилларда биринчи шеърлар китобим «Тонг нафаси» ёзилди, Сергей Есенин шеърларидан таржималар қилдим. Ёзувчилар Союзининг ёш ижодкорлар семинаридаги қизғин баҳслар, улуғ устозлар Ойбек, Ғафур Ғулом, Абдулла Қаҳҳор, Миртемир, Шайхзодалар билан илк мулоқот ва учрашувлар, университет даргоҳидаги адабий муҳит ҳаётимда ўчмас из қолдирди. 1960 йилда университетни тугатиб «Ёш гвардия» нашриётига ишга кирдим. 1963 йилда бадиий адабиёт нашриётига ўтиб, то 1970 йилгача муҳаррир, бўлим мудири вазифаларида ишладим. Бу ўн йил ичида менинг еттита шеърий китобим, Есенин, Украинка, Светловдан қилган таржималарим босилиб чиқди. Ҳамза номли академик театрда «Олтин девор» (1969) комедиям қўйилди. 1970 ва 1975 йиллар орасида буюк немис шоири Иоганн Вольфганг Гётенинг «Фауст» трагедиясини ўзбекчалаштирдим. Бу давр ичида ҳеч бир идорада ишламадим. Бор вақтим, кучим, имкониятимни шу ишга сарфладим. Умуман, жаҳон адабиётидан, рус классиклари, Совет адабиёти намуналаридан қилган таржималаримни торозунинг бир палласига қўйиб, ўз асарларимни бошқа паллага қўйсам, таржималар оғирлик қилса ажаб эмас. Бу меҳнат менга адабий қардошлик бурчини адо этиш баробарида бебаҳо ижодий тажриба, катта сабоқ мактаби ҳам бўлди. 1975 йилда «Ёш гвардия» нашриётига бош муҳаррир ўринбосари вазифасига тайинланган бўлсам, ўтган ўн икки йил давомида аввал ўша нашриётда бош муҳаррир, сўнг янги ташкил қилинган “Ёшлик» журналида редактор бўлиб ишладим, ниҳоят Ғафур Ғулом номли адабиёт ва санъат нашриётида директорлик вазифасини ҳам адо этдим. Бу давр ичида ўндан зиёд китобим босилиб чиқди, республика Ёзувчилар союзининг Ҳамид Олимжон номли мукофотини, Ҳамза номли Ўзбекистон давлат мукофотини олдим, «Халқ шоири» унвонига мушарраф бўлдим. Бундай қараганда, битта шоир қилиши мумкин бўлган ишни қилиб қўйгандекман. Лекин ҳеч қачон ўз қилган ишимдан кўнглим тўлган эмас. Ҳамиша ёзганимдан ёзадиганим муҳимроқ ва азизроқ туюлади. Мен

н ижодий меҳнатни фаол жамоат ишлари билан қўшиб олиб боришдек шарафли вазифа юкини доимо елкамда ҳис қиламан. Одамларга фақат шеъринг эмас, ўзинг ҳам кераклигингни сезиш – бу катта бахт. Шунинг учун ҳам жамоат меҳнатидан ҳеч қачон ўзимни олиб қочган эмасман. Қайноқ ҳаёт ичида яшаб, ишлаб ўрганганман, гўшанишинлик табиатимга бегона. Таржимаи ҳолим борича ёзган шеърларимга, юрган йўлларимга, ҳаётимда учратган одамларга сочилган. Мана бу икки сатр ўйлаб топилган эмас, балким кўнгилдан чиққан сўзлар: Одамлар, сиз менинг ҳаётим, Ҳар бирингиз умрим парчаси. ✍️Ўзбекистон халқ шоири Эркин Воҳидов, 1987 йил Эркин Воҳидов ҳаёти ва ижоди ҳақидаги маълумотларни интернет орқали қуйидаги саҳифалардан кузатиб боришингиз мумкин: 👇👇👇 🌐 www.facebook.com/evohidov 🌐 www.t.me/Erkin\_Vohidov 🌐 www.erkinvohidov.com

МЕН КЕТСАМ! Ортимда қоляпти мустахкам давлат, Тинч ўлка майсали гуллаган боғлар, Осмон ўпар бинолар юртимга савлат, Ҳаққимга дуо қилинг соғинган чоғлар. Ёши улуғларга ҳурматда бўлинг, Ёшларни эъзозланг бўлинг иззатда, Сизлар учун давлат яратиб қўйдим. Умрингиз ўтсин рохат фароғатда. Менга сира уйқу бермади тарих, Хар кеча чорлади Темур ноласи, Ўйландим, изландим, яратдим қомус, Хеч кимдан кам эмас ўзбек боласи. Кимгадир ёқмади қилган ишларим, Шундаям ахдимда бардавом турдим. Кўзимни юммасдан кўрдим тушларим. Халқ учун йиғладим ,халқ учун кулдим. Мен кетсам кузатинг йиғламай шодон, Душманим йиғласин дод солиб қолсин. Мендайин рақиби кетмоқда уни, Сиз учун тинч давлат шодликлар қолсин. Ҳалқ учун жон берди Исломи деманг, Бутун бир умрини хар бир онини. Керак бўлса сизга беради ҳали, Шогирдим Шавкатим сизга жонини. Соғинган пайтингиз зиёрат қилинг, Мен билан бир жойда Темур бобомлар. Бир сўзни дойимо хақиқат билинг. Дунёга устунмас кетар одамлар! 📓-Камронбек Исмоилов. ✨ 𝐓𝐞𝐥𝐞𝐠𝐫𝐚𝐦 | УМР ЙЎЛЛАРИ!

Бир киши бир чўпоннинг ёнидан ўтиб кетаётиб, ундан сўради: - Эй чўпон, нималарни ўргангансан? - Беш нарсани ўрганганман, сен ҳам беш нарсани ўргатиб қўйсанг, илмим ортарди. - Нима экан у беш нарса? - 1) Рост турганда ёлғонни ишлатмайман; 2) Ҳалол турганда ҳаромга қадам босмайман; 3) Ўзимда айб бўла туриб, ўзгалар айбини гапирмайман; 4) Мени кўриб турган Аллоҳга осийлик қилмайман; 5) Кунимга яраб турган неъматга нонкўрлик қилмайман. - Сен олдингилару, кейингиларнинг илмини эгаллаб бўлибсан. Шу беш илмингга амал қилиб юравер. Дунёда улардан ортиқ илм йўқ. https://t.me/joinchat/AAAAAFdc1AWXKNqJ3IUkmA

--------------------------------------------------------------------------------------------------

❗️Қадимги у́лчов бирликлари: Пуд - 16 кг Ботмон - 20 кг Мин - 3 кг Ман - 680 гр Мисқол - 4,1-4,4 гр Мошша - 1,98 гр Нимча - 2 кг Осор - 17 гр Пайса - 50 гр Сир - 74,24 гр Тула - 11,232 гр Харвор - 30-100 кг Қадоқ - 400 гр Сари - 2,5 кг Укя - 33,4 гр Кийрат - 0,236 гр Чакса - 5,3 кг Даксар - 30-32 кг Аршин - 71,1 см Газ - 70-90 см Тано - 0,25-0,5 га Тош - 7-8 км ёʻл Фарсах - 8,9-9,5 км Чақирим - 1,5 км Қарич - 20 см https://t.me/+IZG-2o7ESO9lOGYy

Иммануил Кант в Критике чистого разума приходит к выводу, что новое знание получается в результате комбинаций категорий (понимаемых им, выражаясь современным языком, как некие «оси координат», априорно присущих рассудку человека) и наблюдений. I. Категории количества: - Единство - Множество - Цельность (всеобщность) II. Категории качества: - Реальность - Отрицание - Ограничение III. Категории отношения: - Субстанция и принадлежность - Причина и действие / следствие - Взаимодействие IV. Категории модальности - Возможность и невозможность - Существование и несуществование - Необходимость и случайность. «В основу этой своей таблицы категорий Кант положил формальные различия суждений. Он полагал, что если он будет руководствоваться принятым в формальной логике делением суждений, то он получит исчерпывающий перечень категорий рассудка, так как суждение является специфической функцией рассудка. Категорий рассудка столько же, сколько форм суждения» De facto | Просвещение

Известный блогер из Финляндии Вейко Корхоненн (Veikko Korhone) в социальных сетях написал пост для русофобов о заслугах России (и СССР) в становлении современных стран. Вы спрашиваете о результатах «агрессий» России? Они таковы: половина Европы и часть Азии получили свою государственность из рук именно этого государства. Давайте вспомним кто именно: ▫️Финляндия в 1802 и 1918 гг. (До 1802 г. никогда не имела собственного государства). ▫️Латвия в 1918 г. (до 1918 г. никогда не имела собственного государства). ▫️Эстония в 1918 г. (до 1918 г. никогда не имела собственного государства). ▫️Литва восстановила государственность в 1918 г. также благодаря России. ▫️Польша восстанавливала государство с помощью России дважды, в 1918 и 1944 гг. ▫️Румыния родилась в результате русско-турецких войн, а суверенной стала по воле России в 1877–1878 гг. ▫️Молдавия как государство родилась внутри СССР. ▫️Болгария освобождена от гнета Османской империи и восстановила свою независимость в результате победы русского оружия в русско-турецкой войне 1877-1878 гг., которая и имела это своей целью. В качестве благодарности государство Болгария в двух мировых войнах участвовала в составе антирусских коалиций. ▫️Сербия как суверенное государство родилась тоже в результате этой войны. ▫️Азербайджан как государство оформился впервые только в составе СССР. ▫️Армения сохранилась физически и возродилась как государство только в составе СССР. ▫️Грузия сохранилась физически и возродилась как государство благодаря Российской империи ▫️Туркмения никогда не имела государственности и сформировала ее только в составе СССР. ▫️▫️Киргизия никогда не имела государственности и сформировала ее только в составе СССР. ▫️Казахстан самый уникальный случай, никогда не имел государственности и территории, сформировал ее только в составе СССР, путем отчленения от РСФСР части территории. ▫️Монголия никогда не имела государственности и сформировала ее только с помощью СССР. ▫️Белоруссия и Украина также впервые обрели государственность как с

следствие Великой Октябрьской революции в составе республик СССР. И лишь в 1991 году (также от России) получили свою полную независимость. ▫️Освобождение Австрии от Третьего рейха 1945 г; ▫️Освобождение Чехословакии от Третьего рейха 1945 г.; ▫️Дважды за последние 2 века подаренная Россией независимость большинству европейских государств после уничтожения ею Гитлера и Наполеона; ▫️Позиция Сталина в переговорах с США и Англией давшая Германии возможность сохранить государственность после поражения в 1945 г.; ▫️Позиция Горбачева позволившая без лишних проблем в 1990 г. повторно объединить обе Германии; ▫️Помощь СССР Египту, после которой тот смог выстоять и закрепить свою независимость в войне с Израилем, Британией и Францией в 1956-57 г. ▫️Вмешательство СССР в 1967 г. остановившее войну Израиля и Египта (фактически спасшее арабов от разгрома в двух войнах в 1967-74 годах). ▫️Решающая роль Союза обеспечившая завоевание Анголой своей независимости в 1975г. И наконец, главное. Именно СССР после победы во Второй мировой войне сыграл ключевую роль в том, чтобы большинство колоний Западной Европы получили свою независимость в запущенном Союзом процессе общемировой деколонизации. Россия сейчас - подписаться

🗓 1 сентября 1939 года началась Вторая мировая война Война двух коалиций, ставшая крупнейшим вооружённым конфликтом в истории человечества, позже перетекла в Великую Отечественную войну. В этой войне участвовали 62 государства из 74 существовавших на тот момент. Это единственный конфликт, в котором было применено ядерное оружие. В результате войны погибло более 70 миллионов человек. 1 сентября 1939 года нацистская Германия начала вторжение в Польшу. За этим 3 сентября последовало объявление войны Германии со стороны Великобритании и Франции. 17 сентября с востока в Польшу вторглись войска СССР. За этим последовало стремительное завоевание Германией Дании и Норвегии, Франции, Югославии. De facto | Просвещение