

النعناع ينشط القلب ويزيل رائحة الفم

للنعناع فوائد عديدة إذا تم تناوله بانتظام مثل الشاي، حيث يعمل على تنشيط القلب والدورة الدموية، ومضغه يخفف من أوجاع الأسنان ويزيل رائحة الفم. كما دلت الدراسات على أن النعناع يساعد على التخلص من اضطرابات الأمعاء، وذلك بسبب فاعليته كمضاد للتقلصات وهو يعمل على استرخاء عضلات المعدة والأمعاء ويعمل أيضاً كمضاد للبكتيريا.

وللتخلص من حموضة المعدة ينصح خبراء الأعشاب بشرب كأس مغلي من النعناع من دون اضافة السكر. وقد تم استخراج خلاصة من ورق النعناع ثبتت فائدتها في تهدئة الجهاز العصبي، كما أن النعناع مفيد لمكافحة آلام الجهاز الهضمي والتخفيف من الخفقان والضعف العام. أما خبراء التغذية فيقولون أن النعناع يحتوي قيمة غذائية رائعة حيث يجدد الدم ويمنع الغثيان والمغص والحموضة كما أنه يمتص الغازات. وماؤه إذا ما وضع مع السكر كان شراباً نافعاً لأنواع من الصداع وضعف النظر.

كشفت تقارير طبية حديثة أن أوراق النعناع الصيني لها فوائد في تدمير الخلايا السرطانية. تم استخدام نوع من نبات النعناع لتصنيع مادة كيميائية تدمر الأوعية الدموية التي تقوم بتغذية الأورام السرطانية، وهذا يؤدي الى موت خلايا تلك الأورام. وقد يكون هذا الاكتشاف خطوة نحو ظهور سبل علاجية أكثر نجاحاً في مقاومة الأمراض السرطانية.

الأسئلة:

- 1- عدد فوائد النعناع ؟ (4)
- 2- أذكر فوائد نبات آخر تعرفه. (6)

القواعد اللغوية:

(مراجعة)

تدريبات على إعراب الجملة الاسمية:

اعرب الجمل التالية:

- 1- أحمد طالب.
- 2- الأسد مفترس.
- 3- الطالبان مجتهدان.
- 4- المعلمات مخلصات.
- 5- المهندسون ماهرون.
- 6- المدارس واسعة.

الجملة الفعلية

الجملة الفعلية هي جملة مفيدة تبدأ بفعل.

مكونات الجملة الفعلية:

فعل - فاعل - مفعول به

الفعل: هو ما يدل على حدوث شيء في زمن معين. (مضارع- ماضي - أمر)

الفاعل: هو من قام بالفعل وهو دائماً مرفوع.

المفعول به: هو من وقع عليه فعل الفاعل وهو دائماً منصوب.

أمثلة:

- 1- يكتب الطالب الدرس.
- 2- يصمم المهندس المباني.
- 3- يأكل الطفل الطعام.

نموذج الإعراب:

يكتب: فعل مضارع مرفوع بالضمة

الطالب: فاعل مرفوع بالضمة

الدرس: مفعول به منصوب بالفتحة

.....

أعرّب باقي الجمل.

ISLAMIC STUDIES

The revelation of the Qur'an

In the Cave of Hira'

The Prophet (blessings and peace be upon him) spent most of his time in contemplation and worship. He would often go to Cave Hira', situated near the top of mount an-Nūr, approximately two miles outside Makkah. He would stay there meditating and praying until his provision of food and water would finish.

He would sit for lengthy periods pondering the mysteries of creation. What is man's true purpose in life? From where does man come, and where will he go after death? What does God Almighty require from us? On the 21st of Ramadhan, 610 C.E., when the Prophet (blessings and peace be upon him) was 40 years old, the first verses of the Qur'an were revealed to him. Whilst he was sitting all alone in the cave, out of the stillness of the night, the Angel Gabriel suddenly appeared and said to him, "Read!" "I cannot read", Muhammad replied, shaken.

The angel repeated the command, pressing him on, "Read!" The Messenger of Allah (blessings and peace be upon him) once again protested, "I cannot read". "Read" the mighty voice commanded once more. "I cannot read", the Prophet replied. The angel then squeezed the Prophet (blessings and peace be upon him) a third time and said: "Read in the name of your Lord, who created- Created man from a clinging substance. Read, and your Lord is the most Generous- Who taught by the pen- Taught man What he did not know"

(Surah 96: verses 1 to 5)

The occurrence in the cave left the Prophet shocked and confused. He (blessings and peace be upon him) trembled in fear, traumatized by

what he had seen and heard. He set off for his house immediately. On reaching home, “Cover Me, Cover Me” the Prophet asked Khadijah to wrap him in blankets. When he calmed down, he related the whole story to her. Khadijah knew the character and integrity of the Prophet better than anyone else, after all she was his wife. She was well aware of his honesty and balanced personality. At once she reassured him: “No! God would never disgrace you! You keep good ties with your relatives, you look after the weak, you help the poor and the needy, you entertain the guests and suffer hardships, in the path of truthfulness.”

Khadijah then suggested that they go and consult her wise elderly cousin Waraqah ibn Nawfal, who was Christian. Waraqah heard the whole account and then said: “I am sure the angel that descended on Moses, has descended on you. Your people will abuse and mistreat you. I wish I could be alive to give you my support when your people will turn you out.” “Will they turn me out?” The Prophet (blessings and peace be upon him) found this difficult to believe. Waraqah replied that the people have always turned against those who received a message from God. Waraqah lived only a short period after this incident and passed away.

Q1: Briefly explain what happened in the cave of Hirraa.