

**D**eyirlər ki, minlərlə çiçək var, amma gül başqadır. Milyonlarla insan var, amma dost başqadır. Neçə-neçə aylar var, amma bu ay - Ramazan başqadır. Ulu Tanrı gelişi ilə çölə-çəmənə yaşıl rəng səpələyən, min bir rəngli gül-çiçəyi ilə dünyamızı bəzəyən, dağların zirvəsindəki qarı əridib şaqıltı ilə axan çaylara qovuşduran, büllür bulaqları qış yuxusundan oyadıb onlara həzin nəغمə oxutduran, ilıq nəfəsi ilə payızda soyuqdan özlərinə yer axtarıb isti ölkələrə üz tutan quşları geri çağırən baharı var etdiyi kimi, Ramazan ayını da "Qurani-Kərim" in baharı olması üçün var etdi. Onun başına "tac" qoyub on bir ayın sultanı elan etdi. Bu ayın qədrinə müqəddəs kitabımızın nazil olmasını nəsb etdi. Ramazanla müsəlman aləmi özünün yeni bir dövrünə - baharına, yazına qədəm qoydu. İslam dini bu baharla dinlərin ən ali mərtəbəsinə ucaldı. Allahın sonuncu elçisi Həzrəti Məhəmmədə (s.a.s) peyğəmbərliyin bu ayda verilməsi, müsəlmanların Məkkəni Ramazanda fəth etməsi, bir də oruc kimi möhtəşəm ibadətənin bu aya layiq görülməsi, sanki Tanrının da həmin 30 günə sevdasındanmış.

Məlumdur ki, oruc İslamla başlamamışdır, insanlar İslamdan əvvəl də oruc tutmuşlar. Bu, "Qurani-Kərim"də də açıq-aşkar ifadə edilmişdir: "Ey iman gətirənlər! Oruc tutmaq sizdən əvvəlki ümmətlərə vacib olduğu kimi, sizə də vacib edildi" (Bəqərə, 183). Lakin yuxarıda sadalananların on bir aydan fərqli olaraq məhz bu aya sığdırılması Ramaza-

# Ramazan

## "Qurani-Kərim" in baharıdır



tə ac qalsın. Bu işə, təxminən Ramazan orucunun müddətinə bərabərdir.

Oruc insan psixikasına, əsəb sisteminə də müsbət təsir göstərir, bir sıra psixiatrik xəstəliklərin müalicəsində əvəzsiz vasitədir. Maraqlı bir faktı da deyim ki, rus alimi, professor Yuri Nikolayev məhz oruc vasitəsilə 7 min nəfərdən çox psixi xəstəni müalicə etmişdir. Ümumiyyətlə, insan orqanizminin elə bir üzvü yoxdur ki, oruc ona müsbət təsir göstərməsin.

Oruc ancaq yeyib-içməkdən uzaqlaşmaq deyil, həm də günah sayılan bütün davranışlardan özünü qorumaqdır. Oruc tutan adam halal yeməkdən iftara qədər uzaq qaldığı kimi, dilini yalandan, əllərini haram işlərdən, mədəni haram loxmadan, gözləri harama baxmaqdan, qulaqları yalan və qeybət eşitməkdən, ayaqları pis işlərin arxasınca getməkdən uzaq tutmalıdır. Oruc tutanlar düşməngiliyə, umu-küsüyə son qoymalıdır. Hamı bir-birinə münasibətdə mərhəmətli olmağı, bir-birini bağışlamağı bacarmalıdır. Allah-Taala oruc tutmağı buyurmaqla bütün insanların dinc, mehriban şəraitdə yaşamasının zəruriliyini diktə etmişdir. Həm də ki tək Ramazan ayında deyil, başqa günlərdə də bunlara diqqət yetirilməlidir. Bütün bunlardan sonra belə qənaətə gəlirəm ki, müsəlmanlar üçün Allah-Təalanın buyurduqlarını başdan-başa özünə sığdıra bilən Ramazan ayı, həqiqətən də, "Qurani-Kərim" in baharı, həm də heç zaman solmayan baharıdır.

*Mətanət Məmmədova*



nı zaman-zaman müqəddəsləşdirdi. Allah-Taala orucba bağlı buyurub: "... Oruc mənim üçün edilən və riya qarışmayan ibadətdir. Onun mükafatını mən verəcəyəm. Çünki oruc tutan yeyib-içməyini və digər istəklərini mənim üçün tərk edib". Oruc tutmaqla Allahın əmrini sevrək yerinə yetirən möminlərin bağışlanacağını, günahlarının silinəcəyini müjdələyən Həzrəti Məhəmməd isə belə buyurub: "Kim inanaraq, mükafatını Allahdan istəyərək Ramazan orucunu tutarsa, keçmiş günahları bağışlanar. İnsanın hər yaxşı əməlinin əvəzi qat-qat verilir. Bir yaxşılıq on qatdan 700 qata qədər mükafatlandırılır". Bundan aydın olur ki, oruc Uca Yaradana böyük səbir və fədakarlıqla edilən ibadətdir. İldə bir ay ərzində insanın gecənin alqaranlığından günəş batana qədər ən təbii haqqı və zəruri ehtiyacı olan qıdadan uzaq durması böyük iradə və səbrin, inamın nümunəsi, Allahın əmrlərinə təslim olmanın göstəricisidir.

Ramazan ayı Allaha ibadətlə yanaşı, həm də bu ayda ac qalmaq tibbi cəhətdən insanlar üçün çox əhəmiyyətlidir. Orucda böyük ilahi hikmət var. Eyni zamanda bir ay oruc tutmaq insanın sağlamlığında da mühüm rol oynayır. Axi bu əməli vacib edən Allah-Taala bəndəsinə faydalı olmayan heç nəyi əmr etmər. Peyğəmbərimiz Həzrəti Məhəmməd buyurmuşdur: "Oruc tutun ki, sağlam olasınız!" Qədim zamanlardan başlamış günümüzədək oruc ibadətlə yanaşı, insan sağlamlığını möhkəmlətmək, müxtəlif xəstə-

likləri müalicə etmək üçün təbii vasitə kimi də nəzərdə tutulub. Antik dövrdə Sokrat, Platon, Aristotel kimi yunan müdrikləri müəyyən müddət ac qalmağı, başqa sözlə, oruc tutmağı tövsiyə etmişlər. Müasir alimlər də yemə-içməkdən imtina etməklə bir çox xəstəliklərin müalicəsində uğurlu nəticələr əldə etmişlər.

Bir çox dərddin dərmanı elə insanın öz əlindədir. Bu gün həkimlər təsdiqləyirlər ki, oruc tutmaq hamı, hətta sağlam adamlar üçün həyatı zərurətdir. İnsan qida qəbul edərkən, nəfəs alarkən həm də külli miqdarda toksin maddə qəbul edir. Bu zərərli maddələri bədənəndən oruc tutmaqla kənarlaşdırmaq mümkündür. Oruc tutarkən mədə, bağırsaq, qaraciyər və həzm prosesində iştirak edən digər orqanlar istirahət edir. Bu işə həzm sisteminin yaxşılaşmasına gətirib çıxarır. Qan təmizlənir, damarlar xolesterindən azad olur, beyin daha yaxşı işləyir. Orqanizmdə zəif, xəstə, yaxud zədələnmiş hüceyrələr yeniləri ilə əvəzlənir. Bir çox insanın əziyyət çəkdiyi artıq çəkiddən və onun doğurduğu xəstəliklərdən qurtulmaq üçün oruc təsirli vasitədir. Eyni zamanda oruc pis vərdişləri (siqaretə, spirtli içkilərə və sair) bağlılığı tərgitməyə də kömək edir.

Oruc tutmaq, həmçinin bel, onurğa, boyun ağrıların sağlamlasına kömək edir. Bu yaxınlarda bir mənbədən oxumuşdum ki, Norveçdə aparılan elmi-tədqiqat nəticəsində qida qəbulundan imtinanın oynaqaların iltihabının müalicəsində effektiv vasitə olduğu təsdiqlənmişdir. Bir şərtlə ki, xəstə dörd həf-



## "Bakcell" Sumqayıtda yeni Müştəri Xidmətləri Mərkəzini istifadəyə verdi

**i**nnovasiya və sürət lideri "Bakcell" Sumqayıt şəhərində yeni Müştəri Xidmətləri Mərkəzinin açılışını edib. Yeni mərkəz abunəçilərə daha sürətli, rahat və texnoloji xidmətlər təqdim etməklə, fərqli müştəri təcrübəsi vəd edir. Sülh küçəsi 196 ünvanında yerləşən yeni "Bakcell" Müştəri Xidmətləri Mərkəzi ənənəvi xidmətlərlə yanaşı, şirkətin ən son yenilikləri ilə tanış olmaq imkanı yaradır. Mərkəzdə müştərilər həm yüksək texnoloji həllərdən yararlanırlar, həm də süni intellekt dəstəklı xidmətlər haqqında ətraflı məlumat ala bilərlər. Xüsusilə, elektron guşələr və növbəli keçid sistemi müştəri əməliyyatlarının daha keyfiyyətli və sürətli şəkildə həyata keçirilməsini təmin edir. Vurğulayaq ki, yeni açılmış Müştəri Xidmətləri Mərkəzi "Bakcell" in ölkə üzrə sayca 21-ci xidmət mərkəzidir.

"Bakcell" haqqında

"Bakcell" Azərbaycanın ilk və ən böyük özəl telekommunikasiya şirkətidir. Hazırda "Bakcell" üç milyondan çox müştərini yüksək innovativ, keyfiyyətli və sürətli telekommunikasiya xidmətləri ilə təmin edir. Şirkət süni intellektə əsaslanan həllər vasitəsilə Azərbaycanın davamlı inkişafına töhfə verir və Azərbaycan iqtisadiyyatının qeyri-neft sektorunun ən böyük investorlarından biridir.

"Bakcell" müxtəlif ölkələrdə telekommunikasiya, enerji, yüksək texnologiyalar və tikinti sahələrində fəaliyyət göstərən "NEQSOL Holding" beynəlxalq şirkətlər qrupunun tərkibinə daxildir.

