

## Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам суннатларининг илмий мўъжизалари



11:05 / 06.11.2019 8353

Ғарблик олимлар бутун умрини сарфлаб, тер тўкиб ечим излаётган муаммоларнинг муолажаси бундан ўн тўрт аср олдин севикли Пайғамбаримиз соллаллоҳу алайҳи васаллам томонларидан очиқ-ойдин баён этилган.

Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам Аллоҳ таолонинг амри билан бизни нимага буюрган бўлсалар, ўша нарсада биз учун фойда бордир. Ва албатта, нимадан қайтарган бўлсалар, унда бизлар учун зарар, зиён бор. **“Пайғамбар сизларга келтирган нарсани олингиз, у сизларни қайтарган нарсадан қайтингиз ва Аллоҳдан қўрқингиз!”** (Ҳашр сураси, 7-оят) деб марҳамат қилган Аллоҳ таолога беадад ҳамду санолар бўлсин!

## Сувни ўтирган ҳолатда ичиш

Анас розияллоҳу анҳу айтади:

**“Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам сувни тик туриб ичишдан қайтарганлар”** (Имом Муслим ривояти).

Доктор Абдураззоқ Кияний айтади: “Овқат ва сувнинг ўтирган ҳолатда ейиш ва ичиш соғлиқ учун ҳавфсиз ва фойдалидир. Бунда инсоннинг ошқозони тинч ва бўшашган ҳолатда бўлади, бу эса ўз навбатида сувни ошқозонга ҳеч қандай тўсиқларсиз тўғри келиб тушишини таъминлайди. Ўтириб ичилганда сув аввал ошқозонга тушиб, кислотали муҳит билан қоришади, сўнгра организмдаги микробларни тозалайди ва ўн икки бармоқ ичакка ўтади. Бу инсон организмни турли касалликлардан ҳимояланашига сабаб бўлади. Инсон тик туриб сув ичганда эса, сув тўғридан-тўғри ўн икки бармоқ ичакка ўтиб кетади. Бу инсон саломатлиги учун хавфли ва зарарлидир.

## Бурунга сув олиб ювиш

Абу Ҳурайра розияллоҳу анҳудан ривоят қилинади:

Набий соллаллоҳу алайҳи васаллам: **“Агар бирортангиз таҳорат олса, бурнини сув билан ювсин ва қоқиб ташласин”**, деганлар (Имом Муслим ривояти).

Доктор Мустафо Шаҳота айтади: “Бурун бўшлиғида микробларнинг бир неча турлари пайдо бўлади ва ривожланади. Ҳар куни таҳоратда бурун бўшлиғининг ювилиши, унинг яллиғланиши ва микробларнинг кўпайишини кеткизади”.

## Хушбўйлик суртиш

Пайғамбарирмиз соллаллоҳу алайҳи васаллам: **“Кимки юзига хушбўйлик суртмоқчи бўлса, уни қошидан бошласин. Албатта, бу бош оғриғини камайтиради. Қошлар одам танасида илк пайдо бўлгувчи туклардир”**, дедилар (Имом Дайлабий ривояти).

Барча тиббиёт олийгоҳларида қўлланма сифатида фойдаланиладиган “Эмбриология” дарслигида: “Она қорнида ривожланаётган боланинг танасида эмбрион ривожланишинг тўртинчи босқичида дастлаб қош туклари пайдо бўлади”, дейилади.

Замонавий тиббиёт тан олган ушбу ҳақиқат “Life Science Library” китобида ҳам **“Пайғамбар ҳақ экан!”** деган сўзлар билан эътироф этилган.

### **Учдан бирини тўлдириш кифоя**

Пайғамбаримиз 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 (Имом Термизий, Имом Аҳмад ривояти).

Мутахассислар айтишича, ошқозоннинг тўла бўлиши, инсоннинг чуқур нафас олишига тўсқинлиқ қилар экан. Тўлиқ нафас олмаслик эса умрни қисқартиради. Эркин нафас олмаслик оқибатида қон кислород билан тўйина олмайди ва аъзоларга ўша ҳолича қайтиб боради. Қолаверса, танадаги модда алмашинуви бузилади ва қоннинг кислород билан тўйиниши учун етарли миқдорда кислород кирмайди. Бу эса ўз навбатида турли касалликлар келиб чиқишига сабаб бўлади.

### **Ерга тушган егуликни тановул қилса бўлади (ми)?**

Расулulloҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам: **“Агар бирингизнинг егулигингиз ерга тушиб кетса, уни кўтариб, сиртини бегона нарсалардан тозалаб есин, насибасини шайтонга қолдирмасин. Қўлини артмай туриб ялаб қўйсин. Дарҳақиқат, у барака қай бирида (яширин) эканидан беҳабардир”**, дедилар (Имом Муслим ривояти).

Астон университети профессори Энтони Хилзнинг фикрича, ерга тушиб кетган егуликни беш сония ичида ердан олиб бемалол истеъмол қилса бўлар экан. Чунки бу вақт ичида ҳеч қандай микроорганизм егуликка тегишга ёки уни зарарлашга улгурмайди. Бундай егулик соғлиқ учун хавфсиздир.

**Чироқни ўчириб ётинг!**

Набий соллаллоҳу алайҳи васаллам: **“Ухлаганда чироқларни ўчиришлар”**, деганлар (Имом Абу Довуд ривояти).

Замонавий илмий тадқиқотлардан маълум бўлишича, ухлаган пайтда чироқни ёниқ қолдириш инсон миясининг муҳим жойларига таъсир қилиб, турли изтироб ва руҳий тушкунликларга ҳамда семириб кетишга сабаб бўлади. Шунинг учун олимлар тана ва мия дам олиши учун тунда чироқларни ўчириб ётишни тавсия қилишади.

### **Рўза тутинг**

Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам: **“Рўза тутинглар, саломат бўласизлар”**, дедилар (Имом Табароний ривояти).

Нобел мукофотининг тиббиёт ва физиология йўналиши совриндори бўлган япониялик олим Йошинори Осуми илмий тарзда рўзанинг инсон саломатлиги учун фойдасини исботлаб берди. Инсон организми оч қолганда тана қафасларидан чиқадиган зарарли бактерияларни ҳазм қилади. Бу эса инсон организмини турли зарарлардан халос бўлишга сабаб бўлади.

### **ОИТС муаммосининг ечими**

Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам: **“Хатна қилиш эркакларга суннат”**, дедилар (Имом Аҳмад ривояти).

Олимлар томонидан ўғил болаларни хатна қилиш ОИТСнинг олдини олишнинг энг афзал усули, деб тан олинди. Ёш болаларни хатна қилиш анъанавий одатга айланган ўлкаларда ОИТС касаллигининг юқиш кўрсаткичлари ўта паст экани аниқланди.

Жанубий Африка Республикасида ўтказилган тадқиқот натижаларига кўра, ўғил болаларни хатна қилувчи шаҳарларда ОИТСнинг тарқалиши кескин камайган. Шу сабабли, Африка қитъасининг энг кўп касаллик тарқалган давлатларида мажбурий хатна қилдириш жорий қилинган.

Аммо Гвинее-Бисау ва Кот-д’Ивуар каби шаҳарларда хатна амалиётнинг йўқлиги сабаб бу ерлар бу касалликнинг ўчоғи саналади. Айни дамда, ушбу суннатга амал қилиб келган қўшни шаҳарлар Либерия, Сьерра-Леоне

мазкур вирусдан бутунлай ҳоли ҳисобланади.

### **Ётишдан олдин кўрпани қоқинг**

Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам: **“Сизлардан бирортангиз тўшагига ётмоқчи бўлса, тўшагини қоқиб юборсин. Чунки у унда нималар борлигини билмайди”**, дедилар (Имом Бухорий ривояти).

Инсон танасида турли ҳашаротлар ва зарарли ҳужайралар кўпаяди. Ухлаш учун ётганда улар танадан кўрпага ўтади. Ушбу зарарли ҳужайралар турли касалликларнинг ривожланишига сабаб бўлади.

Ғарб олимлари ушбу ҳужайралар вақтида тозаланмаса, кўпайиб, касалликлар келтириб чиқаришини аниқладилар. Ушбу муаммони бартараф этиш йўллари бир неча йиллар давомида изладилар. Энг кучли тозалаш воситаларини ишлатиб, кўрпани ювдилар. Лекин ундаги зараркунанда ҳашаротлар қимир этгани ҳам йўқ. Охир оқибат кўрпани қўл билан уч марта қоқиб кўришди. Натижада, ўлик ҳужайра ва бошқа паразитлардан асар ҳам қолмади.

### **Тупроқ покловчидир**

Абу Ҳурайра розияллоҳу анҳу Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васалламдан ривоят қилади: **“Ер мен учун масжид ва покловчи қилинди”**(Имом Абу Довуд ривояти).

Илмий тадқиқотларда тупроқ таркибида йўқ бўлиши энг қийин бўлган бактерияларни ҳам кетказишга қодир бўлган антибиотиклар мавжуд эканини тасдиқланди. Изланишлар давомида олимлар қийин ўлувчи бактерияларга қарши восита сифатида тупроқдан фойдаландилар.

Тупроқ бир кун давомида бутун бошли бактерияларни буткул йўқ қила олган. Тупроқдан бошқа воситаларни қўллаганда самара бермаган, балки баъзи воситалар оқибатида бактериялар сони янада кўпайган.

**Нега айнан 13, 14 ва 15 - кунлари рўза тутиш лозим?**

Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам ҳар ойнинг 13, 14, 15 кунлари рўза тутишга буюриб: **“Қачонки бир ойдан уч кун рўза тутадиган бўлсанг, ўн уч, ўн тўрт ва ўн бешни тут”**, дедилар (Имом Термизий ривояти).

АҚШлик тадқиқотчилар Ойда инсон томири ва пешобида тўпланиб қолган сувни шимиш хусусияти борлигини аниқлашди. Ой инсон танасидаги бу сувни айнан 13, 14 ва 15 кунлик бўлганида шимиб олар экан. Тадқиқотчилар қамарий ойнинг 13, 14, 15 кунлари еб-ичишни камайтиришни тавсия этадилар.

### **Қорнинг билан ётма!**

Тихфатул Ғифорий розияллоҳу анҳу айтадилар: «Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам масжидда чалқанча ҳолатда ухлаб ётганимни кўриб қолдилар. Оёқлари билан туртиб: **“Бу уйқу нимаси?! Буни Аллоҳ ёмон кўради”**, дедилар» (Имом Ибн Можа ривояти).

АҚШлик мутахассислар юзтубан ухлаш саломатликка салбий таъсир кўрсатишини илмий исботладилар. Бунда инсон кўкрак қафаси тўлиқ нафас ололмади. Бўйин мушаклари мускулга айланиши оқибатида қон томирлари шикастланади. Бел қисмининг эгилиши ички органларга кучли босим ўтказди.

### **Тунги намоз**

Абу Ҳурайра розияллоҳу анҳудан ривоят қилинади. Набий соллаллоҳу алайҳи васаллам: **“Рамазондан кейинги энг афзал рўза, Аллоҳнинг муҳаррам ойи рўзасидир. Фарз намоздан кейинги энг афзал намоз тунги намоздир”**, дедилар (Имом Муслим ривояти).

Иордания кардиология илмий-тадқиқот маркази тиббиёт олимлари узлуксиз узоқ вақт ухлаш инсон саломатлиги, юрак-қон томирлари учун зарарлигини, хусусан, қон қуюқлашиши, инфаркт, миокард касалликларига олиб келишини аниқладилар.

Кардиолог олимлар юрак, юрак-қон томирлари касалликларини олдини олишда кечанинг тонгга яқин қисмида уйғониб, ўқилган намоз энг самарали усул эканини таъкидлайдилар.

## **Расулulloҳ соллаллоҳу алайҳи васалламсуйиб истеъмол қилган мева**

*“Расулulloҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам сарёғ ва хурмони яхши кўрар эдилар” (Имом Абу Довуд, Имом Ибн Можа ривояти).*

Хурмо кам калорияли мева ҳисобланиб, унда бор йўғи 23 калория мавжуд. Бироқ, хурмонинг 50%и глюкозадан иборат. Шу сабабли, у жуда тўйимлидир. Саҳровий араблар учун хурмо “иккинчи нон”дек бўлиб қолган. Хурмода юрак учун фойдали бўлган минерал ва тузлар бор. Хусусан организмдаги кислота меъёрини сақлашда, иммунитетни оширишда ҳамда камқонликни олдини олишда зарур бўлган мис, темир, магний, рух, марганец, калий, натрий, бор ва бошқа бир қатор зарурий моддаларга бой. Қандли диабет билан касалланган беморларга, қонда глюкоза миқдорини яхшилашга, углеводларнинг тез ҳазм бўлишига фойдали бўлган 23дан ортиқ хурмодан бошқа ҳеч бир мевада учрамайдиган аминокислота моддалари, В, А, С, В5, В3 витаминлари мавжуд.

Шунингдек, хурмодаги селен моддаси саратон касаллиги хавфини камайтириб, тўқима ва аъзоларда моддалар алмашувининг бузилишига, юрак қон-томир касалликларига, қон босимининг ошишига, тез толиқишга қарши самарали таъсир кўрсатади. Шу сабабли, Рамазон ойида хурмони мунтазам равишда истеъмол қилиш тавсия этилади.

## **Расулulloҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам тавсия қилган ўсимлик**

Умар розияллоҳу анҳудан ривоят қилинади. Набий соллаллоҳу алайҳи васаллам: **“Зайтун ёғини енг ва уни суртинг. Чунки у муборак дарахтдандир”**, дедилар (Имом Термизий ривояти).

Зайтун инсон организми учун жуда фойдали ҳисобланади. Ундаги Е моддаси инсоннинг тез қаришини олдини олади. Зайтун дарахтининг баргларида қон босимини олдини олувчи дорилар тайёрланади. Шунингдек, зайтуннинг ошқозон шиллиқ пардаси яллиғланишига қарши самарали фойдаси бор.

**Эркакларга ҳаром, аёлларга ҳалол**

Али розияллоҳу анҳудан ривоят қилинади: “Набий соллаллоҳу алайҳи васаллам ипакни олиб ўнг қўллари, тиллани эса чап қўллари ила тутдилар, сўнгра: **«Албатта, мана бу иккиси менинг умматимнинг эркаклари учун ҳаромдир»**, дедилар” (Имом Абу Довуд ривояти).

Илмий кузатишларга кўра, тилла вақти-вақти билан оксидланиб, ўзидан кимёвий моддалар чиқариши аниқланди. Бу моддалар эркакларнинг жинсий безларига таъсир қилади ва ҳатто жинсий заифликка олиб келиши мумкин. Тилла ҳар қандай навли (проба) бўлишидан қатъи назар, унинг оксидининг бир миллиграмми ҳам жинсий безларнинг меъёрда ишлашига тўсқинлик қилади.

Аммо тилла аёлларнинг саломатлигига салбий таъсир этмайди. Аксинча, уларнинг танасига ижобий таъсир кўрсатади ва қон айланишини яхшилади. Ўрта ёшдаги ва юраги хаста аёлларнинг қон босимини туширади.

Аёлларнинг тор тилла узукни номсиз бармоққа тақиб юриши эндокрин безларига зарар етказиши. Шунинг билан бирга, остеохондроз ва радикулитни келтириб чиқаради.

Ўрта бармоққа тақилган узук атеросклероз ва гипертонияга, жимжилоқнинг зўриқиши ўн икки бармоқли ичак патологиясига олиб келади. Шу боисдан узукни ётишдан олдин, албатта, ечиб қўйиш лозим.

### **Сурма фақатгина кўз пардозидир эмас!**

Ибн Аббос розияллоҳу анҳумодан ривоят қилинади: **“Албатта, сурмаларингизнинг яхшиси исмиддир. У кўзни равшан қилур ва киприкни ўстирур”**, (Имом Абу Довуд ривояти).

Сурма нафақат кўз пардозидир, балки кўз кўриш қобилиятини яхшилаш воситасидир. Қатор давлатларда кўз касалликларини даволашда, айниқса, кўз пардасининг яллиғланиши ҳамда аллергияга қарши восита сифатида ҳам сурмадан кенг фойдаланилади. Сурма киприкларни ўстириш хусусиятига ҳам эга. Кўзнинг чарчаши ва касалликларга чалинишидан сақлайди. Айниқса чўл шароитида қора ранг қуёшдан сақланиш воситасидир.

Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам ухлашдан олдин муборак кўзларига уч мартадан сурма суради эдилар.

## **Тишни покловчи, Аллоҳни рози қилувчи амал**

Абу Ҳурайра розияллоҳу анҳудан ривоят қилинади. Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам: **“Мисвок ишлатиб ўқилган икки ракат намоз мисвоксиз ўқилган етмиш ракат намоздан афзалдир”**, деганлар (Имом Ибн Нажжор ривояти).

Ойша розияллоҳу анҳодан ривоят қилинади. Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам: **“Мисвок оғизни покловчи ва Аллоҳни рози қилувчидир”**, дедилар (Имом Бухорий, Имом Насоий ривояти).

Мисвок милкни бақувват қилади. Тиш тошларини, оғиздаги нохуш ҳидлар ва бактерияларни йўқотади. Хотирани мустаҳкамлайди, нутқни равон қилади. Кўз нурини равшанлаштиради, ошқозон-ичак хасталикларининг олдини олади.

## **Саратон давоси**

Абу Ҳурайра розияллоҳу анҳудан ривоят қилинади. Набий соллаллоҳу алайҳи васаллам: **“Қора дона ўлимдан бошқа ҳар бир дардга даводир”**, дедилар (Имом Бухорий, Имом Муслим, Имом Термизий ривояти).

Қора седана уруғи ошқозон, юрак, кўз, нафас олиш йўллари, астма, бронхит, жигар ва буйраклар дисфункцияси, бош ва тиш оғриқлари, шамоллаш, кўнгил айниш, қусиш каби кўпгина касалликларни даволашда самарали фойда беради.

Қолаверса, инсон соғлиғини тиклаш ва иммун тизимини мустаҳкамлаш, куч-қувватини кўтаришда мисли йўқ шифобахш воситадир. Қора седана асаб системаси, ошқозон-ичак яралари, гижжа касалликлари, ҳатто саратон касалликларини даволашда ҳам қўлланилади.

Илмий кашфиётлар халқаро ташкилоти томонидан қора седананинг инсон организмда бронхиал йўллارни кенгайтириши, микробларни ўлдириши, қон босимини меъёрида ушлаб туриши, меъёردа сафро ажратишни таъминлаши, энг муҳими унинг саратон касалликларига қарши курашиш хусусиятига эга экани аниқланди.

**Даврон Нурмуҳаммад**