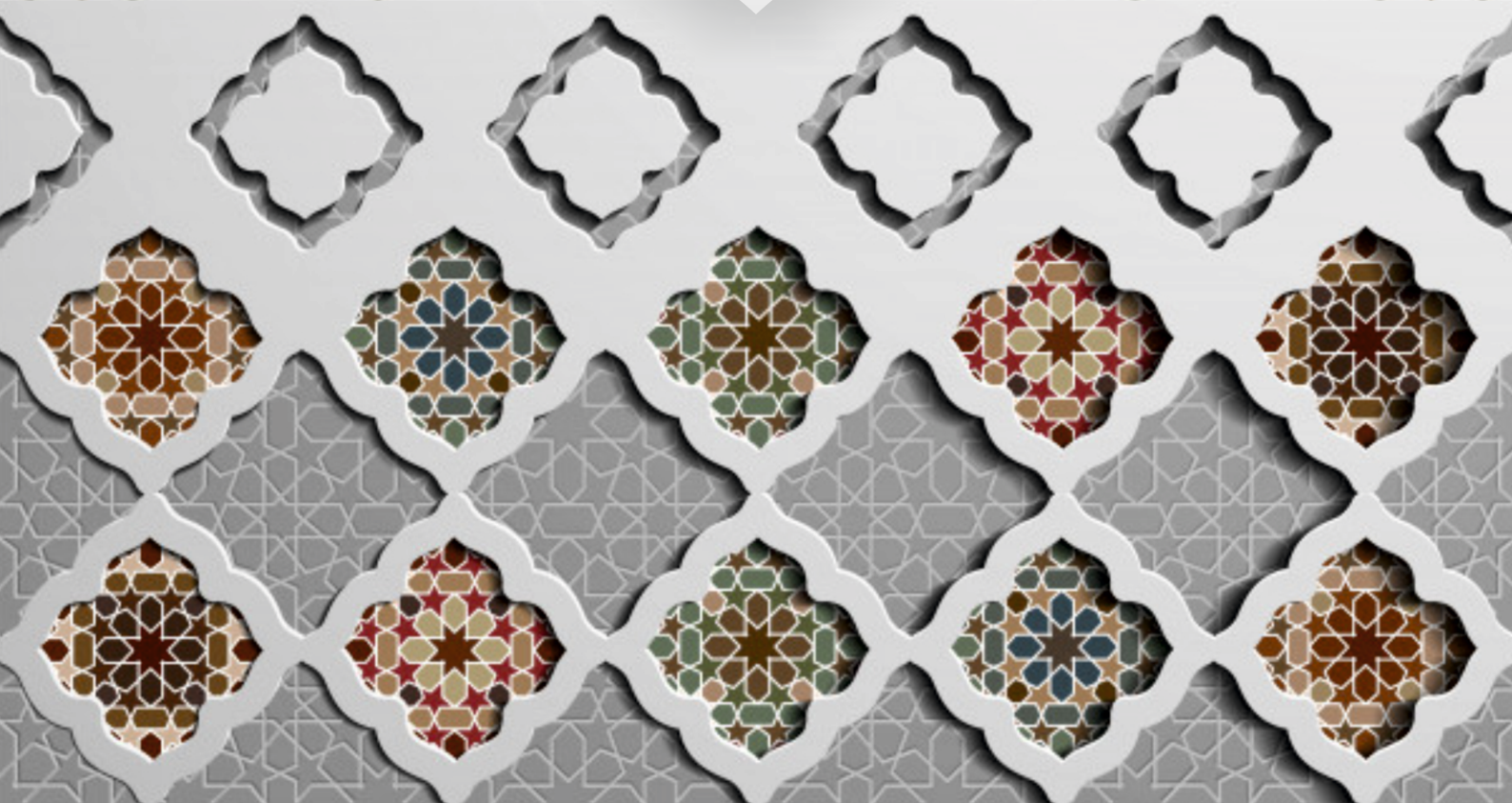


ЗЕҲН ВА  
ХОТИРАНИ  
КУЧАЙТИРУВЧИ  
ОМИЛЛАР



## 1. Асал.

Зухрий Ибн Журайжга:

**«Асал еб юр, чунки у хотира учун яхшидир»,** деган.



## 2. Сигир сути.

Бир киши Али ибн Абу Толиб розияллоху анхуга кўп нарсаларни унутиб қўйишидан шикоят қилганида, у киши:

**«Сигир сутини ичиб юр. У юракка далда беради ва унутишни кетказади»,** деган эканлар. (Хатиб ривоят қилган).



## 3. Майиз.

Зухрий:

**«Ким ҳадис ёдлашни истаса, майиз есин»,** деган.



## 4. Лубон

(Дарахтдан олинадиган сутсимон модда, дарахтнинг шираси). Бир киши Анас ибн Молик розияллоху анхуга унутувчанлигидан шикоят қилибди. Шунда у киши:

**«Лубон ичиб юр. Уни кечаси ивитиб қўйиб, эрталаб оч қоринга бир хўпламдан ичасан. У хотира пастлигини яхши даволайди»,** деган эканлар.



## 5. Мисвок.

Қуръони Карим қироатидан аввал оғизни мисвок билан тозалаш тиловат одобларидандир.

Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам:

**«Мисвок оғизни тозаловчи ва Роббни рози қилувчидир»,** деганлар. У оғизни ҳушбўй қилади, нутқни равонлаштиради, ҳисни кучайтиради, уйқуни қочиради, овозни тиниқлаштиради ва балғамни олади. Зарнужий айтади: **«Балғам ва ботлар камайган сари ҳофиза кучаяверади. Балғам кўпайиши унутишга олиб боради».**



## 6. Замзам.

Ўтган солиҳларимиз шифо, талаби илм ва бошқа улғ мақсадларни ният қилиб, замзам сувини ичганлар.

Замзам ичишдан олдин манфаатли илм сўраб дуо қилиш асарларда келган.

Имом Ибн Ҳажар раҳимаҳуллоҳ ҳадис ёдлашда Имом Заҳабийдек бўлишни Аллоҳдан илтижо қилиб замзам ичганлар ва натижада у кишидан ҳам ўзиб кетганлар.



Шуни таъкидлаш лозимки, юқорида айтиб ўтилган асал, сигир сути, майиз, лубон, мисвок ва замзам каби сабаблар Аллоҳ таоло тавфиқ бергандагина фойда беради. Уларни силоҳга қиёслаш мумкин. Қўлнинг моҳир ҳаракати бўлмаса, ҳар қандай зўр силоҳдан бирор иш чиқмайди. Худди шунга ўхшаш, мазкур емакларни тановул қилиш билан бирга, зеҳн ва хотира тўғри ҳамда тўхтовсиз ишлатилмас экан, уларнинг фақат чиқиндига айлангани қолади. Акс ҳолда бу егуликларни мўл-кўл истеъмол қилиб юрган кўпчилик ҳофизу олим бўлиб кетиши мумкин эди.



## Унутиш

Ёдлаш ҳақида гап борар экан, бунинг муқобилида унутиш ҳам борлигига эътибор бериш лозим. Қуръони Каримни ёдлаш қанчалик улуғ неъмат бўлса, уни унутиш шунчалик катта мусибатдир.

Унутиш араб тилида «нисён» дейилади. «Инсон» сўзи айнан мана шу «нисён» сўзидан олинган, деган қарашлар бор. Демак, унутиш табиий инсоний хусусиятдир.

Ҳатто анбиёлар алайҳимуссаломдан ҳам унутиш содир бўлган. Аллоҳ таоло Одам алайҳиссалом ҳақида шундай деган:

وَلَقَدْ عَهِدْنَا إِلَىٰ آدَمَ مِن قَبْلُ فَنَسِيَ وَلَمْ نَجِدْ لَهُ عَزْمًا ﴿١١٥﴾

«Батаҳқиқ, илгари Биз Одам билан аҳдлашган эдик. Лекин у унутди. Унда азму қарор топмадик» (Тоҳа сураси, 115-оят).

Унутиш шайтондандир:

قَالَ أَرَأَيْتَ إِذْ أَوَيْنَا إِلَى الصَّخْرَةِ فَإِنِّي نَسِيتُ الْحُوتَ وَمَا أَنسَنِيهِ إِلَّا الشَّيْطَانُ أَنْ أَذْكُرَهُ، وَاتَّخَذَ سَبِيلَهُ فِي الْبَحْرِ عَجَبًا ﴿٦٣﴾

«У: «Буни қара, харсангга жойлашганимизда, мен балиқни унутибман. Фақат шайтонгина уни эслашимни унуттирибди. Ажабо, у денгизга йўл олибди», деди» (Каҳф сураси, 63-оят).

Шунинг учун ҳам Аллоҳ таолонинг Ўзи бандаларига унутиб қилган хатолари туфайли итобга қолишдан паноҳ сўрашни таълим берган:



## رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا

«Роббимиз, агар унутсак ёки хато қилсак, (иқобга) тутмагин!»  
(Бақара сураси, 286-оят).

Аслида унутиш хоссасининг неъмат саналадиган ўринлари ҳам бор. Масалан, кишининг хафаликларни, мусибат ва қийинчиликларни, шунингдек, ҳар лаҳза рўпара бўладиган беҳуда нарсаларни унутиши айни неъматдир. Унутиш хоссаси инсон соғлиғининг гаровидир. Унутиш билан мия дам олади, ўзини қайта тиклайди. Агар унутиш бўлмаса, мия фаолияти чарчайди. Шунингдек, маълумотни бироз унутиш унинг зеҳнида мустаҳкамроқ жой олишига ёрдам беради. Лекин фойдали нарсаларни, хусусан, ёдланган оятни унутиш катта мусибатдир.

Аллоҳ таоло Қуръони Каримни ёдлашга осон қилиб қўйганидек, унинг унутилишини ҳам осон қилиб қўйган. У қалбдан қочқоқ туя тушовдан қочганидан ҳам тез қочади. Токи уни ёд олган киши фақатгина ёд олиб қўйиш билан кифояланиб, уни ташлаб қўймасин, балки тинимсиз унга боғланиб турсин, уни ўқиб, ҳар калимаси учун ажрлар олиб юрсин, Аллоҳ таолодан узилиб қолмасин. Киши унутиб қўйишдан қўрқиб бўлса ҳам, мазкур яхшиликларга эга бўлиб қолади. Унутиш ҳам бир синов. Фақат Қуръонга боғланганларгина унинг аҳли бўла олади, бошқалар бу мақомдан маҳрум қилинади.

Вақт ўтиши, ёш улғайиши сабаб хотира пасайиб, унутиш кучаяди. Аммо бунинг олдини олиш мумкин. Бу борадаги ягона йўл эса тинимсиз ёдлаш, такрорлашдир.

## Унутишга қарши муолажа

– Аллоҳ таолога қайтиш. Аллоҳ таолонинг Ўзидан унутишни бартараф қилишини астойдил сўраш, Қуръони Каримни қалбига жо этишини сўраб дуо қилиш лозим. Аллоҳ таоло:

وَأذْكُرُّ رَبَّكَ إِذَا نَسِيتَ وَقُلْ عَسَىٰ أَنْ يَهْدِيَنِي رَبِّي لِأَقْرَبَ مِنْ هَذَا رَشَدًا ﴿٢٤﴾

«Қачонки унутсанг, Роббингни зикр қил ва: «Шоядки, Роббим мени бундан яқинроқ яхшиликка ҳидоят қилса», дегин», дейди (Каҳф сураси, 24-оят).

Суннатда ҳофизани кучайтиришга қаратилган хос намоз ва дуо ҳам зикр қилинган. Қуйидаги ҳадис ўта ғариб ва заиф саналса-да, зикр қилинган дуода жуда буюк маънолар бор.

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ، أَنَّهُ قَالَ: بَيْنَمَا نَحْنُ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذْ جَاءَهُ عَلِيُّ بْنُ أَبِي طَالِبٍ، فَقَالَ: يَا أَبَا عَبْدِ اللَّهِ، تَقَلَّتْ هَذَا الْقُرْآنُ مِنْ صَدْرِي، فَمَا أَجِدُنِي أَقْدِرُ عَلَيْهِ، فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «يَا أَبَا الْحَسَنِ، أَفَلَا أَعَلَمَكَ كَلِمَاتٍ يَنْفَعُكَ اللَّهُ بِهِنَّ، وَيَنْفَعُ بِهِنَّ مَنْ عَلِمْتَهُ، وَيُنَبِّتُ مَا تَعَلَّمْتَ فِي صَدْرِكَ؟» قَالَ: أَجَلْ يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَعَلَّمَنِي. قَالَ: «إِذَا كَانَ لَيْلَةُ الْجُمُعَةِ، فَإِنْ اسْتَطَعْتَ أَنْ تَقُومَ فِي ثَلَاثِ اللَّيْلِ الْآخِرِ، فَإِنَّهَا سَاعَةٌ مَشْهُودَةٌ، وَالِدُعَاءُ فِيهَا مُسْتَجَابٌ، وَقَدْ قَالَ أَخِي يَعْقُوبُ لِبَنِيهِ: {سَوْفَ أَسْتَغْفِرُ لَكُمْ رَبِّي} - يَقُولُ: حَتَّى تَأْتِيَ لَيْلَةُ الْجُمُعَةِ، فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ، فَفَمُ فِي وَسْطِهَا، فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ، فَفَمُ فِي أَوَّلِهَا، فَصَلِّ أَرْبَعَ رَكَعَاتٍ، تَقْرَأُ فِي الرِّكَعَةِ الْأُولَى بِفَاتِحَةِ الْكِتَابِ وَسُورَةَ يَسٍ، وَفِي الرِّكَعَةِ الثَّانِيَةِ بِفَاتِحَةِ الْكِتَابِ وَحَمَّ الدُّخَانَ، وَفِي الرِّكَعَةِ الثَّلَاثَةِ بِفَاتِحَةِ الْكِتَابِ وَالْمِ نَزِيلُ السَّجْدَةِ، وَفِي الرِّكَعَةِ الرَّابِعَةِ بِفَاتِحَةِ الْكِتَابِ وَتَبَارَكَ الْمَفْصَلُ.

فَإِذَا فَرَغْتَ مِنَ التَّشَهُّدِ، فَاحْمَدِ اللَّهَ، وَأَحْسِنِ التَّنَاءَ عَلَى اللَّهِ، وَصَلِّ عَلَيَّ وَأَحْسِنْ، وَعَلَى سَائِرِ النَّبِيِّينَ، وَاسْتَغْفِرْ لِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ، وَإِخْوَانِكَ الَّذِينَ سَبَقُوكَ بِالْإِيمَانِ، ثُمَّ قُلْ فِي آخِرِ ذَلِكَ: اللَّهُمَّ ارْحَمْنِي بِبَرَكَ الْمَعَاصِي أَبَدًا مَا أَبْقَيْتَنِي، وَارْحَمْنِي أَنْ أَتَكَلَّفَ مَا لَا يَغْنِينِي، وَارْزُقْنِي حُسْنَ النَّظَرِ فِيمَا يُرْضِيكَ عَنِّي، اللَّهُمَّ بَدِّعِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ، ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ وَالْعِزَّةِ الَّتِي لَا تُرَامُ، أَسْأَلُكَ يَا اللَّهُ يَا رَحْمَنُ بِجَلَالِكَ وَنُورِ وَجْهِكَ أَنْ تُلْزِمَ قَلْبِي حِفْظَ كِتَابِكَ كَمَا عَلَّمْتَنِي، وَارْزُقْنِي أَنْ أَتَلَوَهُ عَلَى النَّحْوِ الَّذِي يُرْضِيكَ عَنِّي، اللَّهُمَّ بَدِّعِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ، ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ وَالْعِزَّةِ الَّتِي لَا تُرَامُ، أَسْأَلُكَ يَا اللَّهُ يَا رَحْمَنُ بِجَلَالِكَ وَنُورِ وَجْهِكَ أَنْ تُنَوِّرَ بِكِتَابِكَ بَصْرِي، وَأَنْ تُطَلِّقَ بِهِ لِسَانِي، وَأَنْ تُفَرِّجَ بِهِ عَن قَلْبِي، وَأَنْ تُشْرَحَ بِهِ صَدْرِي، وَأَنْ تَغْسِلَ بِهِ بَدَنِي، فَإِنَّهُ لَا يُعِينُنِي عَلَى الْحَقِّ غَيْرُكَ، وَلَا يُؤْتِيهِ إِلَّا أَنْتَ، وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَظِيمِ. يَا أبا الْحَسَنِ تَفْعَلْ ذَلِكَ ثَلَاثَ جُمُعٍ أَوْ خَمْسًا أَوْ سَبْعًا تُجِبُ بِإِذْنِ اللَّهِ، وَالَّذِي بَعَثَنِي بِالْحَقِّ مَا أَخْطَأَ مُؤْمِنًا قَطًّا».

قَالَ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عَبَّاسٍ: فَوَاللَّهِ مَا لَبِثَ عَلَيٌّ إِلَّا خَمْسًا أَوْ سَبْعًا حَتَّى جَاءَ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي مِثْلِ ذَلِكَ الْمَجْلِسِ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنِّي كُنْتُ فِيمَا خَلَا لَا أَحُدُ إِلَّا أَرْبَعَ آيَاتٍ وَنَحْوَهُنَّ، فَإِذَا قَرَأْتَهُنَّ عَلَى نَفْسِي تَقَلَّنَنَ، وَأَنَا أَتَعَلَّمُ الْيَوْمَ أَرْبَعِينَ آيَةً وَنَحْوَهَا، فَإِذَا قَرَأْتُهَا عَلَى نَفْسِي، فَكَأَنَّمَا كَتَابَ اللَّهُ بَيْنَ عَيْنَيْ، وَلَقَدْ كُنْتُ أَسْمَعُ الْحَدِيثَ، فَإِذَا رَدَّدْتُهُ تَقَلَّتْ، وَأَنَا الْيَوْمَ أَسْمَعُ الْأَحَادِيثَ، فَإِذَا تَحَدَّثْتُ بِهَا لَمْ أُخْرَمْ مِنْهَا حَرْفًا، فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عِنْدَ ذَلِكَ: «مُؤْمِنٌ وَرَبِّ الْكَعْبَةِ يَا أبا الْحَسَنِ».

Ибн Аббос розияллоху анхумодан ривоят қилинади:

«Биз Расулulloҳ соллаллоҳу алайҳи васалламнинг ҳузурларида ўтирган эдик, бирдан Али келиб:

«Ота-онам сизга фидо бўлсин, эй Аллоҳнинг Расули! Қуръон дилимдан чиқиб кетмоқда. Уни уддалай олмаяпман», деди.

Шунда Расулulloҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам:

«Эй Абу Ҳасан! Сенга ўрганган нарсангни дилингда ўрнаштириб қўядиган калималарни ўргатиб қўяйми? Аллоҳ улар билан ўзингга манфаат беради ва сен ўргатганларга ҳам манфаат беради», дедилар.



«Ҳа, эй Аллоҳнинг Расули! Менга ўргатинг», деди.

У зот шундай дедилар: «Жума кечаси кечанинг охиригича учдан бирида туришга қодир бўлсанг, бу гувоҳ бўлинадиган соатдир. Унда дуо ижобат бўлади. Биродарим Яъқуб ўз ўғилларига «Сизлар учун Роббимдан мағфират сўрайман», деган. У Буни жумъа кечаси келишини (кўзлаб) айтган.

Агар қодир бўлмасанг, унинг ўртасида тур. Агар бунга ҳам қодир бўлмасанг, аввалида тур. Тўрт ракъат намоз ўқи. Биринчи ракъатда Фотиҳа билан Ёсин сурасини ўқи. Иккинчи ракъатда Фотиҳа билан «Ҳаа миим» – Духон сурасини ўқи. Учинчи ракъатда Фотиҳа билан «Алиф-лаам-миим, танзийлу...» – Сажда сурасини ўқи. Тўртинчи ракъатда Фотиҳа билан муфассалдаги «Таборақ» сурасини ўқи. Ташаххуддан фориғ бўлганингда Аллоҳга ҳамд айт ва Аллоҳга гўзал сано айт. Менга гўзал салават айт. Бошқа набийларга ҳам. Мўминлар ва мўминалар ҳамда сендан олдин иймон билан ўтган биродарларинг учун мағфират сўра. Ана шулардан сўнг «Аллоҳим! Менга раҳм қил, мени боқий қолдирганингча маъсиятларни тоабад тарк этай. Менга раҳм қил, ўзим учун фойдасиз бўлган нарсаларга уринмай. Мени Сени мендан рози қиладиган яхши назар ила ризқлантиргин. Аллоҳим! Эй осмонлару ернинг ихтирочиси! Эй жалол, икром ва мислсиз иззат эгаси! Эй Аллоҳ! Эй Раҳмон! Жалолинг ила, Юзингнинг нури ила сўрайман! Қалбимга Китобингни Ўзинг менга ўргатганингдек ёд олишни барқарор қилгин! Уни Сени мендан рози қиладиган тарзда тиловат қилиш ила мени ризқлантиргин.

Аллоҳим! Эй осмонлару ернинг ихтирочиси! Эй жалол, икром ва мислсиз иззат эгаси! Эй Аллоҳ! Эй Раҳмон! Жалолинг ила, юзингнинг нури ила сўрайман! Китобинг ила кўзимни мунаввар қил. У билан тилимни равон эт. У билан қалбимни очгин, кўксимни кенг қилгин. Баданимни унга ишлатгин. Ҳақда менга Сендан ўзга ёрдам бера олмас. Уни Сендан ўзга бера олмас. Аллоҳдан бошқада куч ҳам, қувват ҳам йўқ», дегин.

Эй Абу Ҳасан! Буни уч ёки беш, ёки етти жума қилгин. Аллоҳнинг изни ила сенга ижобат қилади. Мени ҳақ ила юборган Зотга қасамки, бу ҳеч бир мўминни четлаб ўтмаган».

Ибн Аббос розияллоҳу анҳумо айтади:

«Аллоҳга қасамки, беш ёки етти (жума) ўтиши билан Али Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васалламнинг ҳузурларига худди аввалгига ўхшаш мажлисда келди ва:

«Эй Аллоҳнинг Расули! Авваллари тўрт оят ёки шу атрофда ёд олар эдим. Қачон уларни ўқийман десам, ёдимдан чиқиб қолар эди. Бугун эса қирқ ва шу атрофда ёд олмоқдаман. Қачон уларни ўқисам, худди Аллоҳнинг Китоби кўзим олдида тургандек бўлади. Ҳадисни ҳам эшитар эдим. Агар қайтармоқчи бўлсам, ёдимга келмас эди. Бугун ҳадисларни эшитаман, агар уларни айтиб берсам, бир ҳарфини ҳам қолдирмайман», деди.

Шунда Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам унга:

«Каъбанинг Роббига қасамки, мўминсан, эй Абу Ҳасан!» дедилар».

Термизий ривоят қилган.

– Каттаю кичик гуноҳни тарк этиш, чин қалбдан тавба қилиш. Комил иймон билан гуноҳ бир қалбда жам бўлмайди. Гуноҳ қалбни Қуръони Каримдан тўсади. Ёдлаган бўлса ҳам, Қуръон ундан қочади. Чунки Аллоҳ таоло Қуръондан аввал иймонни беради.

Имом Аҳмад Абдуллоҳ ибн Амрдан келтирган ривоятда шундай дейилади: «Бир киши Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васалламнинг ҳузурларига келиб: «Эй Аллоҳнинг Расули, мен Қуръон ўқияпман-у, уни қалбимда сақлаб қола олмаяпман», деди. Шунда Расулуллоҳ соллаллоҳу алайҳи васаллам: «Қалбингдан иймон қочибди. Бандага Қуръондан аввал иймон берилади», дедилар.

Абдуллоҳ ибн Муборак Абдулазиз ибн Абу Довуддан ривоят қилади: «Заҳҳок ибн Музоҳимнинг: «Аллоҳ таоло: «Сизга қайси бир мусибат етса, бас, ўз қўлингиз қилган касбдандир», деган (Шууро сураси, 30-оят). Қуръонни унутиш эса мусибатларнинг каттасидир», деяётганини эшитдим».

– Бардавом такрор, доимий тиловатда юриш. Юқоридаги ҳадисда зикр қилинганидек, акс ҳолда қочоқ туядан ҳам тез қочиб кетади.

– Ёдлаганларини намозларда зам қилиб ўқиш. Ибн Умар розияллоҳу анҳудан ривоят қилинади: «Набий соллаллоҳу алайҳи васаллам: «Қуръон соҳиби агар уни кечаю кундуз намозида ўқиса, ёдида тутиб туради. Намозида ўқимаса, унутади», дедилар.

– Истиғфorni кўпайтириш. Истиғфorni кўпайтириш гуноҳларни кетказиб, қалбни очади.

– Саноқ. Саноқ сабоқни яхши ёдлаш билан бирга, ёдланганларнинг унутилмаслигига ёрдам беради.

Бир устоз талабасига дарсни юз марта такрорлашни буюрар экан. Бир куни талаба такрорни бошлаб, ўн мартадаёқ ёдлаб олибди. Бироқ устозининг амрига биноан, яна ўқийверибди. У овозини баралла қўйиб ўқиётган экан. Шу пайт девор ортидан қўшни кампир уни чақириб: «Ҳой эси паст! Дарсингни мен ёдлаб бўлдим, сен ўқишдан тўхтамаяпсан, ҳали ҳам ёдлай олмадингми?» деб қолибди. У: «Нима қилай энди? Устозим саксон марта қайтаришни буюрган. Ҳақиқатда ёдлаб олган бўлсангиз, ўқиб беринг-чи?!» дебди. Кампир тушмагур дарсни ёддан тўлиқ ўқиб берибди. Бир ҳафтадан кейин йигит кампирни чақириб: «Хола, бир ҳафта олдин ёдлаб берганингиз анави дарсни яна бир ёддан ўқиб беринг-чи?!» деб қолибди. Кампир эса: «Қанақа дарс? У эсимда қоларканми?» дебди. Шунда йигит: «Аммо мен унутганим йўқ, чунки кўп такрор қилган эдим», деган экан.



ОДИНАХОН МУҲАММАД СОДИҚНИНГ  
«КЕЛИНГ, ҚУРЪОН ЁДЛАЙМИЗ»  
КИТОБИДАН



**Muslimaat.uz**

1442 / 2020