

## Соғлиқ учун энгилик ва рухсатлар

05:00 / 01.03.2017 3118

Ислонда айнан соғлиқни сақлаш мақсадида баъзи Аллоҳ таоло фарз қилган ибодатларни энгиллаштириш, кейинга суриш ёки бутунлай кечириб юбориш йўлга қўйилган.

Аллоҳ таоло Бақара сурасидаги рўза ҳақидаги узун оятда қуйидагиларни айтади:

**«Санокли кунлар. Сизлардан ким бемор ёки мусофир бўлса, бас, саногини бошқа кунларда тутадир. Уни қийналиб тутадиганлар зиммасида бир мискин таоми фидя бордир. Ким яхшилиқни ўз ихтиёри ила қилса, ўзи учун яхшидир. Агар билсангиз, рўза тутмоғингиз сиз учун яхшидир»** (184-оят).

Яъни, рўза фарз қилинган кунлар «санокли кунлар»дир. Рўза тутишнинг ўзига яраша машаққати бор. Шунинг учун Аллоҳ таоло беморлик ва мусофирлик туфайли бир оз қийинчиликда турган бандаларига, машаққат устига машаққат бўлмасин, деб энгилик берди:

«Сизлардан ким бемор ёки сафарда бўлса, бас, саногини бошқа кунларда тутадир».

Яъни, бемор тузалгандан сўнг, мусофир сафардан қайтгандан сўнг, неча кунни тутмаган бўлса, ўшанча кун қазо рўза тутади. Уламоларимиз беморлар сафига ҳомиладор ва эмизадиган аёлларни ҳам қўшганлар. Ҳомиладор аёл неча кун рўза тутмаган бўлса, туққанидан кейин шунча кун қазо рўза тутади. Эмизадиган аёл ҳам боласини кўкрақдан ажратгандан сўнг қазо рўза тутади.

«Уни қийналиб тутадиганлар зиммасида бир мискин таоми фидя бордир».

Яъни, ёшлари улуғ бўлиб, рўза тутишга ярамай қолган кишилар киради. Улар тутилмаган ҳар бир кунлик рўза ўрнига бир мискинни тўйғазадилар. Бу эса, ўзи яшаб турган диёрнинг ўртача таоми ҳисобида бўлади. Буни, фидя бериш, дейилади.

Уламоларимиз ушбу тоифага тузалмайдиган, сурункали касали бор кишиларни ҳам қўшганлар. Уларнинг касаллари рўза тутишга қўймайди. Қазосини тутади, дейилса, тузалишларидан умид йўқ.

«Ким яхшилиқни ўз ихтиёри ила қилса, ўзи учун яхшидир».

Ким, савобни кўпроқ оламан, деб бир кишигамас, икки, уч кишига ёки ўртача эмас, олий даражадаги таомларни берса, ўзи учун яхшидир.

«Агар билсангиз, рўза тутмоғингиз сиз учун яхшидир».

Бошқа ибодатлар каби рўза ҳам, аввало, бу ибодатни адо этувчи шахсларга яхшилик келтиради. Жаннатга кириш, олий мақомларга эришиш, ироданинг кучли бўлиши, раҳм-шафқат сифатининг кучайиши, тақво ҳиссининг уйғониши, соғлиқ-саломатлик ва бошқа кўплаб биз билган-билмаган яхшиликларга рўза тутиш орқали эришилади.

Кейинги оятда ҳам шу масала давом этади:

«Рамазон ойики, унда одамларга ҳидоят ҳамда ҳидоятү фурқондан иборат очиқ баёнотлар бўлиб, Қуръон туширилгандир. Сиздан ким у ойда ҳозир бўлса, рўзасини тутсин. Ким бемор ёки сафарда бўлса, бас, саноғини бошқа кунлардан тутадир. Аллоҳ сизларга енгилликни хоҳлайди ва сизларга қийинликни хоҳламас. Саноғини мукамал қилишингиз ва сизни ҳидоятга бошлаган Аллоҳни улуғлашингиз учун. Шоядки шуқр қилсаларингиз» (185-оят).

Рамазон ойи йил ичидаги энг афзал ой ҳисобланади. Унинг фазли ҳақида кўплаб ҳадиси шарифлар, улуғ уламоларнинг сўзлари, мадҳлар, шеърлар айтилган, китоблар битилган. Лекин бу ҳақдаги таърифларнинг гултожиси Роббил Олабийнинг Ўз каломида айтган мадҳидир. Бу мадҳ турли оятларда келган. Ушбу оятдаги таъриф Рамазони шарифнинг энг улкан фазилатлари ҳақидадир. Яъни:

«Унда одамларга ҳидоят ҳамда ҳидоятү фурқондан иборат очиқ баёнотлар бўлиб, Қуръон туширилгандир».

Аллоҳ таоло Ўзининг абадий мўъжизаси, қиёматгача инсониятга ҳидоят бўладиган китоби Қуръони Каримни тушириш вақти қилиб Рамазони шариф ойини ихтиёр қилганининг ўзи бу оининг фазилатини юксакка кўтарган. Энди эса, нур устига нур, фазилат устига фазилат қўшиб, рўза ибодатини ҳам шу Рамазон ойида тутишни фарз қилмоқда.

«Сиздан ким у ойда ҳозир бўлса, рўзасини тутсин».

Ким ушбу Рамазон ойига соғ-саломат етса, унинг янги ойининг шоҳиди бўлса ёки Рамазон ойи бошланганининг хабари унга етса, рўзасини тутсин. Бу фармон умумийдир, лекин одамларда, янги, умумий фармон бўлди, ким бўлишидан қатъи назар, ҳамма рўза тутиши фарз экан, деган фикр пайдо бўлмасин учун ушбу ҳукмдан истисно қилинганлар яна бир бор зикр этилмоқда:

«Ким бемор ёки сафарда бўлса, саноғини бошқа кунлардан тутадир».

Чунки бемор одам рўза тутса, беморлиги зиёда бўлиши ёки тузалиши ортга чўзилиши мумкин. Сафардаги одам рўза тутса, оғир келиб бемор бўлиб, соғлиғига зарар етиши мумкин.

Сўнгра Аллоҳ таоло рўза тутиш фарзига муҳаббатни ошириш учун:

«Аллоҳ сизларга енгилликни хоҳлайди ва сизларга қийинчиликни

хоҳламас», дейди.

Доимо бандаларга енгилликни хоҳлаш ва уларни оғир ва машаққатли таклиф остида қолдирмаслик — Ислом динининг асосий ва улкан қоидаси.

Ислом шариати осонликка бино қилинган. Пайғамбаримиз алайҳиссалом саҳобалардан Муоз ибн Жабал ва Абу Мусо Ашъарий розияллоҳу анҳумони Яманга юбораётиб, башоратли сўзлар айтинглари, нафрат қўзғатадиганини айтманглари, енгиллаштиринглари, қийинлаштирманглари, деганлари.

Ушбу рўза тутиш ибодатида ҳам Аллоҳ таоло енгиллик йўлини тутганини эслатмоқда. Ҳаммага рўза тутиш фарз, деса, Аллоҳнинг ҳақи бор, ҳеч ким эътироз билдира олмайди. Аммо у меҳрибон зот, бемор ва мусофирлар ўз вақтида тутмасалар майли, кейин тутиб берадилар, деди.

Шунингдек, муддатни бир ой эмас, икки, уч, балки ундан ҳам кўпроқ ойлари фарз қилса бўларди. Бир ойнигина фарз қилиши ҳам енгилликдандир.

Аллоҳ таоло амр қилган ибодатни сўзсиз бажариш ҳар бир банданинг бурчи. «Нима учун? Фойдаси борми, бўлса нимада?» каби саволларни беришга ҳеч кимнинг ҳақи йўқ. Лекин шундай бўлса ҳам, баъзан иймон қувватланиши учун, илоҳий фармонларнинг мўъжизакорлигини тасдиқлаш учун баъзи маълумотлар зикр қилинади.

Қуръон, Ислом, рўза каби ҳақиқатлардан беҳабар ғайридин тиб олимлари ҳам узоқ илмий изланишлари, тажрибалари давомида динимиз буюрган амалларнинг инсон ҳаётига нақадар фойда эканини билвосита тасдиқламоқдалар. Жумладан, ҳар бир инсон соғ-саломат бўлиши учун, бир йилда ҳеч бўлмаса бир ой ихтиёрий оч қолиши керак, деган хулосага келдилар.

Аллоҳ таоло бошқа бир оятда қуйидагиларни айтади:

«Албатта, У зот сизларга фақат ўлимтикни, қонни, чўчқанинг гўштини ва Аллоҳдан бошқага сўйилганни ҳаром қилди. Кимки мажбур бўлса-ю, зулм қилмай, ҳаддан ошмай (еса), унга гуноҳ бўлмас. Албатта, Аллоҳ мағфиратли ва раҳмлидир».

Ушбу ояти каримада мусулмонларга ҳаром қилинган нарсалардан тўрт хили зикр этилмоқда.

Биринчиси, ўлимтик.

Яъни, Аллоҳ таоло ҳалол қилган ҳайвонлардан ўзи ўлиб қолганининг гўшти ҳаром бўлади. Соф инсоний табиат ўлимтикни хоҳламаслиги ҳаммага маълум. Ўлимтикни билиб туриб ейиш учун инсонлик табиатидан чиқиш керак. Бунинг устига, ҳайвон оғир касаллик етмаса, ўзидан-ўзи ўлмайди. Касаллик билан ўлган ҳайвондаги турли иллатлар ва микроблар унинг бутун гўштига тарқалиб кетади. Тиб илми бунга ўхшаш ҳикматларни

кўплаб кашф этган. Биз билмаган яна қанча ҳикмати бор.

Иккинчиси, қон.

Яъни, ҳайвонни сўйганда оққан қонини тўплаб олиб истеъмол қилиш ҳам ҳаромдир. Сўйилган ҳайвонларнинг томирларида қолган қонлар ҳаром эмас. Сўйилган ҳайвонларнинг бўғзидан оққан қонни ҳам соф инсоний табиат инкор этади. Тиббий нуқтаи назардан қараганда ҳам, ҳайвон сўйилганда ундаги мавжуд барча микроблар, касалликлар ва бошқа зарарли иллатлар қон билан чиқиб кетади, уларни тўплаб, тановул қилиш кони зиён. Аллоҳ таоло инсонга зарар келтирадиган нарсаларнинг барчасини ҳаром қилади.

Учинчиси, чўчқанинг гўшти.

«Гўшти» дейилганидан ёғи ёки бошқа жойи ҳалол экан-да, деган фикр келмаслиги керак. Чўчқа буткул ҳаром. Ўлимтик, қон каби у ҳам нажас — ифлос бўлгани учун ҳаром.

Қолаверса, чўчқа табиати бузуқ, ифлос ҳайвон, нима кўринса еяверадиган махлуқ. Соф табиат эгалари ундан нафрат қиладилар.

Ейилган озуқа инсон вужудига сингиб, ўз таъсирини ўтказади. Масалан, баъзи дориларни ичсангиз, Аллоҳ у моддаларга берган хусусият туфайли танадаги оғриқ қолади, баъзилари истеъмол қилинса, асаб ўрнига тушади ва ҳоказо. Шунингдек, баъзи овқатлар иссиқлигингизни ошириб юборса, бошқаси совуқлигингизни оширади. Хулоса шуки, тановул қилинган озуқалар инсонга ҳар жиҳатдан таъсир ўтказади.

Тиб олимлари чўчқа гўштида қон-томир ва юрак касалликларни тарқатувчи моддалар борлигини ҳам аниқлашди. Яна бошқа кўпгина зарарлари ҳам аён бўлди. Бу ҳақда ҳатто ўзлари чўчқа гўштини истеъмол қиладиган халқларнинг вакиллари, Қуръон ва Исломдан беҳабар кишилар илмий ишлар қилдилар, алоҳида китоблар ҳам ёздилар.

Тўртинчиси, Аллоҳдан бошқанинг номини айтиб сўйилган ҳайвоннинг гўшти.

Аввалги айтган ўлимтик, қон ва чўчқа гўштарининг ҳаромлиги улардаги мавжуд нажосат ва моддий зарарлар эътиборидан эди. Аммо Аллоҳдан бошқанинг номи айтиб сўйилган ҳайвон гўштининг ҳаром бўлишида у эътибор мутлақо йўқ, балки бошқа эътибор бор.

Аввало, шуни таъкидлаш керакки, таомларнинг ҳалол-ҳаромлигини белгилашда инсоннинг амалига қараб ҳукм чиқариладиган фақат бир ҳолат бор, у ҳам бўлса, гўштини Аллоҳ ҳалол қилган ҳайвонларни сўйиш чоғидир. Бошқа таомларда бу ҳолат мезон бўлмайди. Мисол учун, нонни ким ёпади, бисмиллоҳ айтадими-айтмайдими, барибир ҳалол бўлади. Шунингдек, мевалар ва сабзавотлар ва бошқа озиқ-овқатларнинг ҳукми

ҳам инсоннинг амалига боғлиқ эмас.

Ҳайвонни сўяётганда эса, сўювчига, унинг ниятига ва сўйиш услубига қаралади. Сўювчи ҳайвонни Аллоҳдан бошқанинг номини айтиб сўйса, гўшт ҳаромга айланади. Бу ерда моддий эмас, балки маънавий-руҳий ҳолат эътиборга олинган. Инсонни яратиб унга жон ато этган зот — Аллоҳ таоло. Худди шунингдек, сўйиладиган ҳайвонни ҳам яратиб, унга ҳам жон ато қилган Аллоҳ таолонинг Ўзи. У зот бир махлуқига (инсонга) бош-қа баъзи махлуқларини (айрим ҳайвонларни) сўйишга ва гўштга айлантириб фойдаланишга рухсат берди. Бу ишни амалга ошириш пайтида бир неча шартга риоя этишга буюрди.

Аввало, ҳайвонни сўйиб жонини чиқариш пайтида шу жонни берган зотни эслаш. Агар у ҳайвонга жон ато қилган Аллоҳни қўйиб, бошқанинг номи зикр этилса, маънавий жиноят содир бўлган бўлади. Бу эса, қалб, руҳ ва виждон поклигига зиддир. Демак, маънавий нажосатдир. Шунинг учун, маънавий нажосатга айланган бундай гўшт ҳам ҳаром ҳисобланади. Аллоҳ таоло жон берган ва мўминларга ҳалол этилган ҳайвонларни сўйганда гўшти ҳам ҳалол бўлиши учун, ҳайвонни Аллоҳнинг исмини айтиб, «Бисмиллаҳи, Аллоҳу акбар», деб сўймоқ лозим. Кейин қассоб эътиқодли одам, яъни, Ислом ақидасидаги ёки аҳли китоб—яхудий ёки насроний ақидасидаги киши бўлиши керак. Ва ҳайвонни шариат ҳукмига мувофиқ сўйиш лозим.

Ҳайвонни сўйишда Ислом шариатининг ҳукми бундай: томоғидан сўйиб, бўйнидаги йўфон қон томирларининг иккиси ёки биттаси, ҳалқуми ва қизил ўнгачи кесилиши керак. Шу шартларга кўра сўйилган ҳайвон гўшти ҳалол бўлади. Бўлмаса,

«Албатта, У зот сизларга фақат ўлимтикни, қонни, чўчқанинг гўштини ва Аллоҳдан бошқага сўйилганни ҳаром қилди», деган Аллоҳ таолонинг каломига биноан ҳаром бўлади.

Лекин айрим истисно ҳолларда, ҳаром, деб саналган мазкур нарсалардан тановул қилишга рухсат берилган.

«Кимки мажбур бўлса-ю, зулм қилмай, ҳаддан ошмай (еса), унга гуноҳ бўлмас. Албатта, Аллоҳ мағфиратли ва раҳмлидир».

Масалан, дейлик, бир одам оч қолди, ўлим хавфи туғилди, мазкур ҳаром нарсалардан бошқа ейдиган нарса йўқ, шундай ҳолдагина ўлмай қолиш учун еса бўлади. Фақат, ояти каримада таъкидланганидек, зулм қилмай, ҳаддан ошмай еса, унга гуноҳ бўлмайди. Мутлақо заруратсиз, қийинчилик бўлмаса ҳам еса, ўзига зулм қилган бўлади. Еган пайтида тўйиб, керагидан ортиқ еб юбориши эса, ҳаддан ошишга киради. Уламоларимиз, «Ўлим хавфида қолган одам ушбу нарсалардан ўлмай қоладиган даражада

ейишига рухсат ушбу оятдан олинган», дейишади. Аммо «Бу ҳаром нарса, ўлсам ҳам емайман!» дея қайсарлик билан ўлиб кетган инсон гуноҳкор бўлади.

Ўтган азизлардан Масруқ раҳматуллоҳи алайҳ:

«Ким мажбур бўлса-ю, емай-ичмай ўлиб кетса, дўзахга киради», деганлар. Бу рухсатларнинг ҳаммаси инсоннинг ҳаётини, соғлигини сақлаб қолиш мақсадида берилган. Шунингдек, шариатимизда тик туриб намоз ўқий олмайдиганга ўтириб, ўтириб намоз ўқий олмайдиганга ётиб ўқишга рухсат берилган.

Инсон соғлиғи ҳақида ғамхўрлик қилиш йўлида сув ила таҳорат қилса бемор бўлиш ёки беморлиги зиёда бўлиш хавфи бор кишиларга таҳорат қилмасдан таяммум қилишга рухсат берилган.

Бемор бўлиб қолган киши ҳаж ибодатларини тўхтатиб эҳромдан чиқишига рухсат берилган.

Беморга эҳромда қилиш мумкин бўлмаган нарсаларни қилишга рухсат берилган.

Беморлик туфайли оммавий сафарбарликдан қолишга рухсат берилган.

Намозда рукуъ ва саждани қила олмайдиганларга имо билан қилишга рухсат берилган.

Беморлик туфайли жамоат намозидан қолишга рухсат берилган.

Бунга ўхшаш ҳукмлар кўп. Уларнинг барчаси Ислом дини инсон соғлигини сақлашга улкан эътибор берганлигига далилдир.

Албатта, бизнинг китобимизнинг йўналиши бош-қа бўлгани учун тиб, соғлиқни сақлаш ва бош-қа унга тааллуқли мавзулар ҳақида батафсил баёнга имконимиз йўқ. Аммо, қадимги уламоларимиздан (бундан олти юз эллик йил олдин вафот этиб кетган) бирининг китобидаги соғлиқни сақлаш ҳақидаги бобда келган мавзуларнинг сарлавҳалари ила таништириб қўймоқчимиз.

Бу зот табиб эмаслар, муҳаддислар, шу боис мавзуни бизга ўхшаб назарий муолажа қилганлар. Ҳар бир гапларига оят ва ҳадисдан далиллар келтирганлар.

1. Пайғамбар соллаллоҳу алайҳи васалламнинг соғлиқни муҳофаза қилишдаги ҳидоятлари.

Бу умумий сарлавҳа бўлиб, унда соғлиқни муҳофаза қилиш бўйича умумий кўрсатмалар ҳақида сўз кетади.

2. Пайғамбар соллаллоҳу алайҳи васалламнинг таом ва шаробдаги ҳидоятлари.

Бунда соғлиқни сақлаш бўйича таом ва шаробга тегишли умумий тушунчалар баён қилинади.

3. Пайғамбар соллаллоҳу алайҳи васалламнинг таом тановул қилишда ўтириш ҳайъатидаги ҳидоятлари. Таом тановул қилиш ҳолатлари ва нималарни еганлари.

Бунда соғлиқни сақлаш учун таом тановул қилишни тўғри йўлга қўйиш баён қилинади.

4. Пайғамбар соллаллоҳу алайҳи васалламнинг шароб тановул қилишдаги ҳидоятлари. Имомларнинг тик туриб шароб ичиш ҳақидаги ихтилофлари. Пайғамбаримиз соллаллоҳу алайҳи васалламнинг шаробга нафас уришлари. Бирдан симириб ичишнинг офатлари. Идишларнинг устини ёпиш ва мешларнинг оғзини боғлаш ҳақидаги амр.

5. Мешнинг оғзидан ичишни ман қилиш. Қадаҳнинг учган жойидан ичишни ман қилиш. Ичимликка пуфлашни ман қилиш. Пайғамбаримиз соллаллоҳу алайҳи васалламнинг сутнинг ўзини ёки бошқа нарсага аралаштириб ичганлари. Пайғамбаримиз соллаллоҳу алайҳи васалламнинг ўзлари учун ивитиб қўйилган нарсани ичишлари.

Албатта, бу нарсаларнинг ҳаммасида соғлиққа зарар бўлган нарсаларни қилмаслик ҳақида сўз кетади.

6. Пайғамбар соллаллоҳу алайҳи васалламнинг кийиниш борасидаги тадбирлари. Яъни, кийинишда соғлиқни сақлашга риоя қилиш чоралари.

7. Пайғамбар соллаллоҳу алайҳи васалламнинг маскан тутиш борасидаги чоралари.

Яъни, уй-жой тутишда соғлиқни сақлашга риоя қилиш чоралари.

8. Пайғамбар соллаллоҳу алайҳи васалламнинг уйқу ва уйқоғлик борасидаги чоралари.

9. Уйқунинг ҳақиқати, турлари, фойдалари ва зарарлари ҳақидаги сўз. Пайғамбаримиз соллаллоҳу алайҳи васалламнинг уйқоғлик борасидаги тадбирлари.

10. Ҳаракат ва саканот (бадантарбия ва унинг турлари) тадбирлари.

11. Жинсий яқинлик. Пайғамбаримиз соллаллоҳу алайҳи васалламнинг ундаги ҳидоятлари. Жинсий яқинликнинг турлари. Унинг энг ёмон шакллари. Орқага яқинлик қилишни ҳаромлиги.

12. Шаръий ва тиббий нуқтаи назардан зарарли жинсий яқинлик.

Сарлавҳаларнинг ўзиданоқ Исломда соғлиққа зарар етказиши мумкин бўлган барча йўллар тўсилгани кўриниб турибди. Афсуски, бизлар бу борада деярли ҳеч нарса билмаймиз. Билган нарсаларимизни ғарбдан ўрганганмиз, деб юрамиз. Келажакда имкони бор биродарлар шу борадаги бирорта китобни таржима қилсалар яхши бўлар эди.

Лекин соғлиқни сақлаш ва хасталикка учрамаслик борасида кўрилган чоралардан кейин ҳам киши бемор бўлиб қолса, ўзини қандоқ тутиши ва

нималар қилиши ҳақида келгуси бобларда сўз юритилади.