دىنسىز كومىنىستلاردىن بىرى روزا تۇتۇش سالامەتلىككە زىيانلىق دەپ سەپسەتە قىلىدۇ

[الأويغورية - ئۇيغۇرچە - uyghur]

پەزىلەتلىك شەيخ مۇھەممەد سالىھ ئەلمۇنەججىد

تەرجىمە قىلغۇچى: سەيپىددىن ئەبۇ ئابدۇلئەزىز

تەكشۈرۈپ بېكىتكۈچى: نىزامىددىن تەمكىنى

نەشىر ھوقۇقى مۇسۇلمانلارغا مەنسۇپ

2013 - 1434

IslamHouse.com

شيوعي ملحد يدعي أن الصيام مضرّ

« باللغة الأويغورية »

فضيلة الشيخ محمد صالح المنجد

ترجمة: سيف الدين أبو عبد العزيز

مراجعة: نظام الدين تمكيني

حقوق الطبع والنشر لكل مسلم

2013 - 1434

IslamHouse.com

دىنسىز كوممۇنىستلاردىن بىرى روزا تۇتۇش سالامەتلىككە زىيانلىق دەپ سەپسەتە قىلىدۇ

41869- نومۇرلۇق سوئال

سوئال:

مەن رۇسىيىدە ياشايمەن ۋە ئۇ يەردە ئوقۇيمەن، بىزنىڭ كۆپچىلىك ئوقۇتقۇچىلىرىمىز كوممۇنىست بولۇپ ئاللاھ تائالانىڭ مەۋجۇتلۇقىنى ئىنكار قىلىدۇ ۋە ئىشەنمەيدۇ. ئۇلاردىن بىرى بىزگە: نىمە ئۈچۈن ئاللاھ تائالا سىلەرنى رامىزاندا كۈندۈزدە يېمەك-ئىچمەكنى تەرك قىلىشقا بۇيرۇيدۇ، بۇنداق قىلىش سالامەتلىككە زىيانلىق تۇرسا؟، دەيدۇ. ئاللاھ خار قىلغان بۇ دىنسىزغا قانداق رەت قايتۇرۇش توغرىسىدا كۆرسەتمە بېرىشىڭلارنى سورايمىز؟.

جاۋاپ:

بارلىق گۈزەل مەدھىيىلەر ئالەملەرنىڭ پەرۋەردىگار بولغان ئاللاھ تائالاغا خاستۇر.

روزا ئەسلىدە شەرئى ئىبادەت ۋە ئىلاھى پەرز بولغاندىن باشقا بەدەننىڭ ساغلاملىقىنى كۈچەيتىدىغان ئەڭ ئۈنۈملۈك ۋە مەنپەئەتلىك ئىلاج ھېسابلىنىدۇ. بۇنى

مۇسۇلمانلاردىن باشقا مۇسۇلمان بولمىغان مەشھۇر كاپىر دوختۇرلارمۇ ئىسپاتلاپ گۇۋاھلىق بەرگەن.

روزا نەپسىنىڭ سىقىلىشى ۋە راھەتسىزلىكىنى داۋالاشتا زور رول ئوينايدۇ. روزا روزىدارنىڭ ئىرادىسىنى كۈچەيتىپ، تۇيغۇلىرىنى ئىنچىكىلەشتۈرىدۇ، ياخشىلىقنى سۆيىدىغان، جېدەل-ماجرا ۋە دۈشمەنلىكتىن يىراق تۇرىدىغان ھالەتكە كەلتۈرۈپ، روھى دۇنياسى ۋە پىكىر ئۈستۈنلىكىنى ھېس قىلدۇرىدۇ، شەخسىيىتىنى كۈچەيتىپ قىيىنچىلىققا بەرداشلىق بېرىش، جاپا-مۇشەققەتكە چىداش كۈچىنى زىيادە قىلىدۇ. بۇ ئىشلار روزا تۇتقۇچى كىشىلەرنىڭ سالامەتلىك ئەھۋالىدا بىۋاستە ئىپادىلىنىدۇ.

يەنە بىر تەرەپتىن، روزا ئىنسان جىسمىدىكى ھەزىم قىلىش يوللىرى كېسىلى، ئاشقازان ياللۇغى كېسىلى، جىگەر كېسىلى، تاماق سىڭمەسلىك قاتارلىق نۇرغۇن كېسەللەرنى داۋالايدۇ، ئۇنىڭدىن باشقا سېمىزلىك، تومۇر ئېسىلىپ قىلىش، قان بېسىمى ئۆرلەپ كېتىش، كۆكسى چىڭقىلىش ۋە ئۆپكە كېسەللىكى قاتارلىق كېسەللەرنى داۋالاشتىمۇ زور رول ئوينايدۇ.

شۋېيتسارىيىلىك دوختۇر بارسىيلۇس مۇنداق يازىدۇ: "ئاچ قالدۇرۇپ كېسەل داۋالاشنىڭ ئۇنۇمى، دورا ئىشلىتىپ داۋالاشتىن نەچچە ھەسسە يۇقىرى بولىدۇ".

دوختۇر ھىيلب ئۆزىنىڭ بىمارلىرىنى بىر قانچە كۈن تاماق يېيىشتىن چەكلەيتتى. ئاندىن ئۇلارغا يەڭگىل يېمەكلىكلەرنى بېرەتتى.

ئومۇمى جەھەتتىن روزا ئاچلىق ۋاقىتتا تەلەپ قىلىنىدىغان توقۇلمىلارنىڭ يوقىلىشىغا ياردەم بېرىدۇ، يېڭىدىن غىزالانغاندا بۇ توقۇلمىلارنىڭ قۇرۇلۇشى يېڭىلىنىدۇ، مانا بۇ باشۇتىينغا ئوخشاش بەزى ئالىملارنىڭ بىمارلارنى مەلۇم ۋاقىت غىزالىنىشنى تەرك قىلىشقا دەۋەت قىلىشىنىڭ سەۋەبىدۇر. ئۇلار روزىنىڭ ساغلاملىقنىڭ يېڭىلىنىشىغا تەسىرى بار دەپ قارايدۇ.

كولۇمبىيە ئۇنىۋېرسىتېتىدىكى توم بىرنىز مۇخبىرلارغا مۇنداق دەيدۇ: "مەن روزىنى جىسمانى تەرەپتىن كۆپرەك روھى تەجرىبە دەپ قارايمەن، مەن بەدىنىمدىكى زىيادە سېمىزلىكتىن قۇتۇلۇشنى مەقسەت قىلىپ روزا تۇتقان بولسامۇ، لېكىن روزىنىڭ ئۇنىڭدىن باشقا يەنە بەدەندىكىماينى ئېرىتىش، كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرۇش، ئوي-پىكىرلەرنى يېڭىلاش، تۇيغۇلارنى مەركەزلەشتۈرۈش قاتارلىق تەرەپلەرگىمۇ زور پايدىسى

بولدى، مەن روزا تۇتۇپ بىر قانچە كۈن ئۆتمەستىن روھى تەرەپتىن يۇقىرى بىر تەجرىبىگە ئىگە بولغانلىقىمنى ھېس قىلدىم".

ھەقىقەتەن بەزى ۋاقىتلاردا روزا بەزى ئىنسانلار ئۈچۈن ئارتۇقچە جاپا-مۇشەققەت ۋە زىيانغا سەۋەپ بولىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن ئاللاھ تائالا كېسەل ۋە مۇساپىرلاردىن روزىنى ئەپۇ قىلىۋەتكەن، ئۇلار كېسەللىكتىن ساقايغاندا ۋە سەپەردىن قايتىپ كەلگەندە تۇتالمىغان روزىنى تولۇقلاپ تۇتىدۇ.

روزىنىڭ تەڭداشسىز پايدىلىرىدىن: روزىنىڭ ئەدەپلىرىگە رىئايە قىلىش، ئۇنىڭ جۈملىسىدىن سوھۇرلۇقنى كېچىكتۈرۈپ يېيىش، ئىپتارنى ۋاقتىدا قىلىش، يېمەك-ئىچمەكنى ئىسراپ قىلماسلىق ۋە يېمەكلىك تۈرىنى كۆپەيتمەسلىك قاتارلىق ئىشلارغا دىققەت قىلىش لازىم.

ئەنگلىيە مائارىپ دائىرلىرى مۇنداق دەيدۇ: "كۆپچىلىك دىنلار روزا تۇتۇشنى پەرز قىلدى، روزا تۇتۇش دىنى پائالىيەتلەر بولمىغان ۋاقىتلاردىمۇ كىشلەر ئۈچۈن مۇھىمدۇر، بەزى كىشلەر ئىنسانني تەبىئىتىنىڭ تەقەززاسى بىلەنمۇ روزا تۇتىدۇ".

20-ئەسىردە ئامېرىكا ۋە ياۋروپا دۆلەتلىرىدە روزىنىڭ تىببى جەھەتتىكى پايدىلىرى بايان قىلىنغان نۇرغۇن

كىتابلار مەيدانغا كەلدى، ئۇ كىتابلارنىڭ جۈملىسىدىن: شىلتۇنىنىڭ "روزا بىلەن داۋالاش"، لەئالان كوتنىڭ" روزا تىببى جەھەتتە ئۆلگىلىك غىزالىنىش پرىنسىپىدۇر"، ھىنراك تانىرنىڭ "روزا ھاياتنىڭ دورىسى" ۋە لوتزىنىرنىڭ "تىببى جەھەتتە روزا تۇتۇش بىلەن ساغلام ھاياتقا قايتىش" قاتارلىق كىتابلار.

روزىنىڭ يۈرەك كېسىلىگە بولغان پايدىسى ناھايىتى كۆپ بولۇپ، ئىنسان بىر نەرسىنى ھەزىم قىلغان ۋاقىتتا يۈرەك جىسىمغا 10% مىقداردا قان يەتكۈزۈپ بېرىشى كېرەك، روزا تۇتقاندا كۈندۈزدە ھەزىم قىلىش بولمايدۇ، شۇنىڭ يۈرەكنىڭ يەتكۈزۈپ بېرىدىغان 10% قان ئازلايدۇ، بۇنىڭ يۈرەك مۇسكۇللىرى ئۈچۈن ئاز كۈچ سەرپ قىلىش ۋە كۆپ راھەتلىنىشكە پايدىسى بولىدۇ.

روزىنىڭ تېرە كېسەللىكىنى داۋالاشتىمۇ زور پايدىسى بار، بۇنىڭ سەۋەبى روزا تۇتۇش بىلەن قاننىڭ تەركىبىدىكى سۇنىڭ نىسبىتى ئازلايدۇ، شۇنىڭ بىلەن تېرىدىكى سۇنىڭ نىسبىتى ئازلايدۇ، بۇ ئارقىلىق كېلىدىغان پايدىلار:

-تېرىنىڭ تۈرلۈك مىكرۇپلاردىن يۇقىدىغان يۇقۇملۇق كېسەللىكلەر مىكروبىغا بولغان قارشىلىقىنى كۈچەيتىدۇ.

- سىرتقى تەرەپتىن جىسمىمىزنىڭ ھەممە تەرىپىگە تارقىلىدىغان تېرە كېسەللىكلىرىنىڭ تارقىلىشىنى ئازايتىدۇ.
- مايلىق تېرىدە يۈز بېرىدىغان ئىنفېكسىيەلىنىشقا چەك قويىدۇ، سەزگۈرلۈك كېسەللىكىنى ئازايتىدۇ.
- روزا تۇتۇش بىلەن ئۈچەينىڭ زەھەرلىك ماددىلارنى ئاجرىتىش، ئۆزلۈكسىز داۋاملىشىدىغان دانىخورەك ۋە جاراھەتلەرنىڭ پەيدا بولۇشىغا سەۋەب بولىدىغان ئىچىمىكتىكى ماددىلارنى پەيدا قىلىش نىسبىتىنى تۆۋەنلەيدۇ.
يۇقىرىدا بايان قىلغانلىرىمىز روزىنىڭ سەھىيە تەرەپتىن بولغان بەزى پايدىلىرىدىن ئىبارەتتۇر. شۇنى بىلىشىڭىز كېرەككى، دىنىمىز ئوقۇتقۇچىمىزنىڭ دېگەن مەزكۇر سۆزىنىڭ سەھىيە تەرەپتىن ئىلمىي ئىپادىلاندا ھېچقانداق ئاساسى يوق سۆزدۇر.
بۇنىڭدىن سىرت بىز ئاللاھ تائالانىڭ بۇيرۇقىغا بويسۇنغانلىقتىن روزا تۇتىمىز، چۈنكى ئاللاھ تائالا مۇنداق دېگەن: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ تەرجىمىسى: «ئى مۆمىنلەر! (گۇناھلاردىن) ساقلىنىشىڭلار ئۈچۈن، سىلەردىن ئىلگىرىكىلەرگە ئىلگىرىكى (يەنى

ئۇممەتلەرگە) روزا پەرز قىلىنغاندەك، سىلەرگىمۇ (رامىزان روزىسى) پەرز قىلىندى.» [سۈرە بەقەرە 183-ئايەت].

ئاللاھ تائالا بىزنى ئۆزىمىزنى ئۆلتۈرۈشكە بۇيرىغان بولسا ئىدى، ئەلۋەتتە بىز ئاللاھ تائالانىڭ رازىلىقىغا ئېرىشىش ئۈچۈن ئۆزىمىزنى ئۆلتۈرگەن بولاتتۇق، لېكىن بىز شۇنىڭغا ئىشىنىمىزكى، ئاللاھ تائالا ھەرگىزمۇ بىزنى ئۇنداق ئىشقا بۇيرۇمايدۇ. بىزنى دۇنيا-ئاخىرەتتە بىزگە مەنپەئەتى بولىدىغان ياخشى ئىشلارغا بۇيرۇيدۇ.

ھەممىدىن توغرىنى بىلگۈچى ئاللاھ تائالادۇر.