



олмасангиз, покиза тупроқ ила таяммум қилинг. Бас, ундан юзларингизга ва қўлларингизга масҳ тортинг. Аллоҳ сизларга қийинчилик туғдиришни истамас. Аммо сизларни поклашни ва сизларга Ўз неъматини батамом қилиб беришни истайдир. Шоядки, шукр қилсангизлар». (*Моида сураси, 6-оят*).

Ушбу оятлар синчиклаб ўқиб-ўрганилса, Исломнинг поклик дини, поклик бўлганда ҳам, мукаммал поклик дини экани яққол намоён бўлади. Ушбу оятда бадан поклиги ҳамда, энг муҳими, қалб поклиги ҳақида сўз кетмоқда. Чунки намоз қалбни покловчи амалдир. Ҳамма нарса покликка таянади, покликка қаратилгандир. Хоссатан, намоз ўқиш учун нафақат бадан, балки кийим-бош ва жой ҳам пок бўлиши зарур.

Бугунга келиб, тахминан 1400 йилдан кейин инсоннинг тана аъзоларини ювиши, яъни таҳорат қилиши бутун дунё олимлари учун ажойиб тажрибага айланди. Муслмонларнинг кўпчилиги таҳорат таналарида тиббий ҳимоя эканлигини билишмайди. Олимлар кўп йиллик изланишлардан сўнг таҳоратнинг тиббий фойдалари ҳақида қуйидаги маълумотларни тақдим этишди:

#### 1. Уйқудан аввал таҳорат олиш.

Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам уйқудан олдин таҳорат олишни тавсия қилганлар. Йога мутахассислари уйқудан олдин қўлларни, оғизларни, кўзларни, жинсий аъзоларни ва оёқларни сув билан ювишни тавсия қиладилар.

#### 2. Рефлексо терапия

Таҳорат танани биологик ритмларини ва фаол спорт тури билан (асосларини) рағбатлантиради, бу одатда Хитой рефлексо терапияси ғоясига ўхшайди.

#### 3. Таҳорат олишда бурунни чайиш микроб касалликларнинг олдини олишга ёрдам беради.

Таҳорат қилмаганларнинг бурни кўплаб касалликларни келтириб чиқариши, ҳатто ўлимга олиб келадиган микробларнинг кўп бўлганлиги микроскопик текширувдан кейин тасдиқланди.

#### 4. Қўлнинг қон айланишини яхшилайдди.



**«Набий соллаллоҳу алайҳи васаллам: «Ким таҳорат қилса-ю, таҳоратни чиройлик қилса, унинг хатолари жасаидан, ҳаттоки тирноқлари остидан ҳам чиқиб кетади», дедилар».**

*Муслим ривоят қилган.*

«Бу ҳадисда таҳоратнинг фазли ҳақида сўз бормоқда. Шу билан бирга, таҳоратни яхшилаб қилиш зарурлиги таъкидланмоқда. Инсон таҳоратни яхшилаб қилса, ҳатто тирноқлари остидаги гуноҳлари ҳам тўкилиши баён қилинмоқда.

Таҳоратни эътиборсизлик, шошма-шошарлик билан, турли гап-сўз, ҳаракат ва ишларни аралаштириб эмас, фарз, суннат ва одобларини ўрнига қўйиб, мукамал қилиш лозим. Ана ўшанда таҳорат ҳақиқий бўлади ва ундан кўзланган натижаларга эришилади.

Таҳорат қилганда тўкиладиган гуноҳлар Аллоҳнинг ҳаққига тааллуқли кичик гуноҳлар эканлигини унутмайлик.

Таҳоратни доим яхшилаб қилайлик, токи кичик гуноҳларимиз тирноқларимиз остида ҳам қолмай, тўкилсин, таҳоратдан ҳосил бўладиган савоблардан баҳраманд бўлайлик!»

***Хуршид Маъруф тайёрлади***