

Mobil Aslanlı Huntürk
İSLAM FƏDAİLƏRİNİN HƏRBİ VƏ FİZİKİ-İRADİ HÜNƏRİ

Bu bir həqiqətdir ki, haqq və ədalət yolunda ağır istirablara tab gətirmiş, dözülməz əfəllərə, bəlalı müsibətlərə mətinliklə sinə gərmiş peyğəmbərlər böyük fiziki hazırlıqları, yenilməz pəhləvanlıqları ilə qəlblərdə əbədləşmişlər. Heç şübhəsiz ki, bütün varlıqları ilə ruhən və cismən kamilləşmiş İslam peyğəmbəri çevik təfəkkürü, iti təxəyyülü, yüksək erudisiya və geniş elmi dünyagörüşü ilə bərabər, həm də yetkin fiziki-cismani keyfiyyəti və fiziki mədəniyyət səviyyəsi baxımından da səciyyələnir.

Məlum həqiqətdir ki, bir çox mənbə və məxəzlərdə Məhəmməd (ə.s.) peyğəmbər qorxmaz qəlb sahibi olan cürətli bir pəhləvan, cəngavər döyüşçü, rəşadətli qəhrəman və şücaətli igid kimi təqdim edilir. Dərin zəkası, qeyri-adi fitri istedadı, ecəzkar fəhm-fərasəti olan bu müqəddəs şəxsin ruhuna və batılınə möcüzəyə mənəvi və fiziki qüdrət bələnməmişdir. Qaynaqlarda göstərilir ki, fərasətli süvari kimi əlində uzun qılnc, ağır nizə, tarım kaman «Düldül» atının belində vüqarla durub cahangirlik göstərmiş Məhəmməd peyğəmbər öz xarakterindən gələn çeviklikə, hünərə, rəşadətə olan sonsuz rəğbət və həvəs, habelə bütün İslam ümmətlərini, o cümlədən öz varisləri olan əziz nəvələri (Həzrəti-Əlinin uşaqları) İmam Həsənə, İmam Hüseyni mütəmadi olaraq daşqaldırma, güləş, oxatma, qılıncoynatma, atçapma və s. kimi idmanın bir sıra növləri ilə ciddi məşğul olmağa cəlb edirdi.

İslam mənbələrində Həzrəti-Əlinin fiziki tərbiyə məşğələlərinə maraq və istəyi barədə geniş yer verilmişdir. Mötəbər mənbə və məxəzlərdə din uğrunda kafirlərə qan qusduran Həzrəti-Əli (ə.s.) şimşək sürəti ilə qaçan şahbaz ərəb atları üzərində mahir ox süzdürən, dəqiq şəspər sancan, ağır nizəni uzaq hədəfə sərrast tuşlayan, cida və gürzü sərrast tuşlayan, cəld qılnc oynadan, daş qaldıran, həm də güclü pəhləvanların kürəyini yerə vuran mahir güləş ustası kimi təqdim edilir.

Tarixi qaynaqlarda, xüsusilə qədim ərəb və fars mənbələrində dərin əql və zəka sahibi olan Həzrəti-Əlinin özünün də həyatda qeyri-adi fiziki gücə malik, yenilməz bir pəhləvan, bahadır cüssəli cəngavər döyüşçü və mahir sərkərdə kimi təqdim edilir. Həmin mənbələrdə imamın zamanəsinin olduğca çevik, cəld, cürətli, həm də at çapmaq, ox-yay dartmaq, qılnc oynatmaq, qurşaq tutmaq, bir sözlə, fiziki təmrinlərin icrasında məharət göstərən yenilməz bir cavansır kimi təsvir olunur. Neçə əsrdir ki, o müqəddəs imamın dönməz əqidə, dərinə məslək və əməl uğrunda apardığı haqlı mübarizələrdə qazandığı tarixi zəfər, göstərdiyi əfsanəvi qəhrəmanlıqlar bütün bəşəriyyət tərəfindən yüksək dəyərləndirilmişdir.

İmamımızın basılmaz düşmən ordusu üzərinə etdiyi güclü həmlələr nəticəsiz qalmamışdır. Mötəbər mənbələrdə Həzrəti-Əlinin «Xəndək davası» və «Xeybər müharibəsi»ndə göstərdiyi misilsiz hünər və şücaət, sərdarlıq məharəti, aqlasığmaz pəhləvanlıq rəşadəti barədə çox maraqlı bilgiler verilir. Cahangir sərkərdənin bənzərsiz fiziki güc və qüvvəsi barədə ətraflı təsvirə malik olmaq üçün, onun yalnız Xeybər qalasına müzəffər yürüşdə bir əli ilə ağır dəmir darvazanı yerindən qoparıb başı üzərinə sipər edərək Qüreyş qoşununun kafirlərinə divan tutmağını xatırlamaq kifayətdir. Tarixi qaynaqlarda göstərilir ki, idmanın bir neçə növündə fiziki üstəlik və məharət nümayiş etdirən Həzrəti-Əlinin bəhadrirlik əzəmətindən, yenilməz pəhləvanlıq şücaətindən bəhs edən maraqlı səhnələrə qədərincə rast gəlinir. Güc və qüvvələrini sınamaqda yarışan büt-pərəst şahzadə ilə imamımızın arasında gedən dialoqda deyilir ki, Həzrəti-Əlinin rəqibi onun qolunun altında sıxdığı nizəsinə nə qədər gücənsə də çıxara bilmədiyi halda, Fəttah qoltuğunun altında var gücüylə sıxdığı həmin nizəni qüdrətli imamımızın iki barmağıynan çox asanlıqla çıxarmışdır.

İkinci şərti Fəttahın onun ayağını yerindən tərpətməsi idi. Bu da qətiyyən mümkün olmur. Rəqib nə qədər gücənib əllərsə, heç bir şey alınmır.

Üçüncü şərt isə onların qurşaq tutub yapışmaları olur. Bu güləş mübarizəsində Həzrəti-Əli (ə.s.) rəqibinə çox usta bir fənd işlədərək onu göyə qaldırır kürəklərini yerə cırır.

Bütün islam ümbətlərini sağlam, gümrah, çevik və davamlı görmək arzusu ilə öz müsəlman qardaşlarına uca peyğəmbərimizin ən böyük tövsiyəsi onlara övladlarını fiziki təmrinlərə alışdırmaqdan ibarət idi. Bu baxımdan Məhəmməd peyğəmbərin bütün dövrlər üçün aktual olan dərin məna kəsb edən bir kəlamı qiymətsiz bir nümunə kimi maraqla doğurur: «Övladına idman öyrətmək atanın borcudur. Övladın haqqı atının boynunda bunlardan ibarətdir: ona oxuyub yazmaq (elm) öyrədən, üzmək və ox atmaq fəndlərini aşılamaq və ona halal ruzi yedizdir».

Şərq dünyasında xalqı bəşəri əməllərə, hümanist ideyalara yönəldən, bu yolda ağır məşəqqətlərlə, dözülməz mərhumiyyətlərlə üzləşmiş Həzrəti-Əli dərin qibtəyə layiq fiziki və hərbi hazırlığı sayəsində misilsiz zəfər yürüşləri ilə bütün müsəlman ümmətlərinin qəlbində əbədi bir heykəl qoymuşdur.

Tarixdə «Bədr döyüşü», «Ühüd döyüşü», «Əhzab (Xəndək) döyüşü», «Xeybər döyüşü», «Təbuk döyüşü», «Cəməl» (əhdi sındırma) döyüşü, «Siffeyi» (haqdan dönmüşlər, zülmkarlar) döyüşü, «Nargin döyüşü» və s. kimi qanlı çarpışmalarda yüksək əzm və rəşadət, misilsiz fədakarlıq göstərmiş, «Salamatlıq ən gözəl geyimdir» - deyən Peyğəmbərin bütün zəfər yürüşlərinin fəvqündə onun fiziki kamilliyi, gümrahlığı və qıvrıqlığı dururdu.

Din, Vətən, torpaq uğrunda məslək yoldaşlarını şəhidlik zirvəsinə uralmaqda qorxmazlığı, cürətliliyi dönə-dönə təlqin edən Həzrəti-Əli (ə.s.) deyirdi: «... yataqda ölməkdən qılnc ilə min dəfə yaralanmaq mənə daha yaxşıdır...». Göründüyü kimi, dövrünün mahir sərdarı olan Həzrəti-Əli (ə.s.) bənzərsiz hərbi sənəti, yüksək fiziki möhkəmliyi və iradi hazırlığı ilə öz nümunəvi sərkərdəliyini sübut etmişdir. Döyüşçülərinə cəsarətli həmlə, düşünərək müdafiə olunmaq, əks-hücum, özünüələlmə, özünəinam, təşəbbüskarlıq və s. kimi hərbi, fiziki və psixoloji hazırlığının səmərəli nəticəsi barədə onlarda inam hissi yaratmağı təlim edirdi.

Məlum hədislərin birində göstərilir ki, döyüş meydanlarında yaralı aslan tək cəngavərlik nümayiş etdirən

peyğəmbərimizi təqib edən bədpərəst Fəttahla bağlı olan məqamları xatırlamamaq qeyri-mümkündür. Bu hadisədən həli olan peyğəmbər özünü cəsusa bağban kimi təqdim etməklə, Həzrəti-Əlinin də zahiri görkəmi, fiziki hazırlıq səviyyəsi baxımından eyni ilə özü kimi olduğunu bildirir. İmam Cəfəri Sadiq buyurur ki, bir gün islam peyğəmbəri öz nəvələri Həsən və Hüseyin ilə qızı Fatimə ilə gəlirlər. Peyğəmbər onlara buyurur ki, durun ayağa, bir-birinizlə güləşin. Onlar başlayırlar güləşməyə. Həmin vaxt Həzrəti-Fatimə evdə yox imiş. Bir az keçmədən sonra evə qayıdan Həzrəti-Fatimə görür ki, uşaqları həvəslə güləşirlər və atası Həzrəti-Məhəmməd də böyük nəvəsi İmam Həsəni qələbə çalmağa təşviq edir. Həzrəti-Fatimə sual verir ki, atacan, niyə bunların birini qələbə çalmağa təşviq edirsən?

Peyğəmbər cavab verir ki, qızım, sən istəmirsən ki, mən balam Həsəni təşviq edib, həvəsləndirəm, halbuki cənab Cəbrayıl o birisi balam, Hüseyini qələbə çalmağa həvəsləndirir. Mənbə və məxəzlərdə çox nüfuzu peyğəmbərlərimizdən olan Cəfəri-Sadiqın oxatma yarışlarında əvəz edə biləcək bir rəqibi olmadığı faktı da vurğulanır. Peyğəmbərin tarım kirsəsindən süzən yayların hamısı sərrastcasına hədəfə sancılmış.

Hələ on yaşından mütəmadi şəkildə güləşlə məşğul olmuş Həzrəti-Əli həmin dövrün ən güclü güləş ustası kimi ad qazanmışdır. O, həm də bacarıqlı bir mürşüd tək onun cahangir sərdarlığı altında təlim keçən əsgərlərinə güləşin bütün texniki-taktiki fəndlərin gizli sirlərini mənimsətməkdən həzz duyardı.

Süffeyin müharibəsi zamanı Hənzəli adlı bir pəhləvan müaviyyəyə köməyə gəlir. Hənzəli dövrünün elə bir nəhəng pəhləvanıymış ki, ona yalnız Həzrəti-Əlinin gücü çatarmış. Peyğəmbərin dostlarından olan Maliki-Əjdər adlı birisi özü ona qalib gəlmək üçün müaviyyənin qoşunu tərəfə keçərək Hənzəlini öldürüb başını Həzrəti-Əliyə gətirmək istəyir. Onunla qarşılaşan Ənhəliyə özünü çoban kimi təqdim edir, həm də Həzrəti-Əlinin dostu olduğunu bildirir. Ənzəli ondan Həzrəti-Əlinin döyüş fəndlərini öyrənmək istəyir. Malik Hənzəliyə Əlinin bir sıra güləş fəndlərini öyrətməyə başlayır. Malik Hənzəlini göydə oynucaq kimi bir neçə dəfə atır-tutur və dərhal qılıncını çıxarıb onun boynunu göydə ikən üzür. Düşmənin başını gətirərək deyir: «Ya Əli, mən ona qalib gəldim. Bəs deyirdin ki, səndən başqa ona heç kimin gücü çatmaz. Həzrəti-Əli gülüb deyir: - Ya Malik, bil və agah ol ki, Hənzəlini göydə atıb tutan mən idim, bu mənim qüvvəm idi. Bütün bunlar bir daha təsdiq edir ki, böyük peyğəmbərimiz hərtərəfli biliyə, zəngin erudisiyaya, geniş dünyagörüşünə malik bənzərsiz üləma, yunan fəlsəfəsini, riyaziyyatı, fəlsəfəni, astronomiyanı, hüququ, təbiəti, ədəbiyyatı, bir sözlə, bütün elmləri dərindən bilən, «Nəhcül-Bəlağə», «Divani Əmin» kimi monumental əsərlərin müəllifi olmaqla yanaşı, həm də zamanəsinin yenilməz bəhədri, idmanın güləş növünü dərin incəliklərinə qədər bilən və onun yaradıcılarından olmuşdur.

Fərasət və hünərdə, şücaət və ərşəmləkdə qardaşı İmam Hüseyindən heç də geri qalmayan, mübarizə bayrağını çiyinə alaraq kafirlərə qənim kəsilən Həzrəti-Abbasa da yenilməz pəhləvanlığı qaynaqlarda dönə-dönə qeyd olunmuşdur. Məlum həqiqətdir ki, bu günümüzdə qədər gəlib çıxan Həzrəti-Əli qılıncının xofu hələ indi də bəd əməl sahiblərini «Səni görüm Həzrəti-Əli qılıncına tuş gələsən» nifrət ifası ilə lənətləyirlər.

Haqq, ədalət carçısı, sülh və xeyirxahlıq rəmzi olan humanist peyğəmbərlərimizin fiziki qüdrəti, pəhləvanlıq rəşadəti həmişə öz silahdaşlarına möhkəm arxa olmuşdur. Onun, Süffeydə Müaviyyənin ordusu Fəratı zəbt edib su vermədiyi halda məğrur döyüşçülərini həmin qanlı savaqda fədakarlıq göstərməyə ruhlandıran təkrarsız nitqi tarixi hadisələrdən hesab olunur: «... Ya mütiliyi qəbul edib, şərəfsizliyi göz önünə al, ya da qılıncı qanla sulayib (Fəratın suyuna yetişin!...) Ölüm qəhr olaraq, alçalaraq yaşamaqdan doğur. Dirilik qəhr edərək, ucalaraq ölməkdəndir».¹¹ Cahənşümül sərkərdə müridlərinə döyüş texnikası və taktikasının gizli sirlərini, itkisiz vuruş qaydalarını başa salarkən buyurmuşdur: «Zirehlərinizi sinənizə tutun, zirehləri arxa cərgədə düzün. Dışlərinizi qıcağın: çünki, savaqda tab gətirmək insanın başından qılıncı uzaqlaşdırır. Mizraqı vurarkən, yaxud sizə mizraq vurularkən lazım gələndə əyilin, ya da qamətinizi dikəldin; bu cür mizraq vurmaq daha təsirlidir. Hər tərəfə boylanmayın; boylanmaq, yalnız bir səmtə gözünü dikmək, gözyummamaq, ürəkdəki gücü, qüvvəti çoxaldır. Susun, susmaq, təmkinli olmaq insandan qorxunu uzaqlaşdırır...».¹²

Peyğəmbərimizin səlb döyüşləri, onun hərbi traktovkaları bütün dövrlərdə öz aktuallığını saxlayan siyasi-taktiki, ictimai bir dəyərdir. «Nəhcül-Bəlağə» əsərində insanın fikiri kamilliyi, hər bəliminə dair misilsiz fikir və mülahizələr inandırıcı şəkildə diqqəti cəlb edir. Əsərdə döyüşçülərin vuruş meydanında inadlı, qətiyyətli, təkidlə davranış qələbə əzmi üçün başlıca atribut kimi təqdim olunur. Qeyd edildiyi kimi, döyüş meydanında rəşadət göstərmək arzusu ilə həmlə etmək qələbə qazanmağa ümidi daha da artırır. Bu baxımdan Həzrəti-Əlinin « Hücüm özü ən yaxşı müdafiədir» devizini əsas tutaraq döyüş zamanı əshablarına müraciəti həmin fikrin davamı kimi daha səciyyəvidir: «Geri çəkilməyiniz, sonra yenidən hücumla keçməyiniz sizə çətin gəlməsin. Geri dönməyiniz, sonra da hücum etməyiniz ağır olmasın. Qılıncın haqqını verin...».

Həzrəti-Əlinin yenilməzliyini, qeyri-adi pəhləvanlığını və hər bəlimindəki təkrarsız məharəti, onun həm də tarixdə məşhur «Xeybər müharibəsi»ndəki göstərdiyi misilsiz fədakarlıqlarla dəyərləndirilir.

Mənbələrdə göstərilir ki, Həzrəti-Məhəmməd əleyhissalam on dörd min qoşunla mühafizə olunan Xeybər qalasını almaq üçün onu Həzrəti-Ömər, Həzrəti-Əbubəkrə tapşırır. Nizami ordularla müdafiə olunan düşmənlərlə döyüşdə heç nə hasil olmur. Uca peyğəmbərimiz bir vacib əməliyyatı hünər və fərasətinə yaxşıca bələd olduğundan yalnız Həzrəti-Əliyə həvalə edir. Həzrəti-Əli (ə.s.) dərhal İslam bayrağını götürüb Xeybər qalasına yetişir və əlindəki bayraqı yerə sancır. Peyğəmbərimiz düşmən sələflərini pə qoşunu ilə darmadağın edir.

Burada diqqəti cəkmək əsas məqam Həzrəti-Əlinin düşmənin ən cəsur, ən güclü, ən azgın döyüşçüləri ilə qarşı-

¹¹ Həzrəti-Əmir Əli ibn Əbutalıb. Nəhcül-Bəlağə. Bakı, "Gənclik", 2006, səh. 113.

¹² Həzrəti-Əmir Əli ibn Əbutalıb. Nəhcül-Bəlağə. Bakı, "Gənclik", 2006, səh. 119.

qarşıya cəng etmə səhnəsidir. Bu döyüşdə Həzrəti-Əlinin ilk rəqibi həmin qalanın rəisi Haris adlı birisidir. Peyğəmbərimizin qalaya daxil olmasına mane olan Haris əlində qılınc onun qabağına çıxır. Həzrəti-Əli (ə.s.) bir qılınc zərbəsinə onu həlak edir. Elə bu vaxt qaladan çox adlı-sanlı pəhləvan, bütün döyüşlərdə əfsanəvi igidlik və qəhrəmanlıqlar göstərmiş Harisin qardaşı Mərhəb adlı yenilməz sərkərdə çıxır.

Məxəzlərdə göstərilir ki, Mərhəb çox qəribə geyinirmiş və həm də iki şəmşir bağlamışdı. Başını zərbələrdən qorumaq üçün dəmir papaq qoymuşdu. Həmin papağın ətrafına daşlar düzərmiş ki, qılınc zərbəsinin qabağını alıb başına xətər dəyməsin. Mənbələrin məlumatına görə, Həzrəti-Əli (ə.s.) Mərhəblə üzləşəndə ona elə bir sarsıdıcı zərbə endirir ki, bu həmlə onun qalxanını iki yerə bölüb, dəmir papağını və daşları sındırır, əmmaməsini dağıdır. Beləliklə, peyğəmbərimizin Zülfüqarı onun başını və bədənini iki yerə bölür. Cəhənnəmə vasil olan düşmənin qanlı meyitini gören müsəlman qoşunlarının Allahu Əkbər sədaları göyə ucalır.

Həzrəti-Əli (ə.s.) da növbəti rəqibi Harisin üçüncü qardaşı Yasər olur. O da qardaşları kimi, peyğəmbərimizin Zülfüqarına tuş gəlir. Nəhayət, Həzrəti-Əli (ə.s.) xariquladə bir qüvvə ilə Xeybər qalasının qapısından yapışıb onu bir əllə qopardıb neçə metr kənara tullayır. Düşmən ordusu həmin qanlı savaşa məğlub olur və beləliklə, Xeybər qalası fəth olunur. Allahın aslanı, övliyələr sultanı, din uğrunda vuruşların cahanşümul sərkərdəsi Həzrəti-Əli (ə.s.) həmin məslək və amal uğrunda apardığı 29 qəzavatin rəhbəri, qəhrəman döyüşçüsü olmuşdur. O, İslam üçün ən ağır və fəlakətli müharibələrdən hesab olunan Xəndək davasında iştirak edəndə 28 yaşı vardı.

İslam peyğəmbərlərinin qeyri-adi fiziki keyfiyyətlərə, fəvqəlbəşər hərbi səriştəyə, habelə onun cəngavər-döyüşçü kimi mühüm əlamətlərinə yüksək dəyər verən məşhur fransız tarixçisi Baron Kardova «Həzrəti-Əli (ə.s.) qeyri-müsəlman alimlərinin gözü ilə» adlı məcmuəsində yazır ki, Əli (ə.s.) – o necə bir bənzərsiz şücaət sahibi, tayı-bərabəri olmayan qəhrəman və cəsur insan İslam peyğəmbəri ilə çiyin-çiyinə vuruşur, fəaliyyət göstərir və möcüzəsayağı qiyam edirdi. Uca peyğəmbərin (ə.s.) ona bağlandığından danışan müəllif qeyd edir ki, bunlar tarixdə şan-şöhrət və əzəmətlə xatırlanır.

Böyük şairimiz öz həmdillisi olan türk oğlunun uca şəhidlik zirvəsinə yüksəlməsini, onun pəhləvanlıq və bahadırılıq şücaətinin heyrətli anlarını dərin poetik mənə çaları ilə nəzmə çəkmişdir: «Andan sonra Müslimi-Azərbaycanı saqi-yi-bəzmi-rəzm olub, nə nəreyi-məstənə ilə Günbədi-Gərdunə sədalar bıxarub çox bixəbərləri cami-fənadan sərməst etdi. Gah şəmşiri-atəşbarla rəzm edib, gah tiri tizrəftarla müharibə qılurkən kəsəti-cərahətdən zəf olub mərkəbindən düşdü... Andan sonra anın nəqdi-pakı və xələfi-salehi meydənə girib, babayi-büzürgvarının intiqamını alıb bir şaqi zərbətiylə bəzmi-gahi-bəqayə intiqil etdi». Şair həmin kədərli səhnəni dərin qüssə ilə belə anladır:

Xoş ol arif ki, bildi mülki-dünyanın sərəncamın,

Həyatından təməttə bulmayıb içdi əcəl camın.

Mənbə və məxəzlərdə istər əqli qüdrəti, istərsə də fiziki məharəti ilə bağlı bu günümüzdə qədər irqindən, dinindən asılı olmayaraq dünyanın bir çox tarixi şəxsiyyətlərini heyrətə gətirən müqəddəs imamlarımızdan biri olan Həzrəti-Abbas barədə də maraqlı bilgilərə rast gəlinir. Həmin qaynaqlarda göstərilir ki, o, (Həzrəti-Abbas) ucaboylu, gözəl surətli bir kişi idi ki, ata minəndə ayaqları yerə çatardı. Onun künyəsi Əbülfəzil, ləqəbləri Səqqə, Qəməri bəni Həşim idi və Kərbəla bayrağı hesab olunurdu. Qəməri bəni-Həşim şücaət nümunəsi, həmlə və döyüş aslanı idi...

Qaynaqlarda Davud peyğəmbərin də inadkarlığı, təkidliyi, qətiyyətliyi ilə yanaşı, fiziki hazırlıq səviyyəsi və hərbi təlim işlərində fəal və işgüzarlığı, fəhm-fərasəti, habelə bir sıra fiziki tapşırıqların ustalıqla icra edilməsində fərqləndiyi göstərilir. Qeyd etməliyik ki, Həzrəti-Davud peyğəmbər öz dərin zəkası, geniş təfəkkürü və humanist keyfiyyətləri ilə yanaşı, həm də yüksək fiziki ustalıq və hərəkəti bacarığı cismani cəhətdən qüdrətli bir bahadır kimi məşhur idi. Bu əzəmətli, hünərli igid fiziki təmrinlərə çox sıx bağlılığı sayəsində idmanda heyratəmiz nəticələr göstərmişdir. Mənbələrin məlumatına görə o, dövrünün ən güclü sapand daşı atanı olmuşdur.

1400 il bundan əqdəm qələmə alınmış müqəddəs kitabəmiz olan «Qurani-Kərim»də insan sağlamlığına qənim kəsilən (siqaret, içki, narkotik maddələr və s.) zərərli adətlərdən uzaqda olmaq, fiziki tərbiyə nişanələləri – idman, oyun, turizm, gimnastika, üzgüçülük, habelə yardımçı-gigiyenik amillərə – yuxu, qida, rejim, həm də təbii amillərə – hava, su, günəş, təbiət və i.ə. xüsusi diqqət yetirməyi məsləhət görür. Bu mənada müsəlmanlığın əsas şərtlərindən olan namaz qılma gigiyenik amilləri özündə əxz etdirən atributlardandır.

Namaz qılma prosesində adətən sağlam və gümrahlığa xidmət edən spesifik xüsusiyyətlər – qüsl olunaraq əl-üzü, qol və ayaqları, bir sözlə, bütün bədən üzvlərini pak saxlamaq kimi gigiyenik cəhətlərlə yanaşı, həm də bir sıra gimnastika proseduraları və bəzi fiziki çalışmaları da kompleks şəkildə yerinə yetirilir. İbadət zamanı xüsusi xal üzərində Məkkə qibləsi səmtində duran şəxs əvvəlcə ayaq üstə durur, əllərini başından xeyli yuxarı qaldıraraq aşağı endirir. Sonra dizləri və ayaq barmaqları üstə əyləşərək (diz çökərək) hər iki əlini gövdəyə dayaq verməklə başını ayağa əyərək, alnını yerə qoyub müqəddəs yerlərin torpağından bişirilmiş möhür daşına toxundurur. Namaz zamanı əllərin, qolların, gövdə və qıçların, bir sözlə, müxtəlif pozalarda vəziyyətlərin ardıcıl və sistemli dəyişməsi, bədən üzvlərinin hərəkiliyini təmin edən kompleks idman tapşırıqları icra edilir.

Beləliklə, on yaşından başlayaraq gündə beş dəfə mütəmadi və sistemli şəkildə icra olunan namaz, onun dini xüsusiyyətlərindən əlavə, lazımi mühüm hərəkəti keyfiyyətlər tələb edən fəaliyyət növü olaraq insandan güclü iradi say, məsuliyyətlik, dönməz xarakter və s. kimi şüurlu intizam tərbiyəsi formalaşdırmaqla bərabər, onların həm də fiziki-cismani cəhətdən yetkin, qıvrıq, davamlı və uzunömürlü olmalarına da zəmin yaradır.

Gigiyenik amillərə ən çox namaz zamanı riayət olunur. «Qurani-Kərim»dən müəyyən surələr oxumaqla insanda bir sıra mənəvi, əxlaqi-etik xüsusiyyətlərin tərbiyə olunub möhkəmləndirilməsinə, habelə mərdlik, humanist

hisslər, bəşəri duyğular formalaşdırmasına zəmin yaradan və həmin sadalanan amillərin onun məslək, amal, inam və əqidəsinə çevirməkdə namazın misilsiz əhəmiyyəti vardır. Namazdan əvvəl dəstmaz (abdəst) və yaxud qüsul alınması, təmizliyə riayət olunmasının, paklığa xidmətin ən bariz nümunəsidir. Vaxtaşırı dəriyə, tükə, dırnağa, paltara, bir sözlə, bədənə bütün üzvlərinə ciddi qulluq etmək İslamın ən nəcib əməllərindəndir. İslamın tələb etdiyi ayrı-ayrı hallarda biz müsəlmanların dini mərasimlərdə müxtəlif üsullarla paklıq məqsədi ilə icra etdiyi qüsul təkcə bu dinin ənənələri üçün deyil, bütün dinlər üçün mütərəqqi hal sayıla bilər.

Səhhətin mühafizəsi və onun möhkəmləndirilməsi işində təmizliyin əlahiddə yer tutduğu müqəddəs peyğəmbərlərimiz tərəfindən dönə-dönə vurğulanır: «Vücudu təmiz olaraq yatan adam, ibadətlə məşğul olan oruc tutana bənzər». Müqəddəslərimizin fikrincə, təmiz olmayan şeylər günahdır, haramdır».

İnsan səhhətinə namazın sağlamaşdırıcı rolu və funksiyası barədə çox ciddi və maraqlı fikirlər mövcuddur. Namazdan əvvəl dəstmazın alınması onun gigiyenik əhəmiyyətindən savayı, qəbul olunan soyuq su prosedurası əsəb üzvlərinin bərpaşına kömək göstərir, onun sistemini tənzimləyir. Namaz qılarkən tələb olunan müxtəlif bədən hərəkətləri, eyni zamanda hipodinamiyanın qarşısını alır, oynaqlar, vətər, bağlar və s. arasında elastikliyin artması, qan dövranının fəallaşması və s. kimi bir sıra müsbət hallar yaranır. Bu barədə Əl-Maidə surəsinin 6-cı ayəsində deyilir: «... Namaza durduğunuz zaman üzünüzü və dirsəklərlə birlikdə əllərinizi yuyun (Yaş əlinizlə) başınızı və hər iki bəndə (oynağa) qədər ayaqlarınızı məsh edin (və ya: başınızı məsh edin, ayaqlarınızı isə hər iki topuğa qədər yuyun)».

Sağlamlığın təmin edilməsinə zəmin yaradan əsas amillərdən biri də pəhrizin gözlənilməsidir. Bütün bunlara isə hər il adətə görə oruc tutmaq, onun əməllərinə ciddi əməl etmək insanda sağlam və gümrəhliyə təminat verən başlıca vasitələrdəndir. Böyük mənəvi sərvətlərimiz olan dini ədəbiyyatlarımızda bəşər övladlarını xeyirxahlığa, qayğıkeşliyə, mərdliyə, bir sözlə, insanlığa xas olan bütün nəcib və pak əlamətləri özündə ehtiva edən, İslam işığının nuruna durmadan üz tutan, onda ruhən və cismən sağlamlığın təmin edilməsi göstərilir. «Qurani-Kərim»də insanın sağlamlığının təmin olunmasında, qidanın qəbul olunması işində tarazlığın pozulmaması, daha doğrusu yeyib-ichməkdə etidalın gözlənilməsinə çox ciddi münasibət bildirilir. «Süfrə surəsi»nin 8-cı ayəsində buyrulur ki, Allahın sizə halal buyurduğu pak nemətləri haram etməyin və həddi də aşmayın. Allah həddi aşanları sevməz.

Həzrəti-Əli fədailərində amal, məslək yolunda mübarizə aparmağı, haqq və ədalətin zəfər çalması üçün onlara inadla, qətiyyətlə döyüşməyi və bu yolda hər bir kəsin öz canından keçməyə hazır olmağa səsləyir. Şübhəsiz ki, bu çağırış döyüşçülərdə yüksək inam, ruh, qələbə əzmi kimi psixoloji atributlar aşılamaqla yanaşı, onlarda azadlıq yolunda mücadilə, çarpışmalarda şücaət, rəşadət göstərməyə də zəmin yaradırdı. Peyğəmbər əfəndimiz həmin ağır və kəşməkeşli məqamda öz müridlərinə belə buyururdu: «Bunlar sizdən vuruşu dadmaq, sizin əlinizdən savaş aşını alıb yemək istəyirlər. Onları doyurun!».

Peyğəmbərimizin qədərsiz fiziki məharəti, misilsiz hünər və rəşadəti, cəmərdliyi, habelə onun qanlı qovğalarda yaralı aslan tək göstərdiyi fədakarlıqlar barədə yetərinə dəlil və faktlar mövcuddur.

Mötəbər İslam mənbələrində uca peyğəmbərin igidlik və qəhrəmanlıqlarını, mətin xarakterini, dərin zəkalı bir ülama, hafizləri ağası kimi bənzərsiz fiziki və mənəvi əlamətləri təsvir olunur. Həmin cəng savaşılarından bəzilərinə diqqət yetirək: «**Bədr**» döyüşündə Qüreyş kafirlərindən 70 nəfər müsəlman qətlə yetirildi ki, onlardan 36 nəfəri, həm də ən məşhur pəhləvanları, o cümlədən Müaviyənin qardaşı, dayısı və əmisi Həzrəti Əli əli ilə məhv edilmişdir.

«**Ühüd**» müharibəsində Qüreyş kafirləri 9 nəfər ən güclü cəngavərləri bayraqdar seçib müsəlmanların üstünə göndərmişdi. Onların hamısı Həzrət Əlinin mübarək əli ilə qətlə yetirildi. Bu işdən qəzəblənən Savəb (o, qətlə yetirilənlərin qulu idi) and içdi ki, peyğəmbəri mütləq qətlə yetirsin. Lakin o da Həzrəti-Əlinin əli ilə belindən yarı bölündü. Elə bu müharibədə Həzrəti-Əli (ə.s.) 70 yara almışdı, yaraların hamısı da arxadan deyil, bədənə qabaq tərəfindən idi.

Peyğəmbər (ə.s.) buyurdu: «Xəndək günündə Əlinin bir zərbəsi cənnət və insanın ibadətindən daha fəzilətlidir».

Ədəbiyyat

1. Aslanlı M.İ. "İslam"da fiziki mədəniyyət və qəhrəmanlıq motivləri. "Respublika" qəz., 9 14, 20 aprel 2017-ci il.
2. Həzrəti Əlinin kəlamları. Bakı: Ömək, 1991.
3. Həzrəti Əli. Kəlamlar. Bakı: Qanun, 2020.
4. "Qurani-Kərim". Bakı: Çıraq, 2004.
5. Məhcül-Bəlağə / Toplayanı və tərtib edən: S.Rəzi. Bakı: Təcri Quran, 2006.
6. Пророк Мухаммед. Высказывания. Баку: Гянджлик, 1990.