L-Etikett tal-Ikel

Ahmadiyya Muslim Jamaat Malta

L-Etikett tal-Ikel

Ahmadiyya Muslim Jamaat Malta

Etiquettes of Eating
In Maltese Language

© Islam International Publication Ltd

Ippubblikat bil-Malti f'Malta (2016)

Pubblikazzjoni ta'

Ahmadiyya Muslim Jamaat Malta
Mob: 00356 7932 0139 | Tele: 00356 2734 2401
Tele: 00356 2132 2105 | Fax: 00356 2732 2105
Email: amjmalta@gmail.com

www.ahmadiyyamalta.org
www.ahmadiyya.org.mt

Stampa: © shutterstock.com

ISBN: 978-99957-59-16-2

Daħla

‘L-Etikett tal-Ikel’ huwa wieħed mill-kotba miktuba speċifikament għat-tfal. Dejjem ikun hemm il-bżonn li jitħejjew kotba għal tfal b’etajiet differenti. Il-benefiċċju li t-tfal jiffamiljarizzaw ruħhom mal-etikett importanti ta’ età tenera huwa li l-għarfien jibqa’ magħhom tul ħajjithom kollha.

Ahmadiyya Muslim Jamaat, Malta, ħejja dan il-ktieb għal dan il-għan. Nittamaw li t-tfal, il-ġenituri u l-għalliema japprezzaw u jibbenefikaw minn dan ix-xogħol.

Din hija l-ewwel edizzjoni ta’ dan il-ktieb bl-ilsien Malti, ippubblikata fl-2016.

Laiq Ahmed Atif
President
Ahmadiyya Muslim Jamaat
Malta

بسم الله الرحمن الرحيم

F'Isem Alla, Kollu Ħniena, il-Ħanin

L-Etikett tal-Ikel

Sarmad u oħtu Fatima jgħixu kuntenti mal-ġenituri tagħhom f'raħal żgħir. It-tnejn iħobbu jilagħbu fil-ġnien u t-tnejn huma ħerqana biex jitgħallmu affarijiet ġodda. Sarmad u Fatima jħobbu wkoll ikabbru pjanti żgħar u xi ftit ħxejjex fil-ġnien żgħir tagħhom. Il-Ħadd missierhom ukoll issieħeb magħhom fil-ġnien u kien kuntent ħafna jarahom ikabbru l-ħxejjex u l-pjanti.

"Tixtiequ titgħallmu xi ħaġa importanti ħafna llum?" staqsa l-missier.

"Iva, dażgur," weġbuh.

"Tajjeb. Illum ippreparajt xi punti importanti ħafna għalikom," qal il-missier u daħal fil-kċina jgħin lil ommhom li kienet qed tħejji l-ikel għalihom.

Sarmad u Fatima kienu qed jistennew l-ikel bil-ħerqa. Għal xi s-sagħtejn l-ikel kien lest u d-dar imtliet bir-riħa tfuħ tiegħu.

L-Omm: “L-ikel lest!”

Sarmad u Fatima: “Ġejjin; ħalli naħslu jdejna.”

Il-Missier: “Tajjeb ħafna. Importanti ferm.”

Fatima: “X’se nieklu?”

L-Omm: “Għandna l-insalata, il-ħobż biż-żejt u t-tiġieġ.”

Huma kielu, ħaslu jdejhom u reġgħu qagħdu mal-mejda.

Il-Missier: “Lesti?”

Sarmad u Fatima: “Iva, dażgur.”

“Illum se nitgħallmu dwar l-etikett tal-ikel u l-manjieri ta’ fuq il-mejda. Dawn huma xi punti importanti,” beda l-missier.

Il-manjieri ta' fuq il-mejda

» Aħsel idejk qabel kull ikla.

» Jekk ikun hemm is-srievet ifrex waħda fuq kuxxtejk ħalli jekk jaqgħu l-biċċiet tal-ikel dawn ma jtebbgħulekx il-ħwejjeġ.

» Qabel ma tibda tiekol għid it-talba li ġejja:

Bissmillaħe wa alaa barakatillah – F'isem Alla u bil-barkiet ta' Alla.

» Dejjem kul u ixrob b'idek il-leminija u ddeffisx idek fil-platt.

» Ħu gidmiet żgħar, żomm ħalqek magħluq u omgħod l-ikel bil-mod mingħajr ma tagħmel ħsejjes.

» Tiftaħx ħalqek beraħ meta tkun se tiekol xi ħaġa.

» Meta tkun qed tpoġġi l-ikel fil-platt tiegħek, ħu dak li jkun fuq quddiem tad-dixx u tagħżilx biċċiet tal-laħam jew ikel ieħor li l-aktar li tħobb.

» Fil-bidu qiegħed kwantità żgħira ta’ ikel fil-platt tiegħek – fil-każ ħu naqra oħra aktar tard.

» Poġġi fil-platt dak l-ammont li inti tiflaħ tiekol biss.

» Kul kulma hemm fil-platt u toqgħodx taħli billi tħalli ħafna ikel fil-platt.

» Jekk m’hemmx ikel biżżejjed, aħseb fl-oħrajn u ħu anqas mis-soltu.

» Tikolx iżżejjed. Kul kemm għandek bżonn u ieqaf meta tkun qed tħossok ftit bil-ġuħ.

» Kun ċert li ma jkunx hemm eċċess ta’ sweeteners, chillies jew ħwawar oħra.

» Kul ikel tajjeb għas-saħħa bħal ħaxix, insalata u frott; u ixrob il-ħalib.

» Waqt li qed tiekol toqgħodx tiċċaqlaq ħafna.

» Jekk qed tuża l-frieket, is-skieken jew l-imgħaref aċċerta ruħek li ma toqgħodx tagħmel il-ħsejjes.

» Tixrobx l-ilma f'belgħa waħda. Ixrob bil-mod f'żewġ jew tliet belgħat. Meta tieqaf tixrob titfewwaqx.

» Jekk tinsa tgħid it-talba qabel ma tibda tiekol, tista' tgħid: Bissmillaħi *awwaliħi wa aakhiriħi* – Nibda b'isem Alla u nispiċċa f'isem Alla.

» Jekk hemm sarvetta fuq kuxxtejk, wara l-ikel, itwiha wara li tkun imsaħt xufftejk u jdejk. Imbagħad aħsel idejk u laħlaħ ħalqek.

» Tikolx meta l-ikel ikun jaħraq ħafna u l-istess tixrobx te jew ħalib meta jkunu jaħarqu ħafna. Bl-istess mod m'għandekx tixrob ilma jew affarijiet oħra meta jkunu kesħin ħafna.

» Wara li tlesti mill-ikel, għid it-talba li ġejja:

Al ħamdo lilla-ħillażi at amana wa sakana wa ja-alna minal muslimin.

Kull foħrija tmur għal Alla li pprovdilna dan l-ikel u x-xorb u għamilna kredenti.

Il-Missier: “Dawn huma l-manjieri bażiċi tal-ikel.”

Fatima: “Grazzi u Ġażakallah – jalla Alla jippremjak.”

Sarmad: “Papà, għidilna xi ħaġa meta nieklu fil-kumpanija. Kif għandna nġibu ruħna meta nkunu qed nieklu ma’ persuni oħra?”

“Iva, dan ukoll hu importanti. Ħalli nsemmilkom xi manjieri bażiċi ħafna meta jkollkom il-kumpanija,” beda missierhom.

L-ikel man-nies

» Meta tasal fuq il-mejda, sellem lil dawk li jkunu bilqiegħda billi tgħid Asslamo Aleikum – is-sliem għalikom.

» Wara li tkun użajt id-dixx jew il-buqar, kun ċert li terġa' tqegħedhom fejn kienu ħalli l-oħrajn ma jsibux diffikultà biex jilħquhom.

» Jekk ma tkunx tista' tilħaq xi dixx, iġġebbidx idek jew tqum bilwieqfa biex iġġibu. F'dak il-każ, itlob lill-persuna ta' ħdejk biex tgħinek.

» Ipprova titkellimx ħafna waqt l-ikel. Titkellimx waqt li tomgħod l-ikel. Tkellem biss wara li tkun kilt ta' ħalqek.

» Jekk ikun hemm nies akbar minnek fuq il-mejda, aqleb għalik wara li jkunu qalbu huma. Ibqa' fuq il-mejda sakemm dawn jitilqu. Jekk inti tkun mgħaġġel, skuża ruħek biex titlaq.

» Jekk qed tiekol fuq mejda tal-ikel, mexxi s-siġġu bil-mod mingħajr ma tkaxkru.

» Wara li tkun kilt, ressaq bil-mod is-siġġu mal-mejda ħalli ma jkunx ta' xkiel għal ħaddieħor.

» Toqgħodx tiċċassa lejn l-oħrajn waqt li jkunu qed jieklu.

» Meta tkun mistieden waħdek tieħu 'l ħadd miegħek li ma jkunx mistieden ukoll.

» Qatt tipparteċipa f'festin mingħajr ma tkun mistieden.

» Huwa dejjem ta' ġid meta l-familja toqgħod bilqiegħda biex tiekol flimkien. Dan il-fatt iħalli ħafna benefiċċji pożittivi fuq it-tfal. Meta l-familja tiekol flimkien jitkattru s-sentimenti ta' għożża u mħabba u jiżdiedu l-opportunitajiet biex il-membri tal-familja jaqsmu l-ideat tagħhom, jippjanaw, jikkomunikaw u jitgħallmu minn xulxin.

Il-Missier: "Nispera li ħadtu gost."

Fatima: "Iva, papà."

Sarmad: "Għalkemm diġà tgħallimt ħafna

minn dawn mingħandek u mingħand il-mamà, kien interessanti ħafna li nisma' fuq il-manjieri ta' fuq il-mejda b'dan id-dettall."

L-Omm: "Issa tistgħu tapplikaw li tgħallimtu fil-ħajja ta' kuljum tagħkom."

Sarmad u Fatima: "Iva. Inxallah (jekk Alla jrid) hekk nagħmlu."

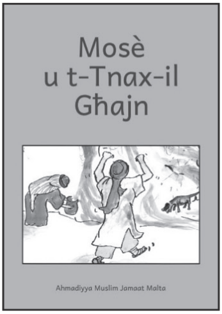
Sarmad: "Ġażakallah (jalla Alla jippremjak) papà."

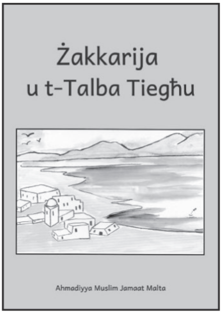
Il-Missier: "Ġażakumullah (jalla Alla jippremjakom)."

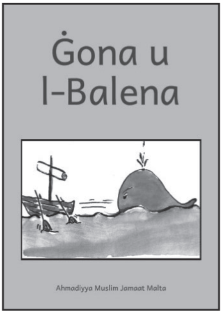
L-Omm: "Lestu ħalli nkunu nistgħu noħorġu ftit, bħalma nagħmlu kull nhar ta' Ħadd."

Kulħadd ilesti u mbagħad il-familja toħroġ biex iżżur ġnien tat-tfal u wara park tal-familja fl-istess żona, kif jagħmlu kull nhar tal-Ħadd.

Referenzi:
1. Syllabus, Waqf-e-Nau
3. National Syllabus, National Talim Department UK

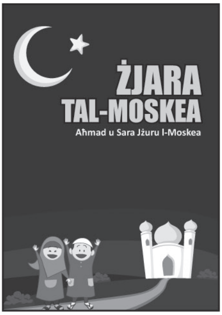

Mosè
u t-Tnax-il
Għajn
Ahmadiyya Muslim Jamaat Malta


Żakkarija
u t-Talba Tiegħu
Ahmadiyya Muslim Jamaat Malta

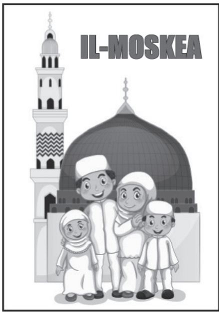

Ġona u
l-Balena
Ahmadiyya Muslim Jamaat Malta

Stejjer Qosra
Edukattivi
Ahmadiyya Muslim Jamaat Malta

KLIEM
TA'GĦERF


ŻJARA
TAL-MOSKEA
Aħmad u Sara Jżuru l-Moskea

Festi u
Ċerimonji
Musulmani

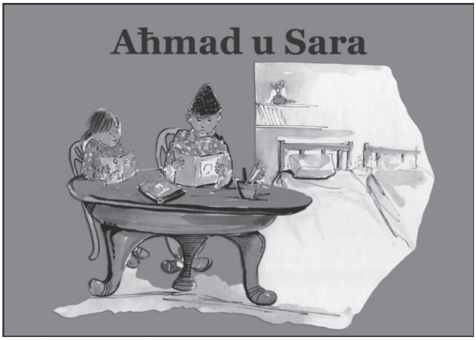

IL-MOSKEA

Il-Ħlewwa mat-Tfal
tal-Qaddis Profeta[sa]

L-Etikett
tal-Ikel
Ahmadiyya Muslim Jamaat Malta

Id-Dinja
Tagħna

It-Tislijiet Iżlamiċi


Aħmad u Sara

"Etiquettes of Eating"
in Maltese Language.

www.ahmadiyya.org.mt

9 789995 759162