

## Қуръон ўқишнинг соғлиққа фойдалари



11:00 / 22.08.2021 2923

- Руҳий безовталиқдан юқори даражада ҳимоя
- Ҳузур-ҳаловат, хотиржамликка манбаи
- Иммунитетни кучайтиради
- Руҳан, жисмонан соғломлик
- Юрак хасталиги бегона бўлади
- Кўзни равшан қилади
- Хотирани мустаҳкамлайди, мия фаолиятини ривожлантиради
- Фикрлаш қобилиятини ўстиради, дунёқарашни кенгайтиради
- Кишининг ўзига ишончини орттиради
- Тўғри қарор қабул қилиш қобилиятини ривожлантиради
- Дунёга ҳирс қўйиш, тама, ҳасад, ғийбат каби иллатлар оқибатида келиб чиқадиган моддий касалликлардан асрайди

- Тажвид қоидаларига мувофиқ ўқиш нутқни ривожлантиради
- Томоқ оғриғига даво
- Васваса, ҳадиксираш, беҳуда хавотирдан муҳофаза
- Бош оғриғида самарали даво

**«Ҳилол» журналининг 8(29) сонидан олинди**