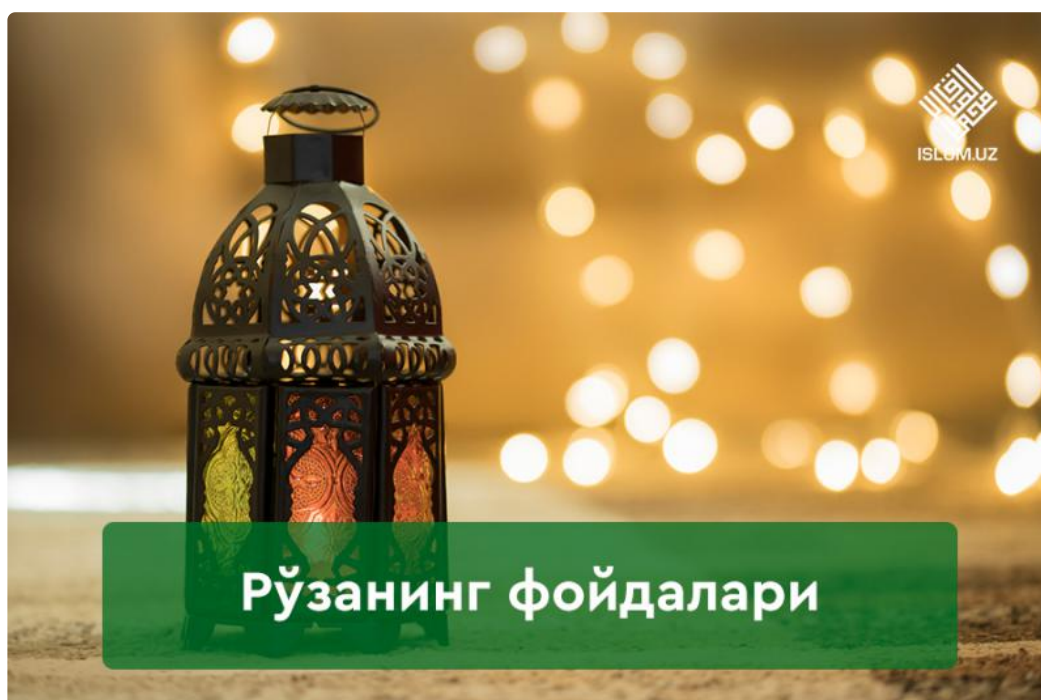


## Рўзанинг фойдалари



11:00 / 07.04.2022 1976

Рўза тутган кишининг тақвоси зиёдалашади.

Рўза туфайли инсонда Роббини кўриб турганлик, У Зотдан кўрқиш хислари янада кучаяди.

Рўза тутиш билан банда Роббига бўйсуниб, буйруғига «лаббай» деб итоат қилган бўлади.

Рўза кўзни номаҳрамларга назар солишдан сақловчи, ёмонликларга ундайдиган шайтоний нафсни сусайтирувчи асосий омиллардандир. Чунки рўза тутган инсон очликни енгар экан, нафсининг ҳар қандай хоҳиш-истакларига ғолиб кела олишини тушунади.

Рўза тутиш билан инсоннинг қийинчилик, машаққатларга бардош бериш, сабр қилиш тажрибаси ошади.

Рўзанинг яна бир ҳикмати ночор, мискин, фақирларнинг ҳолатини эслатишидир. Ҳеч қачон оч қолмаган, қаттиқ чанқаман киши фақирлар чекадиган қийинчиликларни қаердан билсин?!

Рўза тутган инсон бечора ҳолдагиларни қандай кун кечираётганини яхши билади. Ўзимиз тўкин-сочин, фаровон ҳаёт кечиран эканмиз, кўп ҳолларда,

қариндош-уруғ, қўни-қўшни ва атрофимиздаги бошқа инсонларнинг ҳолати қандай кечаётганини лоақал бир маротаба эслаб қўйиш ёдимиздан кўтарилиб қолади. Кўча-кўйда, автобусда, метрога тушганимизда, бозорга борганимизда ва умуман ҳар куни йўлимизда ибрат олишимиз керак бўлган ҳолатларга дуч келамиз, лекин эътибор бермаймиз. Халқимизда «Қорни тўқнинг қорни оч билан нима иши бор?» деган ибора бор. Ҳақиқатдан ҳам баъзида бечораҳол кишиларнинг олдидан ўтиб кетар эканмиз, улар ҳам биз каби инсонлигини, улар ҳам биз каби фаровон ҳаёт кечиришни исташларини, ёнларидаги фарзандлари бизнинг фарзандларимиз каби ота-она меҳрига, атрофдагилар эътиборига ташна эканлигини унутиб қўямиз. Ҳа, инсон унутувчан, баъзан эса ношукр бўлади. Баъзилар ейишга нони, кийишга кийими бор, оиласи тинч, соғ-саломат бўлса-да, янада яхшироқ яшамаслигидан нолийди. Баъзилар эса куни кеча ўзининг ҳолати ҳам шундай бўлганини, ўзи ҳам бошқаларнинг кўмагига муҳтож бўлганида: «Қачон мен ҳам ўзгаларга ўхшаб кўнглим тусаган нарсани ейман?» деб Аллоҳ таолога дуо қилиб, ёлворганини унутиб қўяди. Яна баъзилар эса умри давомида тўқчиликда яшайди ва тақдирнинг гардиши айланиб ўзининг бошига ҳам шундай кунлар тушиб қолиши мумкинлиги ҳақида ўйлаб ҳам кўрмайди. Лекин бир кунгина оч қолгандан сўнг уларнинг аҳволи ёдига тушади, ёрдамга ошиқади.

Рўза инсонни мурувватли қилади, ўзгаларга, хусусан, бечораҳолларга эътибор қаратишга ундайди. Ким ўзида раҳм-шафқат сифатини шакллантириш ва мустаҳкамлашни хоҳласа, рўза тутсин!

Рамазон ойининг рўзаси узоқ-яқиндаги, дунёнинг ҳар бир чеккасидаги мусулмонларни ҳам маънан, ҳам руҳан бирлаштирадиган ибодатдир. Бир неча миллион одам бир вақтда рўза тутишни ният қилиб, бир вақтда рўзаларини очадилар. Бу ойда бутун умматнинг якдиллиги намоён бўлади.

Рўза бадан учун саломатлик гарови саналади. Рўзадор рўза тутиш билан ўз соғлигини тиклаб олади. Бугунги кунга келиб бутун дунёда рўза нафақат соғлиқни сақлаш учун, балки беморларни даволаш учун ҳам ўта зарур омил эканлиги ошкора айтилмоқда. Яқинда россиялик олимлар рўза тутиш йўли билан даволанган беморлар рўйхатини эълон қилишди. Натижа кишини ҳайратга соладиган даражада муваффақиятли эди. Ҳатто саратон касалига мубтало бўлганлар ҳам мана шу йўл билан шифо топишибди.

Рўза турли касалликларга даво бўлиши билан бирга бадандаги ёмон, кераксиз ёғларни, холерик – сафро, флегматик – балғам, сангвиник – қон, меланхолик – қора ўтларни кетказади. Қонни тозалайди, ошқозонни

яхшилайти. Натижада рўздор анча енгиллашиб қолади, зеҳни ўткир, хотираси кучли, иродаси мустаҳкам бўлади. Кўплаб тиббиёт мутахассислари: «Рўза тутиш баданнинг соғлом ва қувватли бўлишига сабаб бўлади», деб таъкидлайдилар.

Рўза тутган кишининг гуноҳлари тутган рўзаси сабабли мағфират қилинади.

Рўза тутган киши ўз рўзаси сабабли фаришталар сифати ила сифатланади. Маълумки, емаслик, ичмаслик ва жинсий яқинлик қилмай, доимо тоатда бўлиш фаришталарга хос сифатдир. Рўза тутган инсон ўзининг рўздорлиги билан айнан ана шу сифатлар соҳиби бўлади.

***«Рамазон соғинчи» китоби асосида тайёрланди***