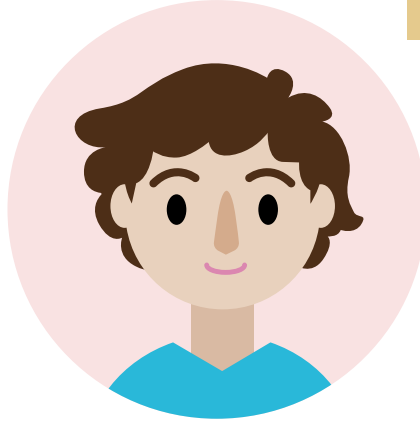


İSRAF NEDİR?

“Yeryüzünde rızık
Allah’a ait olmayan
hiçbir canlı yoktur”
(Hud Suresi, 6. ayet)



Bir gün Hz. Peygamber Sa’d adlı sahabeye uğrar. Sa’d bu sırada abdest alıyordu. Resulullah, onun suyu aşırı kullandığını görünce “Bu israf nedir?” diye sordu.

Sa’d, “Abdestte de israf olur mu?” dediğinde Hz. Peygamber de “Evet, hatta akmakta olan bir nehirde abdest alsan bile...” cevabını verdi.

Sağlıklı ve dengeli beslenmek için nelere dikkat etmeliyiz?

-
-
-
-

Peygamberimiz beslenme konusunda nelere dikkat ederdi?

-
-
-
-