Энг ёмон идиш (биринчи мақола)

11:14 / 23.02.2021 1346

Динимизда таомланиш, ичимлик ичиш одоби борасида набавий кўрсатмалар келган. Мусулмон киши бу одобларни ўрганиб, амал қилиши лозим. Ушбу кўрсатмалар мусулмон ижтимоий ҳаётига ажойиб эстетика ва ахлоқий кўриниш қўшади. Шариат мазкур кўрсатма ва одоблар орқали овқатланиш, унинг миқдори, таомланиш йўл-йўриқларини тартибга солган. Бу одоб ва кўрсатмалар замонавий профилактика тиббиёти ва гигиенага мос келади. Нафақат мувофиқ келади, балки шариат бу кўрсатма-одоблар ҳақида ўн тўрт асрдан бери айтиб келади. Мусулмон одам қорни очмагунча овқатланмасин, овқатланганда ҳаддан ташқари тўйиб кетмасин, Одам боласига белини тутиб турадиган бир неча луқмалар етади каби кўрсатмалар шулар жумласидандир. Овқатланиш ва ичимлик ичиш усулининг соғлиқ учун аҳамияти ва унинг тана саломатлиги билан боғлиқлиги бор. Пайғамбаримиз соллаллоҳу алайҳи васаллам бизга таомланаётганда қандай ўтириш кераклигини ўргатганлар ва баъзи азиятларга сабаб бўладиган ўтиришдан қайтарганлар. Масалан, тик туриб ёки суяниб еб-ичишдан қайтарганлар.

Имом Аҳмад ва Имом Термизий ривоят қилган ҳадисда Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам: «Инсон қорнидан ёмонроқ идишни тўлдирмайди, одам боласига белни қоим қиладиган кичик луқма кифоядир. Бас, қориннинг учдан бири таом, бири сув ва қолгани нафас

учундир», деганлар.

Ибн Қаййим раҳимаҳуллоҳ «Таомнинг мартабаси учта.

Биринчиси ҳожат мартабаси.

Иккичиси етарлилик мартабаси.

Учинчиси ортиқчалик мартабаси.

Шунинг учун Пайғамбаримиз соллаллоҳу алайҳи васаллам инсонга белини қоим қиладиган кичик луқма кифоя қилади деганлар. Шунда инсоннинг қуввати кетиб қолмайди ва заифлашмайди. Агар инсон ейишда бундан ошадиган бўлса, қорнининг учдан бири миқдорича есин. Бу бадан учун ҳам, қалб учун ҳам манфаатлироқ. Агар қорин таом билан тўлса, ичимликка жой қолмайди. Агар унга ичимлик кирса, нафас олишга жой торайиб қолади ва унга зарар, машаққат етади» деганлар.

Имом Ғаззолий раҳимаҳуллоҳ «Гуноҳларнинг кўпайиши, хоссатан, жинсий истакнинг ортиши ортиқча ейишнинг зарарларидан. Агар тақво ўз соҳибини зинодан қайтарса-да, киши кўзига эгалик қилолмайди. Агар кўзини пастга қаратиш билан кўзига эгалик қилса-да, фикрига эгалик қилолмайди. Натижада унга шаҳват сабаблари ҳақида, муножотларидан чалғитадиган ёмон фикрлар, хаёллар келади» деганлар.

Ошқозоннинг юқори қисми ҳаво билан тўлдирилган бўшлиқ бўлиб, диафрагманинг остида жойлашганини замонавий тиббиёт ҳам кашф этди. Ўша бўшлиқ ҳаво билан қанча кўпроқ тўлса, устидаги диафрагманинг ҳаракати осон бўлиб, нафас олиш енгил бўлар экан. Агар бу бўшлиқ таом ва ичимлик билан тўлса, диафрагманинг ҳаракати шунча қийин бўлиб, нафас олиш ҳам оғир бўлар экан. Шунингдек, ошқозоннинг ҳаракати эркин бўлсагина бел текис туради. Агар ошқозон овқат билан тўлган бўлса, эркин ҳаракатлана олмайди.

(Давоми бор)

Нозимжон Ҳошимжон