

## Ғусл қилиш соғлик учун фойдалидир



18:00 / 07.02.2021 4385

Ғусл ҳам таҳоратга ўхшаш инсон жисмини поклаш ва зийнатлаш воситасидир. У ҳам худди таҳоратга ўхшаб гоҳида фарз, гоҳида вожиб, гоҳида мастаҳаб бўлади.

Ғуслнинг шариатга киритилиши ҳикматлари кўп. Аввало, у ибодат, Аллоҳга қурбат ҳосил қилиш учун зарур нарсадир. Иккинчидан, поклик, озодалик ва соғлик учун ўта муҳим омил саналади. Қолаверса, ғуслни вожиб қилувчи нарсалар туфайли инсон вужудида пайдо бўладиган баъзи нопокликларни кетказиш, маний кетиши ила жисм йўқотган нарсаларни қайта тиклашдир. Жинсий яқинлик ва эҳтиломдан кейин ғусл қилган одамда қон юриши яхшиланади ва тетиклик тикланади. Шунингдек, ният билан қилинган ғусл туфайли гуноҳлар ҳам ювилади.

Аллоҳ таоло Моида сурасида марҳамат қилади:

## °أورّة طاف أبُنُجْ مُتُنُكْ نإو

«Агар жунуб бўлсангиз, бас, покланинглар» (6-оят).

Ғусл қуйидаги ҳолатларда фарз бўлади:

- Шаҳват билан отилиб келадиган маний тушганида.
- Жинсий алоқа қилганда.
- Уйғонган киши ўзида маний ёки мазийни кўрганида.
- Аёлларда ҳайз ва нифос тўхтаганида.
- жумъа, икки ийд намози, эҳром ва Арафа учун эса ғусл қилиш суннатдир.

Барча ҳужжат-далилларни синчиклаб ўрганиб чиққан фуқаҳоларимиз ғуслни аввалидан-охиригача қуйидаги тарзда баён қиладилар:

Дастлаб, ғусл қилувчи шахс тасмия айтади ва ният қилади. Кейин икки қўлини ювади. Кейин орқа, олд фаржини ювади. Баданида најосат бўлса, ўшани ювиб кетказади. Кейин худди намозга қилгандек таҳорат олади. Албатта, бунда оғиз-бурунни муболаға билан (маромига етказиб) чайқаш зарур. Агар турган жойида сув жамланадиган бўлса, оёқларини ювишни кейинга суради. Сўнгра бошига сув қуйиб, ишқаб ювади. Баданига уч марта, ўнг елкасидан бошлаб сув қуяди, кейин чап елкасига қуяди. Қўли билан баданини ишқайди. Икки қулоғи, киндиги, қўлтиқ ости каби сув етиши қийин жойларига алоҳида эътибор беради. Ғуслнинг охирида бошқа тарафга ўтиб оёқларини ювади. Сув тўпланмайдиган жой бўлса, оёқларини ўша ерда ювиб олаверади.

**«Олам ва одам, дин ва илм» китоби асосида тайёрланди**