

## سۇئال

جىسمىمنى گۈزەللەشتۈرۈش ۋە بەدىنىمنى كۈچلەندۈرۈش ئۈچۈن بەدەن چېنىقتۇرۇش بىلەن شۇغۇللىنىمەن. مېنىڭ مەقسىتىم ئاللاھ يولىدا جىھاد قىلىش. 1-ئاللاھ تائالاغا كۆپ ئىستىغپار ئېيتىش بەدەننى كۈچلاندۈرۈمدۇ؟، بىز قايسى ۋاقىتتا ۋە كۈنىگە قانچىلىق مىقداردا ئاللاھ تائالاغا ئىستىغپار ئېيتىشىمىز كېرەك؟. 2-بەدەننىڭ ماددى ۋە مەنەۋىي كۈچىنى ئاشۇرىدىغان زىكر-دۇئالار توغرىسىدا چۈشەنچە بېرىشىڭلارنى سورايمەن؟.

## تەپسىلىي جاۋاب

بارلىق گۈزەل مەدھىيىلەر ئالەملەرنىڭ پەرۋەردىگارى بولغان ئاللاھ تائالاغا خاستۇر.

قېرىندىشىم سىز ياخشى بىر ئىشنى مەقسەت قىلىپ، بەدەن چېنىقتۇرۇۋېتىپسىز. ياخشى نىيەت ئادەتنى ئىبادەتكە ئايلاندۇرىدۇ.

ئەمما سىز ئاللاھ تائالاغا كۆپ ئىستىغپار ئېيتىش ئىنساننىڭ كۈچ-قۇۋۋىتىنى زىيادە قىلىدىغانلىقى توغرىسىدا سوئال سوراپسىز، بۇنىڭ جاۋابى: توغرا، ئاللاھ تائالا كۆپ ئىستىغپار ئېيتىش بەدەننىڭ كۈچ-قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ. بۇ توغرىدا ئاللاھ تائالا ھۇد ئەلەيھىسسالامنىڭ ئۆز قوۋمى بىلەن بولغان ئەھۋالىنى بايان قىلىپ مۇنداق دەيدۇ: **وَيَا قَوْمِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا وَيَزِدْكُمْ قُوَّةً إِلَيَّ قُوَّتِكُمْ وَلَا تَتَوَلَّوْا مُجْرِمِينَ** تەرجىمىسى: **ئى قەۋمىم! پەرۋەردىگارىڭلاردىن مەغپىرەت تىلەڭلار، ئاندىن ئۇنىڭغا تەۋبە قىلىڭلار، سىلەرگە ئۇ كۆپ يېغىن ياغدۇرۇپ بېرىدۇ، سىلەرگە تېخىمۇ كۈچ - قۇۋۋەت بېرىدۇ، سىلەر گۇناھقا چۆمگەن ھالدا (مېنىڭ دەۋىتىمدىن) يۈز ئۈرۈمەڭلار. [سۈرە ھۇد 52-ئايەت].**

ئىبنى قەييىم رەھىمەھۇللاھ "ئەلۋابىل ئەسسەيب" ناملىق ئەسىرىنىڭ 77-بىتىدە، ئاللاھ تائالاغا زىكر ئېيتىشنىڭ پايدىسىنى ساناپ، ئىستىغپارنى 61- رەتتە بايان قىلىپ مۇنداق دەيدۇ: "ھەقىقەتەن ئاللاھ تائالانى ياد ئېتىپ زىكر قىلىش زىكر قىلغۇچىغا نۇرغۇن كۈچ-قۇۋۋەتلەرنى ئاتا قىلىدۇ، ئۇ زىكر قىلىش بىلەن ۋۇجۇتقا چىقىرىلغان نۇرغۇن ئىشلارنى ئاللاھ تائالانى ياد ئەتمەستىن ۋە زىكر قىلماستىن ۋۇجۇتقا چىقىرىشقا قادىر بولالمايدۇ. مەن شەيخۇل ئىسلام ئىبنى تەيمىيەنىڭ مېڭىش-تۇرۇشى، سۆز-ھەرىكىتى ۋە يېزىقچىلىق ئىشلىرىدا ئاجايىپ ھەيران قالدۇرغان ئىشلارنى كۆردۈم. ئادەتتە ئۇ زات باشقا كىشىلەر بىر ھەپتىدە ياكى ئۇنىڭدىنمۇ كۆپرەك ۋاقىتتا يازىدىغان يازمىلارنى بىر كۈندە يېزىپ پۈتكۈزەتتى.

مۇسۇلمان قوشۇنلىرىدا ئۇرۇش مەيدانىدا كۈچ-قۇۋۋەتتىن ئاجايىپ بىر ئىشلار كۆرۈلدى. پەيغەمبەر ئەلەيھىسسالام سۆيۈملۈك قىزى پاتىمە رەزىيەللاھۇ ئەنھا بىلەن ئەلى رەزىيەللاھۇ ئەنھۇغا ئۇلار تۇرمۇشتا قېيىنلىپ، پەيغەمبەر ئەلەيھىسسالامدىن ئائىلىدە

ئىش قىلىدىغان بىر خىزمەتچى سورىغاندا، ھەر كۈنى ئۇخلاشتىن ئىلگىرى ياتىدىغان ئورۇنغا كەلگەندە، 33 قېتىم سۇبھاناللاھ، 33 قېتىم ئەلھەمدۇلىللاھ، 33 قېتىم ئاللاھۇ ئەكبەر دەپ زىكىر-تەسبىھ ئېيتىش توغرىسىدا تەلىم بەرگەن ۋە ئۇلارغا: **بۇنداق قىلىش سىلەر ئۈچۈن خىزمەتچىدىن ياخشى دېگەن.**

ھەر كۈنى ئۇخلاشتىن ئىلگىرى يۇقىرىدا بايان قىلىنغان زىكىر-تەسبىھلەرنى داۋاملاشتۇرغاندا، بەدىنىدە قۇۋۋەت پەيدا بولۇپ، خىزمەتچىگە ھاجىتى چۈشمەيدۇ، دېيىلگەن.

ئەمما ئاللاھ تائالاغا زىكىر-تەسبىھ ئېيتىلىدىغان ۋاقىت ۋە ئۇنىڭ مىقدارى بولسا؛ مۇمىن ھەر ۋاقىت ۋە ھەرقانداق ئەھۋال ئاستىدا ئاللاھ تائالانى ياد ئېتىپ تۇرۇشى كېرەك. بۇ توغرىدا ئاللاھ تائالا قۇرئان كەرىمدە مۇنداق دەيدۇ: **الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ تَهْرَجِمَسِي: ئۇلار ئۆرە تۇرغاندىمۇ، ئولتۇرغاندىمۇ، ياتقاندىمۇ ئاللاھنى ئەسلەپ تۇرىدۇ.** [سۈرە ئال- ئىمران 191-ئايەتنىڭ بىرقىسمى].

ئائىشە رەزىيەللاھۇ ئەنھا مۇنداق دەيدۇ: **پەيغەمبەر ئەلەيھىسسالام ئۆزىنىڭ ھەممە ۋاقىتلىرىدا ئاللاھ تائالانى ياد ئېتىپ تۇراتتى.** [مۇسلىم رىۋايىتى].

بەندە دائىم ئاللاھ تائالانى ياد ئېتىپ، زىكىر-تەسبىھ، ئىستىغپار ئېيتىپ تۇرۇشى لازىم. قانچە كۆپ بولسا شۇنچە ياخشى بولىدۇ. بۇ توغرىدا ئاللاھ تائالا قۇرئان كەرىمدە مۇنداق دەيدۇ: **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا \* وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا تَهْرَجِمَسِي: ئى مۇمىنلەر! ئاللاھنى كۆپ ياد قىلىڭلار. ئۇنىڭغا ئەتىگەن- ئاخشامدا تەسبىھ ئېيتىڭلار (چۈنكى بۇ ئىككى ۋاقىتتا پەرىشتىلەر چۈشۈپ تۇرغانلىقتىن، ئۇ ۋاقىتلارنىڭ ئەۋزىلى ھېسابلىنىدۇ).** [سۈرە ئەھزاب 41-42-ئايەتلەر].

ئاللاھ تائالا يەنە مۇنداق دەيدۇ: **وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا تَهْرَجِمَسِي: ئاللاھنى كۆپ زىكىرى قىلغۇچى ئەرلەر ۋە ئاللاھنى كۆپ زىكىرى قىلغۇچى ئاياللارغا ئاللاھ مەغپىرەت ۋە كاتتا ساۋاب تەييارلىدى.** [سۈرە ئەھزاب 35-ئايەت].

ئەغەرى ئەلمۇزەننى رەزىيەللاھۇ ئەنھۇدىن بايان قىلىنغان ھەدىسىدە، پەيغەمبەر ئەلەيھىسسالام مۇنداق دېگەن: **مەن بىر كۈندە ئاللاھ تائالاغا يۈز قېتىمدىن كۆپرەك ئىستىغپار ئېيتىمەن.** [مۇسلىم رىۋايىتى 2702].

ئىبنى ئۇمەر رەزىيەللاھۇ ئەنھۇ: **بىز بەزى بىر سورۇندا پەيغەمبەر ئەلەيھىسسالامنىڭ: ئى پەرۋەردىگارم مېنى مەغپىرەت قىلغىن، مېنىڭ تەۋبەمنى قوبۇل قىلغىن، سەن ھەقىقەتەن تەۋبە قىلغۇچىنىڭ تەۋبىسىنى قوبۇل قىلغۇچى دائىمى مېھرىباندۇرسەن، دېگەن سۆزنى يۈز قېتىم تەكرارلىغانلىقىنى سانايتتۇق، دەيدۇ.** [شەيخ ئەلبانى رەھىمەھۇللاھ بۇ ھەدىسنى ئەبۇ داۋۇدنىڭ سەھىھ ھەدىسلەر توپلىمىدا كەلتۈرگەن].

ھەممىدىن ياخشى بىلگۈچى جانابى ئاللاھتۇر.