Абу Али ибн Сино

Мен англаган дунё

Kitob quyida ko'rsatilgan muddatda topshirilishi shart.

Oldingi foydalanishlar miqdori_____	

ШАРҚ МУМТОЗ ШЕЪРИЯТИ
ДУРДОНАЛАРИ

АБУ АЛИ ИБН СИНО

МЕН АНГЛАГАН ДУНЁ

"SHARQ" НАШРИЁТ-МАТБАА
АКЦИЯДОРЛИК КОМПАНИЯСИ
БОШ ТАҲРИРИЯТИ
ТОШКЕНТ – 2015

УЎК 821.512.133–1
КБК 84(5Ў)1
И 13

Нашрга тайёрловчи,
сўз боши ва изоҳлар муаллифи

ЭРГАШ ОЧИЛОВ,
филология фанлари номзоди

И 13 **Абу, Али ибн Сино.**
Мен англаган дунё / Абу Али ибн Сино . – Т.: "Sharq", 2015. 272 б. – (Шарқ мумтоз шеърияти дурдоналари).

Азиз шеърият мухлислари!

Табобат илмининг султони Абу Али ибн Синонинг тафаккур гулшанидан дасталанган ушбу гулдаста улуғ донишманднинг ҳассос ишкий ғазаллари, ҳикматга йўғрилган рубоийлари, турмуш фалсафасини ўзида акс эттирган сермазмун қитъа ва байтлари, рамзу тимсоллар асосига қурилган машҳур "Айния" қасидаси, фалсафий ва тиббий асарларидан териб олинган теран ҳаётий пандлари, қимматли тиббий ўгитлари ҳамда табобат илмининг назарий ва амалий томонлари шеърий шаклда оммабоп ва таъсирчан усулда баён қилинган "Уржуза" номли тиббий достонини ўз ичига олади.

Ҳар томонлама кенг ва чуқур билим, кўп йиллик катта ҳаётий тажриба, оҳорли ва гўзал бадиий тимсолу ташбеҳлар асосида яратилган бу мазмунан теран ва бадиий баркамол шеъру ҳикматлар Олам ва Одам ҳақидаги тасаввурингизни кенгайтириб, илму маърифатга чанқоқ тафаккурингизни бойитиши шубҳасиз.

ISBN 978-9943-26-404-5

УЎК 821.512.133 – 1
КБК 84(5Ў)1

ISBN 978-9943-26-404-5

ДОНИШМАНДЛАР САРВАРИ

Номи ҳам, иши ҳам бутун дунёга машҳур, таъриф-тавсифга муҳтож бўлмаган буюк кишилар бўлади. Улуғ ватандошимиз Абу Али ибн Сино ана шундай етти иқлимга маълум ва машҳур алломалардан ҳисобланади. Унинг тўлиқ исми – Абу Али Ҳусайн ибн Абдуллоҳ ибн Ҳасан ибн Али. Отаси Абдуллоҳ асли балхлик бўлиб, сомонийларнинг давлат хизматчиларидан эди. У Нуҳ ибн Мансур Сомоний (976–997) ҳукмронлиги даврида хизмат тақозосига кўра Бухоронинг Хармайсан (Ромитан) туманидаги Афшона қишлоғига келиб, маъмурий ишларга бошчилик қилади. Шу ерлик Ситорабону деган қизга уйланади. Ҳусайн 980 йили Афшонада туғилади.

985 йили Ҳусайнлар оиласи Бухоро шаҳрига кўчади. Шаҳарда Ибн Сино илм тахсили билан машғул бўлади. Ўз даврининг етук олимларидан бўлган Абу Абдуллоҳ Нотилий ва Исмоил Зоҳид қўлида мантиқ, фалсафа, фиқҳ ва риёзиёт асосларини ўрганади. У 10 ёшидаёқ Қуръони каримни ёд билар, сарф-у наҳв ва адаб илмини ўзлаштириб олган

эди. “Ўша кезларда мен бирор кечанинг ҳам охиригача ухламас, кундузлари ҳам илмдан бошқа нарса билан шуғулланмас эдим”[1], – деб ёзади бу ҳақда Ҳусайннинг ўзи таржимаи ҳолида. Кейин тиб илми билан қизиқиб, қисқа бир муддатда уни эгаллаб олади. Бу соҳада у тезда барча табиблардан-да ўтиб кетади. Тиббиёт борасидаги муваффақиятлари тўғрисида у: “... ҳатто билимдон табиблар ҳам келиб, ҳузуримда тиб илмидан дарс оладиган бўлдилар”[2], – деб эътироф этади. Бухоро амири Нуҳ ибн Мансурни даволаганидан кейин унинг шуҳрати ошиб кетади.

Абу Али ибн Сино бутун дунёда табобат илмининг султони сифатида машҳур. Оламшумул тиббий асарлари туфайли Ғарбда Авиценна номи билан донг таратган бу буюк ватандошимиз Шарқда кўпроқ забардаст файласуф сифатида машҳур бўлган. “Шайх ур-раис” – “Донишмандлар сарвари” фахрий унвони ҳам аввало унинг файласуфлигига ишора қилади. Шарқда Ҳаким лақаби ҳам файласуф олим ва мутафаккир адибларга берилгани маълум: Ҳаким Носир Хис-

---

[1] Абу Али ибн Сино. Шеърлар ва тиббий достон (Тузувчи Абдусодиқ Ирисов). – Тошкент, 1981. 14-бет.

[2] Ўша ерда.

рав, Ҳаким Умар Хайём, Ҳаким Саноий... ва Ҳаким Абу Али ибн Сино. Ҳатто Оллоҳ таолога нисбатан ҳам Ҳакими илоҳий нисбати қўлланган. Зеро, ҳаким арабча сўз бўлиб, аввало доно, донишманд, ҳикмат соҳиби, олим, аллома, файласуф, кейин эса табиб маъносини билдиради.

Турли манбаларда Ибн Синонинг 450 дан ортиқ асар ёзганлиги қайд этилади. Лекин бизгача бу муаззам меросдан 160 таси етиб келган. Шундан 80 таси фалсафага, 43 таси табобатга, қолганлари мантиқ, психология, табииёт, астрономия, математика, кимё, мусиқа, ахлоқ, адабиёт ва тилшуносликка оид. Маълум бўладики, алломанинг фалсафий мероси тиббий мавзудаги асарларига қараганда қарийб икки баравар кўп.

Ибн Синонинг фалсафага оид энг йирик ва энг муҳим асари – "Китоб аш-шифо" (қисқартирилган шакли – "Китоб ан-нажот"). Унинг фалсафий қарашлари яна "Ал-ишорат ва-т-танбиҳот" ("Ишоралар ва танбеҳлар"), "Ҳикмат ал-машриқин" ("Шарқликлар фалсафаси"), "Китоб ал-ишорат фи-л-мантиқ ва-л-ҳикмат" ("Мантиқ ва фалсафанинг ишоралари"), форс тилида ёзилган "Донишнома" ("Билим китоби") ва бошқа турли ҳажмдаги фалсафий рисолаларида ўз аксини топган.

Ибн Сино санъаткор шоир, етук тилшунос ва нуктадон адабиётшунос ҳам ҳисобланади. 1000-йилда Бухорода ёзган "Ал-мажмуъ" (кейинчалик "Ал-ҳикмат ал-арузия" номи билан машҳур бўлган) рисоласидаёқ аруз масалаларини чуқур текширган олимнинг адабий қарашлари Аристотель ва Форобий таъсирида шаклланган. У Аристотелнинг "тасвирлаш", воқеликни "қайтадан яратиш" ҳақидаги қарашларини шарҳлаган ва ривожлантирган, бадиий тўқиманинг ижоддаги аҳамиятига кенг тўхталган, антик адабиётдаги адабий жанрлар, хусусан, фожиа жанрининг батафсил тавсифини берган. Унинг адабий-назарий қарашлари "Китоб аш-шифо" асарининг "Мантиқ" қисмидан ўрин олган "Риторика" ("Ал-хитоба") ва "Шеър санъати" ("Асноф ас-синоат аш-шеър") фаслларида ўзининг мукаммал ифодасини топган. "Шеър санъати" фаслида, жумладан, қуйидагиларни ўқиймиз: "Образли қилиб айтилган сўз киши руҳини ўзига бўйсундирадиган бир ҳолат касб этади...

Нарсанинг ўзи қандай бўлса, ўшандайлигича олмасдан, уни сал ўзгартирилган тарзда олинганлигига истиора ё мажоз дейдилар. Шеър мана шу истиора билан мажознинг таркибидан ҳосил бўлади...

Шеър уч хил нарса билан хаёлга таъсир этади:

1) гармония (куй);

2) сўз;

3) вазн"[1].

Алломанинг шогирди Жузжоний санаб ўтган китоблари рўйхатида адабиётшуносликка оид "Ал-мантиқ би аш-шеър", "Ал-қасоид фил-узмат ва-л-ҳикмат" асарларини ҳам учратамиз[2]. Ибн Сино тилшуносликка доир "Лисон ул-араб", "Махориж ул-ҳуруф" асарларини яратган. Жузжоний унинг тилшунослик билан жиддий шуғулланган даврида 3 та қасида ёзгани ва уларда энг кам ишлатиладиган нодир сўзларни қўллаганидан хабар беради[3].

Ибн Сино "Рисолат ут-тайр" ("Қуш ҳақида рисола"), "Ҳайй ибн Якзон" ("Уйғоқ ўғли Тирик"), "Саломон ва Абсол", "Юсуф", "Меърожнома" номли фалсафий мазмундаги қиссалари билан рамзий-ирфоний адабиётни ҳам бошлаб берди. Хусусан, "Рисолат ут-тайр" қиссаси Фаридиддин Атторнинг

---

[1] Абу Али ибн Сино. Саломон ва Абсол. – Тошкент, 1980. 89-, 98–99-бетлар.

[2] Абу Али ибн Сино. Шеърлар ва тиббий достон. 23-бет.

[3] Ўша ерда. 30-бет.

машҳур “Мантиқ ут-тайр” ва Алишер Навоийнинг “Лисон ут-тайр” достонлари яратилишига туртки бўлган. Бу асар рамз-ишоралар билан ёзилган бўлиб, алломанинг жон, ҳақиқат, Тангри тўғрисидаги фикрларини билишда ҳам муҳим аҳамиятга эга.

“Ҳайй ибн Якзон” қиссаси эса буюк итальян шоири ва мутафаккири Алигьери Дантенинг муаззам “Илоҳий комедия”сига ҳам таъсир кўрсатганлиги тўғрисида фикрлар мавжуд. Данте, айниқса, Ибн Синонинг “Рисола фи-л-ишқ” рисоласидан илҳомланган, ундаги асосий фикр ва қарашлардан таъсирланиб, уларни ривожлантирган. У “Дўзах” китоби тўртинчи қўшиғида Гомер, Эсхил, Софокл, Арасту, Афлотун, Пифагор, Гераклит, Демокрит каби дунё илмининг бешигини тебратган улуғ донишмандлар қаторида Абу Али ибн Синони ҳам тилга олади:

Кўзимни узоққа югуртдим шунда:
Ҳисобдон Эвклид, Батлимус, Гален,
Гиппократ, Ибн Сино, Ибн Рушд пайдо –
Янги гояларни тарғиб этган чин[1].

---

[1] Бу ҳақда кенгроқ маълумот олиш учун қаранг: К о м и л о в Н. Тафаккур карвонлари. – Тошкент, 1999. 72–120-бетлар.

Жованни Боккаччонинг "Декамерон" асарида Ибн Сино образи буюк табиб сифатида яратилган[1]. Европа Уйғониш даври миниатюраларида Ибн Сино Аристотель, Гален, Гиппократ, Птолемей, Эвклид каби юнон олимлари билан бир қаторда тасвирланади. Ўсимликларни илк бор тасниф этган Карл Линней ҳамиша кўм-кўк бўлиб яшнаб турувчи бир ўсимликни унинг шарафига "Авицения" деб атаган[2].

Маълумки, Шаркда илмий, фалсафий асарлар ҳам кўпинча шеърий шаклда ёзилган. Бу уларнинг таъсирчанлиги, оммабоплигини ошириши билан бирга ёдда сақланишини ҳам осонлаштирган. Абу Райҳон Беруний-нинг ёзишича, қадимги ҳиндларда илмий асарларнинг деярли барчаси шеърий усулда яратилган, чунки насрий китобларни ўқишга халқда унча рағбат бўлмаган. Ибн Сино ҳам тиббиётга оид рисолаларини шеърий усулда – ражаз вазнида ёзиб, шундан келиб чиққан ҳолда уларни уржузалар деб атайди. Унинг ҳозиргача фанга маълум уржузалари

---

[1] Комилов Н. Тафаккур карвонлари. 156–158-бетлар.

[2] Бу ҳақда қаранг: Буюк сиймолар, алломалар. Уч китобдан иборат. 1-китоб. – Тошкент, 1995. 47-бет.

сони тўққизта бўлиб, саккизтаси тиббиёт, биттаси мантиққа оид.

Машҳур Бузургмеҳр Анушервони Одил учун савол-жавоб тарзида ёзган "Пирўзинома" номли ҳикмат китобини ҳам Нуҳ ибн Мансур амрига кўра 1097 йили Ибн Сино паҳлавий тилидан форс-тожикчага таржима қилади.

"Саргузашт" асарини Ибн Синонинг ўзи бошлаб, шогирди Жузжоний давом эттирган. Жузжоний 1013–1014 йиллардан то умрининг охиригача аллома билан бирга бўлган.

Ибн Сино араб ва форс тилларида қасида, ғазал, қитъа ва рубоийлар ёзган ҳассос сўз устаси ҳам ҳисобланади. Афсуски, унинг адабий мероси бизгача тўлиқ етиб келмаган. Аллома адиб бадиий асарларининг тадқиқотчилари ҳозирча форс-тожик тилидаги 46 рубоий, 4 ғазал, 5 қитъа ва 2 байт шеърни Шайх ур-раис қаламига мансуб санаб, унга нисбат берилган бошқа шеърларга бир оз шубҳа билан қарайдилар. Бу ижод маҳсулининг асосий қисмини рубоийлар ташкил этиб, уларнинг бир қисми Умар Хайёмга ҳам нисбат берилади. Бундан ташқари 1957 йили Теҳронда чоп этилган девонида Ибн Синонинг 26 та арабча шеъри келтирилган. Улар умрнинг ўткинчилиги, қариликдан ши-

коят, панду насиҳат ва ишқий мавзуларда. Бу шеърларидан ирфоний мавзудаги "Қасидаи айния"си машҳур.

Абу Али ибн Сино 1037 йили Эроннинг Ҳамадон шаҳрида вафот этади. Буюк аллома мақбарасидан кеча-ю кундуз сайёҳлар, зиёратчилар қадами узилмайди.

Ибн Синони Шарқда фалсафий шеъриятни бошлаб берган шоир сифатида билишади. Чиндан ҳам бу қомусий олим Олам ва Одам ҳақидаги илмий-фалсафий қарашларини биринчи бўлиб шеъриятга сингдирди. Хусусан, рубоийларида унинг теран илмий фикрлари, кенг фалсафий мушоҳадаларини кўрамиз. Буюк файласуф оламнинг Оллоҳ томонидан яратилганини эътироф этган ҳолда табиат ҳодисалари, инсон вужудининг фаолиятига реал қарагани, дунёвий илмлар ривожига катта ҳисса қўшганини яхши биламиз. Айниқса, тиб илмида у шунчалик илгарилаб кетганки, ўз даврида у даволай олмаган касаллик бўлмаган ҳисоб. Замонасининг барча олиму донишмандлари унинг бу борадаги бекиёс илми ва истеъдодига тан берганлар. "Тиб қонунлари" асари асрлар давомида Шарқдагина эмас, Ғарбда ҳам тиббиёт соҳасидаги асосий қўлланма бўлиб келганлиги маълум. Ибн

Сино асарлари XII асрдан бошлаб лотинчага, у орқали Европа тилларига таржима қилина бошлаган. Жумладан, "Тиб қонунлари" асарининг ўзи лотинчада 40 марта тўлиқ нашр этилган. Унинг оддий дориларга бағишланган иккинчи қисмида 800 га яқин дориларнинг хусусияти, уларни тайёрлаш ва истеъмол қилиш усуллари баён қилинган. Шунинг учун ҳам тиббиёт илмининг бобокалони фахр ва армон билан ёзган эдики:

Кўк тоқигача ер қаъридан асли азал
Ҳар қанча тугун бўлса, ақл айлади ҳал.
Ҳар макру фириб бандини ечсам-да тугал,
Кўнглимда тугун бўлиб фақат қолди ажал.

Файласуф олим сифатида у Оллоҳ ва Олам, Оллоҳ ва Одам, Олам ва Одам муаммолари, инсон ҳаётининг мазмун-моҳияти, шахс ва жамият муносабати устида теран тафаккур юритган. Бу масалалар ҳамма замонларда ҳам фалсафанинг муҳим ва долзарб муаммоларидан бўлган. Бу масалаларга у ёки бу даражада дахл қилмаган файласуф ҳам, мутафаккир шоир ҳам йўқ ҳисоби. Ўз даврининг барча илмларини чуқур билган, азалий ва абадий мавзулар устида умуминсоний миқёсда мушоҳада қилган Ибн Синонинг салмоқли

фалсафий мазмунга йўғрилган ҳар бири ҳикмат даражасидаги рубоийлари унинг ҳам бу масалаларни четлаб ўтмаганининг ёрқин далилидир.

Ибн Синонинг фалсафий қарашларига кўра борлиқ иккига бўлинади: вужуди вожиб (зарурий вужуд) ва вужуди мумкин (имконий вужуд). Вужуди вожиб бу – Худо, вужуди мумкин – ундан келиб чиқадиган олам ва ундаги нарсалар. Улар орасида сабаб ва оқибат муносабати мавжуд бўлиб, бу жараёнда дунёдаги барча нарсалар тажаллий, яъни қуёшдан таралаётган нур шаклида илоҳий вужуддан келиб чиқади. Оллоҳ – боқий, унинг оқибати бўлмиш олам – фоний. Образли қилиб айтганда, Оллоҳ – жон, олам – бадан, фаришталар – унинг сезги хоссалари, барча жонли ва жонсиз нарсалар эса аъзолари бўлиб, тавҳид (Оллоҳнинг ягоналиги) аслида шу – қолган барча қарашлар кишини чалғитадиган тахминлардан иборат. Файласуф шоирнинг қуйидаги рубоийси худди шу ҳақда:

Ҳақ – жони жаҳоннингу, жаҳон бўлса – бадан,
Бу танни(нг) сезиш ҳисси малак жинси билан.
Бор жонсизу жонли мавжудот аъзосидир,
Тавҳид шу-ю, қолган бариси ҳийла экан.

Бу дунёда ҳеч нарса бутунлай йўқ бўлиб кетмайди, балки бошқача шаклда қайта туғилади – икки олам соҳиби бу дунёни тарк этган нимаики бор, уларни ўз хазинасида эҳтиёт қилиб сақлайди ва фалак яна шу ҳолга эврилганда ўзининг илоҳий пардасидан ташқарига чиқаради:

Кетмас йўқолиб ҳеч нима беному нишон,
Ғайб оламидан жой олади у шу замон.
Бир кун яна ўз аслига эврилса фалак,
Сир пардасидан чиқаргуси Ҳақ бегумон.

Маълумки, илм – тубсиз бир уммон. Қанча кўп ўқиганингиз сари шунча кам нарсани билишингизни англаб бораверасиз. Мутафаккир шоир Алишер Навоий: "Бўлди ўз нодонлигимни англамоқ донолигим", – деб бежиз айтмаган. Ибн Синонинг замонанинг барча илмларини эгаллаб, тун-у кун тафаккур қилиш натижасида дунёдаги ҳамма нарсанинг сир-синоатига етдим, менга маълум бўлмаган нарса қолмади, лекин билимим ҳақида чуқур ўйласам, ҳеч нарсани билмаслигим маълум бўлди, мазмунидаги мана бу рубоийси шу хусусда:

Сўз қолмади парда ичра ҳеч маълум эмас,
Дунёда бирор сир мен учун мавҳум эмас.

Мен маърифатингда кўп тафаккур қилдим,
Маълум бўлди: ҳеч нима маълум эмас.

Бошқа бир рубоийсида эса бу фикрни янада чуқурлаштириб, мен ҳатто ўзимнинг кимлигимни, бу дунёда нега овора бўлиб юрганимни ҳам билмайман, дейди:

Кошки билсам – мен ўзи қандай инсон?
Дунёда нима деб бу қадар саргардон?
Ёр бўлса агар бахт – яшасам хуш-хандон,
Ёр бўлмаса, йиғласам тўйиб беармон.

Алишер Навоий ҳам ғазалларидан бирида: "Эл нетиб топқай мениким, мен ўзумни топмамон", – деган эди. Бу мазмундаги фикрларнинг асосида тасаввуфий маъно ётади. Ўзни топиш, ўзни англаш, яъни ўзлик – инсоннинг дунё, нафс ва жисм билан боғлиқлиги. Улар ҳар лаҳза кишига ўзлигини эслатиб, уни Худо ёдидан чалғитади. Хожа Ориф Ревгарийнинг айтишича, дунёга қаттиқ боғланган киши илоҳий парвоз қилолмайди, бинобарин, талаб водийсига қадам қўёлмайди. Шунинг учун ҳам Навоий: "Ўзлугумдин ўзга ул юзга ҳижобе топмадим", – деган эди. Яъни менинг ўзлигим – дунё, нафс ва жисм тўсиқ бўлиб, ҳақиқий ёрнинг юзини мендан тўсиб турибди.

Ўзининг кимлигини англаб етган инсон дунёнинг ҳам, нафснинг ҳам, жисмнинг ҳам фонийлигини, уларнинг барчаси кишини асосий мақсаддан – Ҳақдан чалғитадиган воситалар эканлигини теран идрок этади ва дунёга кўнгил қўймайди, нафс хоҳишларига эргашмайди, жисмоний лаззатларга берилмайди. Бинобарин, шоирлар мен ҳали ўзимни топганимча, ўзлигимни англаб етганимча йўқ, деб ёзар эканлар, бундай фикрларни уларнинг дунё, нафс ва жисм ҳавасларидан буткул қутулмаганликларининг эътирофи сифатида тушуниш керак. Шарқда Абулмаоний – маънолар отаси номи билан шуҳрат қозонган Мирзо Бедил ҳам рубоийларидан бирида "Инсон гаштан ба худ расидан будаст" – "Инсон бўлиш ўзликка етишиш экан", дейди.

Мен улуғ бўлдиму, кенг дунё тор бўлиб қолди, қимматим ошди-ю, харидор топилмади, дея ўзини дарбадарликка маҳкум этган оғир қисматдан нолиган аллома сарсон-саргардонликда кечган ҳаётида жуда кўп режалари амалга ошмай қолгани, ўзи кўзлаган мақсадга етолмагани, кўнглида минг қуёш нур сочса-да, камолга йўл тополмаганлигини шикоят, норозилик йўсинида мисралар қатига мана бу тарзда нақш этади:

Дил дунё биёбонида оз чопган эмас,
Кўп билса-да, ўз нуқсини ҳеч ёпган эмас.
Кўнглимда агарчи минг қуёш порлар эди,
Охирда камолга зарра йўл топган эмас.

Ибн Синонинг кўпчилик шеърлари унинг шоирлик салоҳияти баланд бўлганлигидан далолат беради. Бу шеърларда мазмун чуқур бўлибгина қолмай, шакл ҳам гўзал, бадиий санъатлар ҳам маҳорат билан қўлланган:

Май мангулик бахш этар эмиш, қуй, соқий!
Кўнглингга ҳузур етар эмиш, қуй, соқий!
Куйдирса-да ўт каби, ғамингни аммо
Сувдек оқизиб кетар эмиш, қуй, соқий!

* * *

Эй нафс, қидирганинг мудом ҳою ҳавас,
Ўзингни ҳимоя қилгали шош бу нафас.
Дунё дема, қўй ҳийлани, мансаб тилама,
Душманлик ишинг ҳамиша, ҳеч дўстлик эмас!

Донишманд шоирнинг ахлоқий мавзудаги шеърлари ҳам қуруқ панд-насиҳатдан иборат бўлмай, теран фалсафий мазмун билан йўғрилган:

Бир-икки жаҳолат майидан маст эрлар
Доно санаб ўзни, асабингни ерлар.

Эшшак бўла қолким, улар эшшаклигидан
Ким бўлмаса эшшак, уни кофир дерлар.

Бу рубоийда киши қанча нодон бўлса, шунча жоҳил бўлади, жоҳил билан эса фақат унга тенг бўлиб гаплашиш керак, акс ҳолда сени одам сафига қўшмайди, деган аччиқ ҳақиқат бадиий талқин қилинган.

Бу дунёни ҳамма ўз қаричи билан ўлчайди, лекин ҳеч кимнинг дунёнинг ўз қаричига сиғиш-сиғмаслиги билан заррача иши йўқ.

Жоҳилга гап уқтириб бўлмайди, унга фақат ён бериш керак.

Рубоийда кучли заҳарханда, ўткир киноя мавжуд: нодоннинг жаҳолати шундаки, у ўзининг нодонлигини фазилат, аҳмоқона қилмишларини ибрат деб ҳисоблайди. Донишмандлар бежизга жаҳолат – инсониятнинг кулфатидир, дейишмаган.

Парадоксни қарангки, инсон қанча доно бўлса, ўзини шунча нодон деб ҳисоблайди, қанча нодон бўлса, ўзини шунча доно деб билади:

Кўнглим сира илм таҳсилидан маҳрум эмас,
Қолди жуда оз сир менга то мавҳум эмас.
Етмиш икки йил тинмай илм ўргандим,
Маълум бўлди: ҳеч нима маълум эмас.

Лекин Ибн Сино нафақат фалсафий, балки гўзал ва ҳассос ишқий рубоийлар муаллифи эканлигини ҳам таъкидлаб ўтиш жоиз. Бу мавзудаги рубоийлар унинг нафақат теран фикрлар ифодаси, балки нозик туйғулар тасвирида ҳам тенгсиз маҳорат кўрсатганлигининг ёрқин мисолидир:

Зулфинг шундай агарда ларзон бўлади,
Анбар баҳоси ҳамиша арзон бўлади.
Яхшиям юзинг зулф ичра пинҳон бўлади,
Йўқса нуридан туну кун яксон бўлади.

* * *

Дедим: Не сабаб булут каби гирёнман?
Деди: Шу учунки, мен гули хандонман!
Дедим: Нега сени кўрмасам нолонман?
Деди: Шу учунки, сен – тан-у мен – жонман!

* * *

Аждар каби сочингда хатар тўлғонади,
Елкангда нега у ҳийлагар тўлғонади?
Кўргач ўша лаъл лабингда зумрад бордир,
Аждар каби белингга қадар тўлғонади.

Инсон умрини гулга қиёслаб ёзган мана бу рубоийси ҳам гўзал:

Дил тўла ғаму, аммо куламиз гулдек,
Бир лаҳза яшаймизу ўламиз гулдек,

Бир лаҳза қучоқларга тўламиз гулдек,
Бир лаҳза ўтиб, яна сўламиз гулдек.

Аслида алломанинг шеърий иктидори юксак бўлганлиги унинг деярли барча шеърларидан билиниб туради. Чунончи, унинг қуйидаги рубоийси илму адаб аҳли орасида ниҳоятда машҳур:

Кофирга чиқармоқ мени осон йўқдир,
Ҳеч бир кишида мендаги имон йўқдир.
Мендек имони бут киши кофир бўлса,
Бас, жумла жаҳонда бир мусулмон йўқдир!

Алломанинг салафлари ва замондошлари, жумладан, Абу Абдуллоҳ Рудакий рубоийларининг асосан ишқий, Шайх Абусаид Абулхайр рубоийларининг эса тасаввуфий мазмунда эканлигини назарда тутсак, том маънодаги фалсафий рубоийлар дастлаб Абу Али ибн Сино ижодида учраши маълум бўлади. Бинобарин, ўз рубоийлари мисолида у Шарқ сўз санъатида чинакам фалсафий шеъриятни бошлаб берди. Кейин ўзини Шайх ур-раиснинг ҳароратли шогирди деб ҳисоблаган Умар Хайём Азал ва Абад, Олам ва Одам муаммолари хусусида теран фалсафий рубоийлар яратиб, бу жанрнинг пири устодига айланди, рубоийни жаҳон сўз санъатининг етакчи жанрлари қаторига олиб чиқди.

АБУ АЛИ ИБН СИНОНИНГ ЎЗ ТИЛИДАН ЁЗИБ ОЛИНГАН ТАРЖИМАИ ҲОЛИ

"Отам асли балхлик[1] эди. Нуҳ Ибн Мансур[2] замонида у ердан Бухорога кўчиб келади ва у даврда Бухоро атрофидаги Хурмайсан деган қишлоқда маъмурий ишларга бошчилик қилган. Хурмайсан Бухоронинг энг йирик қишлоқларидан саналар эди. Унинг яқинида Афшона деган бир қишлоқ ҳам бор. Отам ўша қишлоқдан онамга уйланиб, шу ерда туриб қолган. Мен шу ерда туғилганман, кейин укам[3] туғилди.

Сўнгра биз Бухорога кўчиб келдик. Мени

---

[1] Б а л х – ҳозирги Афғонистоннинг шимолидаги шаҳар. Термиз шаҳридан 70–80 км нарида.

[2] Н у ҳ и б н М а н с у р (976–997) – сомонийлар амири. Ибн Сино "Мабохис нафсония" ("Нафсоний бахслар") деган илк фалсафий асарини шу амирга бағишлаган. Бу асар "Ҳадият ар-раис" ("Ар-раис туҳфаси") деган ном билан ҳам машҳур бўлган. Амир вафот этган йилга эътибор берилса, Ибн Сино бу асарини ёзганида ҳали 17 ёшга тўлмаган бўлиб чиқади.

[3] Укасининг оти Маҳмуд бўлган.

Қуръон ва адаб [илмларини][1] ўқитадиган муаллимларга топширдилар. Ёшим ўнга тўлганда мен Қуръонни ва адаб илмларидан кўпини ўзлаштириб олган эдим, ҳатто одамлар менга ажабланадиган ҳам бўлди. Отам мисрликлар[2] даъватини қабул қилганлардан бўлиб, исмоилийлардан[3] ҳисобланарди ва уларнинг нафс [жон] ва ақл ҳақидаги гапларини ва тушунчаларини эшитиб юрардим, укам ҳам шундай қиларди. Кўпинча улар бу хусусда ўзаро суҳбатлашиб ўтиришганда мен уларнинг гапларини эшитиб, нима ҳақда гапираётганларини тушуниб юрар эдим, лекин

---

[1] Адаб илмлари деганда тил қоидалари, баён, маъно-лар, аруз ва қофия тушунилади.

[2] Мисрликлар дейилганда бу ерда фотимийлар кўзда тутилаяпти. Фотимийлар – исмоилий халифалар сулоласи. Жаъфари Содиқнинг Исмоил деган ўғли орқали ўзларини Али ва Фотима авлоди деб ҳисоблаганлар. Улар бутун дунёни эгаллашни мақсад қилиб, уни 12 жазира (орол)га бўлган эдилар.

[3] Исмоилийлар – шиаликлар ичида вужудга келган окимлардан бири. VIII аср ўрталарида пайдо бўлиб, X–XI асрларда Яқин ва Ўрта Шарқда кенг тарқалган. IX аср иккинчи ярмидан бу таълимот тарафдорларини қарматийлар деб атай бошлаганлар. Уларнинг фаол даъватлари туфайли Шимолий Африкада фотимийлар халифалигига асос солинади. X аср охиридан Мағриб, Миср, Сурия, Фаластин, Ҳижозда исмоилийлар ҳокимияти ўрнатилади.

кўнглим буни қабул этмас эди. Улар мени ҳам [ўз таълимотларига] даъват қила бошладилар. Улар фалсафа, ҳандаса (геометрия) ва ҳинд ҳисоби ҳақида кўп гаплашар эдилар.

[Отам] мени ҳинд ҳисобини биладиган бир резаворфурушга юбора бошлади, мен ундан [ҳинд ҳисобини] ўргандим[1]. Кейин Бухорога Абу Абдуллоҳ Нотилий[2] келиб қолди, у кишининг файласуфлик даъвоси бор эди. Менга таълим беради, деган умидда отам у кишини уйимизга кўчириб келди. Унинг келишидан олдин ҳам мен фиқҳ[3] билан шуғулланиб, бу хусусда Исмоил Зоҳид[4] деган кишининг ҳузурига қатнаб юрар эдим.

Шу билан мен талаб қилиш йўлларини ва жавоб берувчига эътироз усулларини, уларда жорий бўлган йўсинда билиб олиб, бу соҳани энг яхши биладиганлардан бўлиб қолган эдим.

---

[1] Бу шахснинг исми Маҳмуд ибн Масоҳ бўлган.

[2] Абу Абдуллоҳ Нотилий – X асрнинг машҳур олимларидан бири, фалсафа ва илоҳиётга оид асарлар муаллифи. Нотил – Мозандарон (Табаристон)нинг қадимий шаҳарларидан бири.

[3] Фиқҳ – ислом ҳуқуқшунослиги.

[4] Исмоил Зоҳид – Бухоронинг X асрдаги машҳур фақиҳ (ислом қонуншуноси)ларидан бири, Муҳаммад ибн Фазлий Бухорийнинг шогирди.

Кейин Нотилийдан "Исоғужи"[1] китобини ўргана бошладим. У менга жинснинг таърифи ҳақида гапириб, "Жинс нима?" деб сўралганда, "Турли навлардан иборат кўп нарсаларга жинс деб айтилади", деб жавоб берилади деганида, мен унга шундай таъриф бердимки, ундай гапларни [Нотилий] ҳали эшитмаган экан. У мендан жуда ҳайратга тушди, отамга мени илмдан бошқа нарса билан шуғуллантирмасликни уқтирди.

У менга қайси масала ҳақида гапирмасин, мен бу масалани ундан кўра дурустроқ тасаввур қилардим. Ниҳоят, мен мантиқнинг оддий масалаларини у кишида ўқидим, лекин мантиқнинг нозик томонларидан у бехабар экан.

Шундай қилиб, [мантиққа оид] китобларни ўзимча ўқишга киришдим, уларга битилган шарҳларни мутолаа қила бошладим ва, ниҳоят, мантиқ илмини пухта билиб олдим.

Уқлидус[2] китоби ҳам шундай бўлди: унинг

---

[1] И с о ғ у ж и – муқаддима маъносини билдириб, қадимги юнон олими Аристотел (Арасту)нинг (милоддан аввалги 384–322) мантиқ илмига оид асарининг кириш қисми ҳисобланади.

[2] У қ л и д у с – Эвклид, эрамизгача 355–315 йилларда яшаган қадимги юнон математиги.

бош қисмидан беш ёки олтита теоремаларини унинг олдида ўқидим. Ундан кейин китобнинг қолган қисмидаги [масалаларни] ўзимча ечишга киришдим. Сўнгра "Ал-Мажастий"га[1] ўтдим. Унинг муқаддимасини ўқиб бўлиб, ҳандасий шаклларига етганимда Нотилий менга шундай деди: "Энди уни сен ўзинг ўқиб, ўзингча ечишга ҳаракат қилавер, кейин менга айтиб берасан, мен сенга тўғри ё нотўғрилигини кўрсатаман".

У киши бу китобдан дурустроқ хабардор эмас экан. Мен бу китобни ўзимча ўзлаштиришга киришдим. У кишига қанчадан-қанча шаклларни тушунтириб берардим, шунга қадар у буларни билмас экан.

Кейин Нотилий мени қолдириб, Гурганж томонга жўнаб кетди. Мен эса "Фусус"[2] китобини, табиийёт ва илоҳиётга оид шарҳларни ўрганиш билан шуғулландим.

Мен учун илм эшиклари очила бошлади. Кейин тиб илми билан шуғулланишга майл

---

[1] Ал-Мажастий – қадимги юнон астрономи Птоломей (Батлимус)нинг (II аср) математика, физика ва астрономияга оид "Алмагест" асари.

[2] Ал-Фусус – бу ерда файласуф Форобийнинг "Фусус ал-ҳакам" ("Фалсафанинг қимматбаҳо тошлари") номли асари ҳақида гап борянти.

этдим ва унга оид китобларни ўқишга тушдим. Тиб илми қийин илмлардан эмас, шу сабабли қисқа муддат ичида [бу фанда жуда] илғорлаб кетдим. Энди ҳатто билимдон табиблар ҳам келиб, ҳузуримда тиб илмидан дарс оладиган бўлдилар. Беморларни ҳам кўриб турардим ва [шу йўсинда] орттирган тажрибаларим натижасида муолажа эшиклари менга шу қадар [кенг] очилиб кетдики, уни таърифлаб бериш қийин.

Шу билан бирга баъзан фиқҳни ўрганишда ҳам давом этар эдим ва шу хусусдаги мунозараларда иштирок этиб турардим. Бу вақтда мен ўн олти ёшда эдим. Кейин яна бир ярим йил илм ва мутолаага берилдим, мантиқ ва фалсафанинг ҳамма қисмларини қайтадан ўқиб чиқдим. Ўша кезларда мен бирор кечанинг ҳам охиригача ухламас, кундузлари ҳам илмдан бошқа нарса билан шуғулланмас эдим. [Мантиққа оид] равшан ва аниқ бир қанча [қоидаларни] жамладим. Ҳар бир ҳужжатни текшираётганимда бир қанча қиёсий муқаддималарни исбот қилиб, уларни шу равшан [қоидалар] нуқтаи назаридан тартибга солардим. Кейин у муқаддималарнинг шартларини назарга олиб, улардан чиқадиган хулосага қарардим. Ниҳоят, бу масалада ҳам-

ма нарсанинг асл моҳияти менга аён бўлиб қоларди.

Агар бирон масаладан бошим қотиб, қиёсда ўртача таърифни топа олмасам, жоме масжидига борардим ва намоз ўқиб, Яратувчига ёлборардим. Натижада қоронғи нарсалар менга ойдинлашар, мушкуллар осон бўлар эди. Кечалари эса уйимга қайтиб келардимда, олдимга чироқни қўйиб олиб, фақат ўқиш ва ёзиш билан банд бўлардим. Мабодо уйқу босса ёки ўзимни ҳорғин сезсам, қувватни қайтариш учун бир қадаҳ шароб ичиб, кейин яна ўқишга тушардим. Агар бир оз уйқуга кетсам, тушимда ўша ўнгимдаги масалаларни кўрардим ва кўп масалалар тушимда аён бўларди. Ана шу зайлда ҳамма илмларни мустаҳкам эгаллаб олдим ва улардан инсон имконияти даражасида хабардор бўлдим. Ўша вақтларда билганларим ҳозир билганларимчалик эди; бугунги кунгача [билимимга] бирон нарса қўшилмади.

Шу йўсинда мантиқ, табиийёт ва риёзий илмларни[1] пухта ўрганиб олдим, кейин илоҳиётга ўтиб, "Мобаъд ут-табиат"ни[2] ўқишга

---

[1] Риёзий илмлар – ҳисоб илми, математика.

[2] Бу ерда Аристотелнинг "Метафизика" китоби назарда тутиляпти.

кириштдим. Лекин унда нималар дейилганини тушунолмасдим ва китоб ёзган кишининг мақсади мен учун қоронғи эди. Ҳатто уни қирқ бор қайта ўқидим ва у менга ёд бўлиб кетди, лекин шунда ҳам мен [китобни] ва унинг мақсадларини тушуна олмасдим. Ниҳоят, умидимни узиб, бу тушуниб бўлмайдиган китоб, дедим.

Аммо кунлардан бир куни аср вақтида[1] китобфурушларнинг олдига бориб қолдим. Унда бир даллол муқоваланган китобни қўлида тутганича уни мақтарди. Уни менга ҳам кўрсатди. Мен бу илмдан фойда йўқ, деган хаёлда унга қиё боққим ҳам келмай, рад қилдим. Даллол менга: "Бу китобни сотиб ол, нархи арзон – уч дирҳамга[2] бераман, эгаси пулга муҳтож", – деди. Мен китобни сотиб олдим. Қарасам, бу Абу Наср Форобийнинг ўша "Мобаъд ут-табиат" китоби мақсадлари ҳақида ёзган асари экан. Уйга қайтиб, тезда уни ўқишга кириштдим. Китоб дилимда ёд бўлиб қолгани сабабли унинг мақсадлари менга дарҳол аён бўлди. Бундан жуда хур-

---

[1] Аср вақти – пешин ва шом намозлари ўртасидаги вақт.

[2] Дирҳам (Дирам) – оғирлиги 1,45 г кумуш танга.

санд бўлиб кетдим ва Тангри таолога шукр айтиб, ўша куннинг эртасигаёқ камбағалларга анча нарса садақа қилдим.

Бу вақтда Бухоронинг подшоҳи Нуҳ ибн Мансур эди. Иттифоқо, у бир касалликка дучор бўлиб, табиблар у ҳақда бир фикрга келиша олмабдилар. Кўп ўқийдиганлигим туфайли номим улар ўртасида машҳур бўлиб қолган эди. Подшоҳ ҳузурида менинг ҳақимда гапириб, ундан мени чақиртиришни сўрашибди. Мен бориб [табиблар билан] биргаликда [шоҳни] даволашда иштирок этдим ва шу орқали унга танилдим.

Бир куни шоҳдан кутубхонасига киришга ва у ердаги тибга оид китобларни мутолаа қилишга рухсат сўрадим. Шоҳ менга рухсат берди. Мен кўп хоналардан иборат кутубхонага кирдим. Ҳар бир хонада сандиқлар турар, китоблар эса устма-уст тахлаб қўйилган эди. Хоналарнинг бирида араб китоблари, шеърлари, бошқасида фиқҳга оид [асарлар] турарди. Шу тартибда ҳар бир хонада маълум бир фанга оид китоблар [тўпланган эди]. Кейин биздан олдин ўтган олимлар китоблари рўйхатини ўқиб чиқдим ва ундан керакларини талаб қилдим. У ерда шундай китобларни кўрдимки, кўпчилик ҳатто уларнинг номини

ҳам эшитмаган бўлса керак. Ўзим ҳам уларни бундан аввал кўрмаган эдим, бундан кейин ҳам учратмадим. Ўша китобларни ўқиб, улардан баҳраманд бўлдим. Шу билан ҳар бир муаллифнинг илмдаги даражасини билиб олдим.

Ёшим ўн саккизга борганда бу илмларнинг ҳаммасини эгаллаб бўлган эдим. Ўша кезларда илмни кўпроқ ёдда сақлаб қолар эдим, ҳозир эса илмим кўпроқ етилган, аммо билим – битта ва ўшандан бери менда янги бир нарса қўшилгани йўқ.

Абулҳасан ал-Арузий деган бир қўшним бор эди. У мендан бу илмларнинг ҳаммасини ўз ичига оладиган бир китоб ёзиб беришимни сўраган эди. Мен унга "Ал-Мажмуъ" ("Тўплам")ни тузиб бердим, китобнинг отини ҳам шундай – "Тўплам" деб қўйдим. Унга риёзиётдан бошқа барча илмларни киритдим. Ўшанда йигирма бир ёшда эдим.

Яна бир Хоразмда туғилган Абу Бакр ал-Барақий деган қўшним ҳам бор эди, у киши табиатан фақиҳ бўлиб, фиқҳ, тафсир ва зоҳидликда ягона ва бу илмларга мойиллиги бор эди. Шу киши мендан китобларга шарҳ ёзиб беришимни сўради. Мен унга йигирма жилдча келадиган "Ал-ҳосил вал-маҳсул" де-

ган китоб ёзиб бердим. Бундан ташқари унга ахлоққа оид яна бир китоб ёзиб бердим. Номини "Китоб ул-бирр ва-л-исм" ("Саховат ва жиноят ҳақида китоб") деб қўйдим. Бу икки китоб ундан бошқа ҳеч кимда йўқ, чунки у киши улардан нусха кўчириб олиш учун ҳеч кимга бермаган.

Бу орада отам вафот этиб[1], аҳволимда ўзгариш юз берди; султон ҳузуридаги вазифалардан бирини ўз зиммамга олдим. Кейин зарурат юзасидан Бухорони тарк қилишга – Гурганж[2] томонга кўчишимга тўғри келди[3]. У ерда илмларни севувчи Абулҳусайн ас-Суҳайлий[4] вазир эди. У ернинг амири ҳузурига бордим, амир Али ибн Маъмун[5] эди.

---

[1] Нуҳ ибн Мансурнинг ҳукмронлик йиллари – 976–997.

[1] Ибн Синонинг отаси 1002 йили вафот этади, бу вақтда Абу Али 22 ёшда эди.

[2] Гурганж – Хоразм ўлкасининг қадимги пойтахти, ҳозирги Кўҳна Урганчдан жануброқда жойлашган эди.

[3] Ибн Синонинг Бухорони тарк этишига Нуҳ ибн Мансур вафотидан кейин бу ерда бошланиб кетган нотинчликлар сабаб бўлган.

[4] Абулҳусайн Суҳайлий – адиб, шоир ва олим бўлган, илму адаб аҳлига ҳомийлик қилган. Унинг илми бадеъга оид "Тавсиф ва ташбеҳлар ҳақида ас-Суҳайлий гулистони" китоби ва араб тилида ёзган шеърлари машҳур (вафоти – 1027).

[5] Али ибн Маъмун – 997–1009 йилларда ҳукмронлик қилган Хоразм шоҳи.

Мен у пайтда эгнимга тайласон[1] ва тахтаулханакли[2] фақиҳлар кийимини кийиб олган эдим. Мен учун менга ўхшаганларга етадиган миқдорда ойлик тайин қилишди. Ундан кейин зарурат[3] Нисога[4] кўчишимга мажбур қилди. Сўнг ундан Абивардга[5], ундан Тусга, ундан Шиққонга[6], ундан Самангонга[7], ундан Хуросон[8] чегарасидаги Жожармга[9], ундан Журжонга[10] [кўчдим]; мақсадим Амир Қобус-

---

[1] Тайласон – бир учи кифтга, бошқа учи кўкракка ташланиб юриладиган ўрама – ридо, кенг шарф.

[2] Тахтаулханак (сўзма-сўз – энгак ости) – салланинг бир учини энгак – томоқдан ўтказиб ўраш усули.

[3] Султон Маҳмуд Ғазнавий хоразмшоҳга мактуб йўллаб, саройдаги барча олимларни ўз ҳузурига юборишларини сўраган эди. Ибн Сино Ғазнага боришга рози бўлмай, қочиб кетади.

[4] Нисо – ҳозирги Туркманистондаги қадимий шаҳар номи.

[5] Абивард – Жанубий Туркманистонда жойлашган шаҳар.

[6] Шиққон – Нишопурдаги туманлардан бири.

[7] Самангон – Жожарм якинидаги қишлоқ.

[8] Хуросон – III асрдан XVIII аср ўрталаригача ҳозирги Эроннинг шимоли-шарқий қисми ва Афғонистоннинг шимолий ва шимоли-ғарбини ўз ичига олган ҳудуд. Машҳад, Нишопур, Марв, Балх, Ҳирот, Тус, Сарахс, Обивард, Нисо, Сабзавор Хуросоннинг муҳим шаҳарлари бўлган.

[9] Жожарм – Хуросондаги вилоят.

[10] Журжон – Каспий денгизининг жануби-шарқи, Эроннинг шимолида жойлашган ўрта асрлардаги вилоят ва шаҳар.

нинг[1] ҳузурига бориш эди. Шу пайтда Қобусни тутиб, қалъалардан бирига қамаб қўйишди ва у ўша ерда ўлди. Сўнгра Деҳистонга кетдим, у ерда қаттиқ касал бўлиб қолдим. Яна Журжонга қайтиб келдим ва у ерда менга Абу Убайд ал-Жузжоний келиб қўшилди. Шу кезларда ўз ҳолимни ифодалайдиган бир қасида ёздим, унда мана шу байт ҳам бор эди: "Мен улуғ бўлганимда кенг шаҳар ҳам сиғдиролмай қолди, Қимматим ошганида харидорсиз қолдим".

Шу ерда Ибн Синонинг "Саргузашт" деб аталган ҳикояси ниҳоясига етади. Қолганини унинг садоқатли шогирди Абу Убайдуллоҳ Журжоний давом эттиради. Бу ерда ундан айрим парчаларни келтирамиз.

Журжонда Абу Муҳаммад аш-Шерозий[2] деган бир киши бор эди. Шу киши ўша илмларни яхши кўрар эди. Шайх учун ёнидан бир уй сотиб олиб, уни ўша ерга жойлаштирди. Мен ҳар куни [устознинг] олдига бо-

---

[1] Амир Қобус – зиёрийлар сулоласидан бўлган Шамс ул-маолий Қобус ибн Вушмагир (баъзи манбаларда Вашмгир) – Журжон амири (976–1012).

[2] Адиб ва донишманд, фалсафа мухлиси бўлган бу шахс Ибн Синонинг якин шогирдларидан бўлган эди.

риб турардим ва "Ал-Мажастий" китобини ўқирдим. Шунда мен у кишидан мантиқни айтиб турсангиз, деган эдим, у киши менга "Ал-Мухтасар ал-авсат фи-л-мантиқ" ("Ўртача қисқа мантиқ"[1])ни айтиб турди, мен ёзиб олдим. Абу Муҳаммад аш-Шерозийга бўлса "Китоб ал-мабда ва ал-маод" ("Нарсаларнинг бошланғичи ва аслига қайтиш китоби") ва "Китоб ал-арсод ал-куллия" ("Умумий кузатишлар китоби")ни ёзиб берди. Шайх у ерда жуда кўп китоб тасниф этди, "Ал-Қонун"нинг биринчи [китоби], "Ал-Мажастий"нинг қисқартмаси ва кўп рисолалар шулар жумласидандир. Ундан кейин ал-Жабал элида[2] бошқа китобларни ёзди. *(Шундан кейин унинг бу ерда ёзган 47 та асари рўйхати келтирилади).*

Сўнгра [Шайх] Райга кўчди ва Саййида[3] ва унинг ўғли Маждуддавла хизматига кирди. Улар Шайхнинг кимлигини унинг билан бирга етиб келган китоблардан билишди, не-

---

[1] Бу ерда Ал - Жузжоний айтаётган китоб Аристотель мантиғининг қисқача хулосаси бўлса керак.

[2] Ж а б а л – ҳозирги Эроннинг ғарб кисмида жойлашган Ироқи Ажам (ёки форс Ироқи).

[3] Оқила ва тадбиркор бу аёл давлат ишларига лаёқатсиз ўғли ўрнига мамлакатни идора қилар эди.

гаки бу [китоблар] унинг қадр-қимматини кўрсатиб турар эдилар. Бу пайтларда Маждуддавлани савдойи касали енгиб қўйган эди, Шайх уни даволаш билан машғул бўлди. Ўша ерда у "Китоб ал-маод"ни ёзди... Кейин юз берган баъзи бир сабаблар уни Қазвин томонга, у ердан эса Ҳамадон тарафга жўнашга... мажбур этди. Шунда иттифоқо Шайх аҳволидан хабар топган Шамсуддавла[1] уни ўз ҳузурига чақиртирди, чунки бу пайтда у қуланж[2] касаллигига гирифтор бўлган эди. Шайх уни Тангри таоло шифо бергунга қадар даволади, бунинг эвазига ундан кўпгина яхши совғалар олди ва қирқ кечаю қирқ кундуз унинг ҳузурида бўлиб, уйига қайтди, шу тариқа Шайх амирнинг яқин кишиларидан бири бўлиб қолди... Бу орада [Ибн Синодан] вазирликни қабул этишни илтимос қилдилар, у қабул қилди. Кейин унга қарши аскарлар исёни юз берди. Чунки улар [Шайхдан] ҳайиқар эдилар. Улар Шайхнинг уйига бостириб кириб, уни қўлга оладилар, молмулкини талаб, бор нарсаларини талон-торож

---

[1] Шамсуддавла – Маждуддавланинг укаси, Ҳамадон ҳокими.

[2] Қуланж – йўғон ичакда бўладиган касаллик, колит.

қиладилар ва амирдан уни ўлдиришни талаб қиладилар. Лекин [амир ўлдиришга] кўнмай, уни давлат ишларидан четлашишга қарор қилади, шу билан ҳарбийларнинг талабини қондирмоқчи бўлади[1].

Шу тариқа Шайх қирқ кун Абу Саъд ибн Дахдуқнинг уйида яшириниб ётди. Бу орада амир Шамсуддавланинг қуланж касали яна тутиб, у Шайхни топиб келишни сўради. Шундан сўнг у амирни даволашга киришди ва унинг қошида иззат ва ҳурматда яшай бошлади, сўнг вазирлик лавозими унга иккинчи бор қайтиб келди[2].

Кейин мен Шайхдан Аристотель китобларига шарҳ ёзиб беришни илтимос қилдим. Шунда у: "Бу ишга ҳозирча қўлим тегмайди, вақтим йўқ. Лекин агар сен рози бўлсанг, шундай қиламан: мен у китобга бу илмлардан нимани тўғри деб ҳисобласам, ўшалардан киритаман-да, мухолифлар билан мунозара қилмайман ва уларнинг фикрларини рад ҳам қилиб ўлтирмайман".

---

[1] Манбаларга қараганда, аскарларга маош тўлаш кечиктирилган. Бунга Ибн Сино айбдор деб ўйлашган ва аскар бошлиқлари унга қарши исён кўтаришган.

[2] Ибн Синонинг вазирлик қилган йиллари: 1015–1016 ва 1021–1022.

Мен бунга рози бўлдим. Шайх "Аш-Шифо" деб атаган китобнинг табииёт қисмини ёзишга киришди. Бу пайтда у "Ал-Қонун"нинг биринчи китобини ёзиб тугатган эди.

Ҳар куни кечаси унинг уйида толиби илмлар йиғилар эдилар. Мен "Аш-Шифо"дан ўқир эдим. Мендан бошқаси навбати билан "Ал-Қонун"ни ўқир эди. Булардан бўшаганимиздан кейин ҳар хил ашулачи ва созандалар келар ва шароб мажлиси керакли жиҳозлари билан муҳайё қилиниб, биз шулар билан машғул бўлардик. Шайх кундузлари амир хизмати билан банд бўлгани сабабли дарсни кечалари берарди. Шу тариқа бир қанча вақтни ўтказдик.

(Шамсуддавла вафотидан сўнг унинг ўрнини ўғли Самоуддавла эгаллайди. Ибн Сино вазирликдан бош тортади).

Ўшанда Шайх Абу Ғолиб Аттор[1] деган кишининг уйида яшириниб ётар эди. Мен ундан "Аш-Шифо" китобини тугатиб беришни сўрадим. [Шайх] Абу Ғолибни чақириб, ундан қоғоз ва сиёҳ келтиришни илтимос

[1] Абу Ғолиб Аттор – Ибн Синонинг яқин шогирдлари ва дўстларидан бири.

қилди. У киши сўраганларини келтириб бергач, Шайх саккиздан бир табақ [ўлчовли] қоғознинг қарийб йигирма жузвига ўз қўли билан масалаларнинг сарлавҳасини ёзиб чиқди. Мана шу ерда у барча масалаларнинг сарлавҳасини қоғозга тушириш билан икки кунни ўтказди, шунда у бирорта китобга ҳам қарамади, бирорта асл манбага ҳам мурожаат этмади, балки барчасини ёддан, ўз кўнглидан чиқариб ёзарди. Кейин Шайх шу [қоғоз] жузвларини олдига қўйганча [сарлавҳалари] ёзиб қўйилган ҳар бир масалага назар ташларди-да, уларга шарҳ ёзишга киришар эди. У ҳар куни эллик варақ ёзар, шу тарика "Аш-Шифо" китобининг табииёт ва илоҳиёт ҳақидаги қисмларини батамом ёзиб тугатди. Фақат "Ал-Ҳайвон" ва "Ан-Набот" қисмларигина қолган эди. Яна ["Аш-Шифо"нинг] мантиқ қисмини ҳам ёза бошлаган ва унинг бир бўлимини тугатган ҳам эди.

Шундан сўнг Тожулмулк[1] Шайхни Алоуддавла[2] билан ёзишмада ёмонлай бошлади,

---

[1] Тожулмулк – Самоуддавланинг лашкарбошиси. У Ибн Синога нисбатан кўнглида кек сақлар эди.

[2] Алоуддавла – Исфаҳон, Ҳамадон ва Рай ҳокими бўлган Эроннинг таниқли амирларидан (вафоти – 1042). Ибн Сино унга 1022 йили мактуб йўллаган.

ҳатто уни қидиришга тушди. [Шайхнинг] душманларидан бири [беркиниб турган жойини] кўрсатиб берди ва уни тутиб олиб, Фараджон деган қалъага қамадилар. Шу ерда у бир қасида ёзган эди, унда [мана бундай сатрлар ҳам бор эди]:

Кирмагим бунга аён, мисли ўзинг кўрган каби,
Лек бу ердан чиқмоғим шак-шубҳаю амримаҳол.

[Шайх] бу қалъада тўрт ой қолиб кетди...[1]

... Сўнгра Шайх Исфаҳонга кетадиган бўлиб қолди ва яширинча шаҳардан чиқиб кетди. Ўшанда мен, Шайхнинг укаси [Маҳмуд] ва икки хизматкор сўфийлар кийимида у билан биргаликда эдик. Исфаҳон дарвозаси олдидаги Табаронга[2] йўлдаги кўп қийинчиликлар билан етиб келгач, бизни Шайхнинг дўстлари ва Алоуддавланинг яқинлари ва махсус кишилари кутиб олдилар... Кейин у Алоуддавла мажлисида иштирок этди ва у мажлисда ўзига муносиб иззат ва икромлар кўрди. Алоуддавла буйруғига

[1] Ибн Сино ҳибсда ётганида ҳам китоб ёзишдан бир лаҳза тўхтамаган. Жумладан, "Ал-ҳидоя", "Китоб ал-қуланж", "Ал-адвият ал-қалбия", "Ҳайй ибн Якзон", "Рисолат ут-тайр" асарларини айнан Фараджон қалъасида ёзиб тугатган.

[2] Т а б а р о н – Исфаҳон яқинидаги қишлоқ.

биноан ҳар жума куни кечқурунлари унинг ҳузурида мунозара учун ҳар хил табақадаги олимларнинг йиғилиши одат тусига кирган эди. Шайх ҳам шулар жумласидан бўлиб, ҳеч қайси олим бирон илмда унга бас келолмасдилар.

Исфаҳонда Шайх "Аш-Шифо" китобини тугатиш билан банд бўлди ва "Мантиқ" билан "Ал-Мажастий"ни тамомлади. Бунгача эса "Уқлидус" [негизлари]нинг қисқартмасини ва арифметика ҳамда мусиқа ҳақидаги қисмини ёзиб тамомлаган эди. Бу ерда у математика [қисми]нинг ҳар бир китобига қўшимчалар киритди, чунки муаллиф бунга жуда катта эҳтиёж сезган эди.

Аммо "Ал-Мажастий"га келганда [шуни айтиш керакки], Шайх унинг охирига параллакс ҳақида ўнта теорема киритди ва астрономияга оид шундай нарсаларни киритдики, буни унгача ҳеч ким амалга оширолмаган эди. "Уқлидус" китоби билан ҳам шундай иш қилди, шу билан бирга ҳисоб қисмига ҳам чиройли ўзига хос [нарсалар] киритди.

Мусиқа ҳақидаги қисмига эса ўзидан аввалгилар бехабар бўлган кўпгина масалаларни қўшди. Натижада Шайх "Аш-Шифо" номи билан танилган китобининг "Китоб ан-Набот"

ва "Ал-Ҳайвон" қисмидан ташқари, барча қисмларини тугаллади.

Бу қисмларини эса Алоуддавла Собурхостга юриш қилган йили йўлда ёзди. Шу билан бирга "Ан-Нажот"[1] китобини ҳам йўлда ёзиб тугатди. Шайх бу орада Алоуддавланинг ишончли ва хос кишиларидан бўлиб қолди ва бундай аҳвол то Алоуддавла Ҳамадонга юриш қилишга қарор қилиб, йўлга отлангунча қадар давом этди. Шайх ҳам у билан бирга йўлга чиқди.

Бир куни кечаси Алоуддавла ҳузурида қадимги даврдаги кузатишлар асосида тузилган тақвим бўйича иш юритишнинг зарари ҳақида гап айланиб қолади. Амир Шайхга шу юлдузлар устида кузатишлар олиб боришни буюради ва бу иш учун зарур бўладиган маблағ ажратди. Шайх ҳам бу ишга киришиб кетди. Менга эса зарур асбоблар тайёрлаш ва уларни ясайдиган кишиларни ёллашни топширди. [Кузатиш вақтида] жуда кўп масалалар аён бўлди. Аммо сафарнинг кўплиги ва шу орқали туғилган тўсиқлар бу ишга зарар етказди.

---

[1] "Нажот" "Шифо"нинг мухтасар варианти бўлиб, табииёт, мантиқ, риёзиёт ва илоҳиёт қисмларини ўз ичига олади.

Шайх Исфаҳонда "Китоб ал-Улоий"[1] асарини ёзиб тугатди.

Шайхнинг ажойиб хислатларидан бири шу эдики, мен йигирма беш йил у билан бирга юриб ва унинг хизматида бўлиб, қўлига тушган биронта ҳам янги китобни бошдан-оёқ қараб [ўқиб] чиққанини кўрган эмасман. Аксинча, у китобнинг қийин жойлари ва мушкул масалаларинигина қарар ва шулар ҳақида китоб муаллифи нима демоқчи бўлганига диққат қилиб, унинг илмдаги мартабаси ва [масалаларни] тушуниш даражасини билиб олар эди.

Кунлардан бир куни Шайх амир ҳузурида ўлтирар эди, Абу Мансур Жаббон[2] ҳам бор эди. Тилга оид бир масала устида гап кетди ва Шайх бу ҳақда ўз мулоҳазасини айтди. Абу Мансур Шайхга ўгирилиб қаради-да, шундай деди: "Ҳақиқатан ҳам сен файласуф ва ҳакимсен, лекин тил илмини [чуқур] ўқимагансан, шунинг учун сенинг бу ҳақдаги гапларинг қониқтирарли эмас".

---

[1] Алоуддавлага бағишлаб ёзилган бу асар форс-тожик тилида бўлиб, мантиқ, илоҳиёт, табииёт ва риёзиёт каби қисмлардан иборат.

[2] Абу Мансур Жаббон – Исфаҳон зиёлиларидан. Ўша даврнинг пешқадам тилшуносларидан бўлган.

Шайхга бу гап оғир ботди. Уч йил давомида у тилга оид китобларни мутолаа қилди. Хуросондан Абу Мансур ал-Азҳарийнинг[1] таснифларидан бўлмиш "Таҳзиб ул-луғат" ("Тилни тозалаш") китобини ҳам сўраттириб олди. Бу ерда Шайх тил билимида шундай юксак даражага эришдики, бу камдан-кам одамга муяссар бўларди. Ўша пайтда учта қасида ёзди ва буларда кам ишлатиладиган, нодир сўзларни ишлатди. Кейин яна учта китоб ёзди: буларнинг бирини Ибн Ал-Амид[2] усулида, иккинчисини Ас-Собий[3] услубида, учинчисини эса Ас-Соҳиб[4] услубида яратди. Шайх бу китобларни муқовалашни ва жилдига эскирган тус беришни буюрди. Кейин шу тариқа муқоваланган китобни амирга бериб, уни Абу Мансур ал-Жаббонга кўрсатишни ва шундай дейишни илтимос қилди: "Биз бу китобни овга чиққан пайтимизда сахродан то-

---

[1] Ал-Азҳарий (895–980) – йирик араб луғатшуносларидан. У ўн жилддан иборат "Таҳзиб ул-луғат" китоби муаллифи.

[2] Ибн ал-Ҳамид – Хуросоннинг машҳур луғатшуноси (вафоти – 971). Сажъ ва гўзал услубда ҳеч ким унинг олдига тушолмаган.

[3] Ас-Собий – адиб, шоир, донишманд ва котиб (вафоти – 933). Насрда юксак маҳорат кўрсатган.

[4] Ас-Соҳиб – адиб ва донишманд (вафоти – 995). Сажъда ёзилган рисолалари билан машҳур бўлган.

пиб олдик. Буни кўриб, ичида нима ёзилганини бизга айтиб бергин".

Абу Мансур [китобни] кўриб чиқди, лекин унда [ёзилганларнинг] кўпини тушуниш унга мушкул бўлди. Шунда Шайх унга қараб: "Бу китобдаги сен тушунолмаётган нарсалар луғат китобларнинг фалон жойида айтиб ўтилган", – дейди ва Абу Мансурга тилга оид жуда кўп машҳур китобларни эслатдики, ўзи ўша қийин сўзларни шу китоблардан эслаб қолган эди. Абу Мансур ўшанда тил борасида унчалик пишиқ бўлмаган гапларни айтиб яхши қилмаган эди.

Энди Абу Мансур бу рисолалар Шайхнинг ўз таснифларидан эканини ва у буларни ўша кунги чеккан хижолатига жавобан ёзганини фаҳмлади. Шундан сўнг у гинани қўйиб, [Шайхдан] узр сўради. Кейин Абу Али тилга оид китоб ёзди ва уни "Лисон ул-араб" ("Араб тили") деб атади[1]. Тил ҳақида бундай китоб ёзилмаган эди. Лекин китоб Шайхнинг вафотигача ҳам оққа кўчирилмай қолиб кетди ва бирорта одам жазм қилиб тартибга ҳам келтирмади.

Шайх беморларни даволаш жараёнида кўп тажриба ҳосил қилди. Буларни "Ал-Қонун"

[1] Бу китоб 10 жилддан иборат бўлган.

китобига киритмоқчи бўлди, ҳатто буларни бўлимларга ажратиб ҳам чиқди. Лекин булар "Ал-Қонун" китоби ёзиб тугалланишидан олдин йўқолиб кетди...

Шайх Журжонда "Ал-Мухтасар ал-асғар фи-л-мантиқ" ("Кичик қисқартирилган мантиқ") асарини ёзган бўлиб, уни кейинчалик "Ан-Нажот"нинг бош қисмига қўйди...

Шайх юлдузлар устида кузатиш ишларини олиб борганда ўз даврига қадар бўлмаган асбоблар ихтиро қилди. Бу тўғрида у бир рисола ҳам ёзди. Мен бўлсам саккиз йил давомида кузатув ишлари билан банд бўлдим, бундан мақсадим Батлимуснинг ўз кузатишларида айтган гапларини аниқлаш эди. Менга бу масалаларнинг баъзилари аён бўлди.

Шайх "Китоб ал-ансоф" ("Инсоф китоби")[1] деган асар ёзди. Султон Маъсуд Исфаҳонга бостириб кирган куни[2] унинг аскарлари Шайхнинг уйини талон-торож қилди, бу китоб ҳам ўша ерда эди ва ундан асар ҳам қолмади...

Ибн Сино қуланж касалидан вафот этган.

---

[1] Бу Ибн Синонинг энг салмоқли ва қимматбаҳо асарларидан бўлиб, 20 жилддан иборат ва 28 минг масалани қамраб олади. Унинг бир қисми сақланиб қолган ва "Ал-машриқин" номи билан машҳур.

[2] Бу воқеа 1029 йили бўлган.

У эллик саккиз йил умр кўрди, вафот этган йили тўрт юз йигирма саккизинчи эди, туғилган йили эса уч юз етмишинчи эди. Унинг қабри Ҳамадонда, унинг қибла томонидаги девор тагида.

ҒАЗАЛЛАР

Ҳақиқат тип-тиниқ бода[1] – эрур руҳнинг
ғизоси[2],
Чечак-гуллардан ўзгай бўйи ҳам ранги
сароси[3].

Ақиқ[4] ранглигу мисли ёқуту[5] лаълсифат[6]
бўлса,
Кимики ичса бир жом[7], бошига қўнгай
Ҳумоси[8].

---

[1] Б о д а – маст қилувчи ичимлик, май, шароб.

[2] Ғ и з о – озиқ-овқат, таом, егулик.

[3] С о р о – асл, тоза, тиниқ.

[4] А қ и қ – қизил рангли қимматбаҳо тош. Маъшуқанинг чўғдай лаби ва қизил майнинг сифати бўлиб келади.

[5] Ё қ у т – қизил, сариқ, кўк, яшил ва оқ тусдаги қимматбаҳо тош.

[6] Л а ъ л – қизил рангли қимматбаҳо ялтироқ тош. Мажозан: қизил ранг. Маъшуқанинг чўғдай лаби ва қизил майнинг сифати бўлиб келади.

[7] Ж о м – қадаҳ, май пиёласи.

[8] Ҳ у м о – кимнинг бошига соясн тушса, ўша киши бахтли бўлади, деб эътиқод қилинадиган афсонавий давлат қуши.

Қуюлса тонг ила хумморларнинг[1] жомига
қул-қул,
Магар барбат[2] садосидан келур хушроқ
садоси.

Падар[3] панди каби аччиқдир, аммо фойдаси
беҳад,
Эрур нодонга ботил-ку вале доно равоси.

Ақл фатвоси[4] андоқким, ҳалолдир ичса
донолар,
Вале аҳмоқларга макруҳ[5] эрур кайфу сафоси.

Билимдонга ҳалолдирким, ҳаромдир аҳли
жоҳилга,
Ҳама яхши-ёмонни ажратар майнинг зиёси.

Ҳаром ўлмиш шароб оламда балким жаҳли[6]
жоҳилдин,
Нечаким ичди жоҳил, бўлдилар майнинг
адоси.

---

[1] Х у м о р – мушток, майпараст.
[2] Б а р б а т – саккиз торли ўрдак шаклидаги қадимий мусиқа асбоби.
[3] П а д а р – ота.
[4] Ф а т в о – қарор, ҳукм.
[5] М а к р у ҳ – нохуш, ёқимсиз, номақбул.
[6] Ж а ҳ л – 1) билимсизлик, нодонлик; 2) ғафлат, жаҳолат.

Шаробни аблаҳ ичса, чун гуноҳи ҳаддидан
ошгай,
Тилидан лоф ёғилгай, ўзгариб фикри-ҳавоси.

Не хушдирким, қўлингга сунса[1] паймона[2]
гўзал маҳбуб,
Гўзал юз шабнами томса, мен ул майнинг
гадоси.

Абу Али, тиниқ майни ҳакимона ичавер,
Худо ҳаққи, шудир ҳақнинг йўлин топмоқ
давоси.

* * *

Мард кишига ўн хил иш доим ҳаром,
Олтисидан мард киши холис мудом.

Хасислигу ҳасад ҳам ёлғончилик,
Заифлик, дарду йўқликка бўлиш ром.

Агар неъматга етсанг, сен адолат
Ҳам ақлинг бирла бер дўстларга инъом.

---

[1] С у н м о қ – узатмоқ.
[2] П а й м о н а – қадаҳ, май пиёласи.

Агар шиддатда қолсанг, ютма дардинг,
Сомон бўлғай бу дарддин чеҳра гулфом[1].

Назарга арзимас буткул жаҳон ҳеч,
Совуқ бир оҳ ила бўлғай саранжом.

Фалак – жуфт соққа, олам тахтасидир,
Ажал ўйнайди, бизлар – донаи хом.

* * *

Бўлурман охири жинни юрак сиррин тутиб
пинҳон,
Менинг кўрганларим кўргай на дев, на жин
ва на инсон.

Ҳалокатга гирифтор бўлмасам охир бу
ишлардан,
Заҳар тил тиғига қарши топилмайдир
сипар[2], қалқон.

Бахиллик бирла қўшнилар менинг
тўғримда ўйлайдир:
"Хасисликдан ўзининг устухонинму[3] сўрар
ҳар он".

---

[1] Гулфом – гулранг, қизил.
[2] Сипар – қалқон.
[3] Устухон – суяк.

Ақл рад айлагай ҳар ҳужжат ўқин келтирар
бўлса,
Қийин иш бўлмагай ҳеч ҳам, кўтарсин
майлига туғён.

Агар ҳал бўлмоғи душвор[1] бир иш пайдо
бўлиб қолса,
У майдонда кўринмайдир бирорта тилга зўр
полвон.

* * *

Жойлари ёдимга келтирмиш уларни дам-
бадам,
Ўзгарибдир, йўқ бўлибдирким, билиб
бўлмас ҳечам.

Сел ва ёмғирлар ювибдир манзилини бус-
бутун,
Кўз жигар қони билан юзларни ювгандек
бирам.

Ул асарлар ҳам йўқолмиш ҳамда ёшлигим
менинг,
Сочим оқи келди ғолиб, иккиси чекди алам.

---

[1] Д у ш в о р – қийин, оғир, мушкул.

Кексаликдан чин нишондир икки чекка оқлиғи,
Қўрқишар баттолдану дерлар: "Ҳазар қил, эй одам!"

Десалар: "Соқол бўя", дерман: "Бу иш яхши эмас,
Чун ажал ажратмагай оқу қаро ранг бўлса ҳам".

* * *

Дилинг дунё ғамидин мосуво[1] қиладурсен,
Ажабмас бақо уйинда[2] сафо қиладурсен.

Агар оҳу риёзатда[3] ўтар эрса даминг,
Дил кудуратин поку сержило қиладурсен.

Ҳавас манзилгаҳидин гар узоқ кета олсанг,
Биҳишт[4] боғида, ажабмас, ҳаво қиладурсен.

---

[1] М о с у в о – айрилган, жудо бўлган, маҳрум.
[2] Б а қ о у й и – у дунё, охират.
[3] Р и ё з а т – тариқатга кирган соликнинг камолот касб этиш ва Ҳаққа етиш йўлида чекадиган машаққатлари, ранжу изироблари.
[4] Б и ҳ и ш т – жаннат.

Агар ўз ташвишларингдин ҳалос бўла олсанг,
Фалак ташвишларин ҳам жобажо
қиладурсен.

Валекин ҳар киши ҳам бу ишга қодир эмас,
Сенингдек нозанин нечук адо қиладурсен.

На амал қўл-оёғини боғлай олурсен тек,
На олам рангу бўйини фано[1] қиладурсен.

Мисоли Буали халқдан дил уз-у бўл дарвеш[2],
Шундагина феълу дилингни дарё қиладурсен.

* * *

Неча кун яшаб бу жаҳонда саломат,
Қилиб хоки[3] бирла шамолига тоқат.

Бирор лаҳза лутфию бир лаҳза қаҳри,
Бу покиза жонга туташди қабоҳат.

---

[1] Ф а н о – ўлиш, йўқ бўлиш. Тасаввуфда банданинг Ҳақда фано бўлиши, яъни башарий хусусиятларнинг илоҳий сифатлар ичра маҳв бўлиши.

[2] Д а р в е ш – тасаввуф истилоҳида изловчи, истовчи маъносини билдириб, сўфий, фақир, ошиқ, ориф, соҳибдил, соҳибасрор, соҳибназар каби ўзини Ҳаққа бағишлаган кишиларнинг тимсоли бўлиб келади.

[3] Х о к – тупроқ; кул.

Ақлсизни мақтаб тамаъ бирла гоҳи,
Гаҳи ҳажв оқилни қилдим, маломат.

Дилим ўтда куйди – аланга чиқордим,
Кўзим ёши берди бул ўтдин шаҳодат.

Тия олмадим нафсиму ҳирсим исён
Қилиб, шод бўлдим, кетидин хижолат.

Ахир етди охирги манзилга умрим,
Не эккан эсам мен, шуни ўрдим албат.

Яна гавҳарим қайтди ўз асли сари,
Яна соғ бўлдим, кетиб барча иллат.

Билолмас бирор кимса мен қайга кетдим,
Қаён келди билмас ўзи ҳам бу хилқат.

ҚИТЪАЛАР

Улуғлигим туфайли дилларида вахмлар
зоҳир[1],
Йўқса ҳеч бир кечирмай, айлашар эрди хўп
таҳкир.

Мени тутмоқчи бўлганлар қазиб чоҳ, айла
шар "ав-ав",
Кучук овози ҳар ёқда, фақат мен бунда
шерман, шер.

Узоқдан ўқрайиб менга, қилурлар қанча
ғавғолар,
Мен эрсам кечалар илм истаюрман уйқусиз
охир.

Агар бундай адоват ўрнига бўлсайди одил кўз,
Кўрарди ишларимда ул ёмон ўрнига хўб
тадбир.

---

[1] З о х и р – 1) кўриниб турган, очиқ-ошкора, аён; 2) ташқи кўриниш, бирор нарсанинг сирти, таши.

* * *

Оламнинг сайрига қўйдим-у қадам,
Қаршимда намоён бўлди ҳар не бор.

Ҳайратимда қўлим тутган соқолдан
Бошқа бирор нарса бўлмади ошкор.

* * *

Тақдир гардишидан ва пешонамдан
Худойимга қилай энди шикоят.

Ёшлигим олди-ю, ўзи навқирон,
Оҳанрабо[1] бўлдим, темирим – заҳмат.

* * *

Тарк қил бор нарсани, жон барчадин аълодурур,
Жон камоли илмдандир, илмдандир сўлу соғ.

Жон агар бир шиша бўлса, илм унда шамчироқ,
Ҳикмати инсонни билгил ул чироқда мисли ёғ.

---

[1] Оҳанрабо – магнит.

Ул агар равшан ёнар, сен ҳам саломат, ҳам тирик,
Ул чироқ сўнса, сенинг ҳам ўлганингмасму шу чоғ.

* * *

* * *

Эй қаро кўз, ҳар бир аёл, ҳар бир қизнинг
Яхши хулқин ўхшатишмас майга доим.

Севиклигим оқ узумдан бўлган шароб,
Ақлим ёви, кўринса-да кўп мулойим.

* * *

Қандай кишиларки, фазлимга ҳасад,
Ғийбатдан бошимга бўлдилар бало.

Камолу ҳикматим пастга уришиб,
Ҳар ерда нодонлик этдилар намо[1].

Ёввойи эчкидек қояни сузиб,
Менинг таҳқиримни кўрдилар раво.

---

[1] Н а м о – намоён.

Аммо ёш ҳам бўлса манзилга яқин,
Нодонлар сўзидан чўчимас асло.

* * *

Хаста қилмиш кипригинг ҳам жонима
кирмиш аро,
Ҳам касал қилгувчи у, ҳам табибим
меҳрибон.

Лутф бирла васлинг инъом айлабон қил
бахтиёр,
Жавҳар ўрнини араз олгувси баъзан бегумон.

* * *

Сирингни сўрсалар, ҳар кимсадан тут
пинҳон,
Ҳар кимки гапирса кўп, удир мулоҳазакор,

Ичингда ниҳон бўлса сиринг – сенинг
асиринг,
Ўзинг унга асирсан, қачонки қилдинг ошкор.

* * *

Олий мақсадларга етмоқлик эрур майлим менинг,
Мартабалар пастига рози эмасман ҳеч қачон.

Ё етарман мақсадимнинг чўққисига охири,
Ё бу йўлда шум ажалдан топгуси ором бу жон.

* * *

Қариликдир кетган ҳаёт нишони,
Аммо битмас дил орзуси, тилаги.

Дилда ғурур, орзу-армон кўп, лекин
Тугаб бормоқдадир кунлар этаги.

* * *

Севгилимни йўқотганман, аламдан
Қаро кийиб мотам тутиб юрибман.

Қоронғи тун нимасини йўқотмиш,
Нечун қаро киймиш – билмай турибман.

* * *

Оламга қаролик таратмоқ бўлиб
Ўрим сочларини ёйган эди ёр

Ва лекин жамоли нурланиб кетиб,
Мақсадга етолмай қолди у ночор.

* * *

Соддалик-ла айтмагил сирингни ҳеч,
Ҳар кишига қилма дўстлик ошкор.

Асли расво ҳам мунофиқлар билан,
Тутма дўстлик йўлин, унинг хавфи бор.

Обрўйинг тушмасин дерсан агар,
Бўлма пастлар амридан ҳеч ҳиссадор.

Юрма йиғлаб гарчи тушса обрўй,
Кўз суви обрўни қилмас обдор[1].

* * *

Гумоним борки, бу зулмат ҳаётда
Мурувват кўзлари уйқуда дойим.

---

[1] О б д о р – серсув, сержило, ялтироқ. Бу ерда обрўни қайтармайди маъносида.

Ўн икки буржда[1] сайри етти юлдуз
Билан ўн икки йил ўтмиш мулойим.

Ҳаётдан кетди минглаб яхши одам,
Нечун қайтмайди ҳеч ким, эй Худойим!

* * *

Оталик ҳикмати нимадир, билсанг:
Бор-йўғин фарзандга бермак беминнат.

Лек отадан ўпка қилмасин фарзанд
Замона келтирса бошига кулфат.

* * *

Ҳар ерда жаҳолат ҳаддан ошган чоғ
Замона жигаринг қилур қаро қон.

Остонанг ул ёғи денгиз бўлса ҳам
Дурру марваридга мушт тўлмас осон.

---

[1] Б у р ж – қуёшнинг йиллик ҳаракат йўли бўйлаб жойлашган ўн иккита юлдузлар туркумининг мажмуи ва уларнинг ҳар бири (Ҳут, Ҳамал, Савр, Жавзо, Саратон, Асад, Сунбула, Мезон, Акраб, Қавс, Жадий, Далв).

* * *

Хаёлот бандидан чиқ, ҳис домидан кетгил узоқ,
Паст кишилар бирла ким ўлтирди, ўлди ҳиммати.

Аммо жаҳон ишларин била олгайму ҳеч одам
Ўзи келиб-кетишни тушунолмас-ку фикрати.

* * *

Болалик остони[1] эканму баланд,
Ёшлик ўтди-ю, у ўтмайди ҳарчанд.

Сочга қиров инди, келди кексалик,
Ҳали ҳам ўтмайди дилдан болалик.

Ёшлик мисоли дев қилди саркашлик[2],
Аммо энди тинди дилида ғашлик.

Икки чеккангдаги қаро қарғани
Оқ бургутлар чангга олдилар ани[3].

---

[1] О с т о н – остона.
[2] С а р к а ш л и к – бош тортиш, қайсарлик.
[3] Бу ерда қарға – қора, бургут – оқ ранг (соч) маъносида келаяпти.

Ёшлик ўтиб кетди, кўздан йўқолди,
Кўздан кетди, изи кўнгилда қолди.

Бир жойни босса ҳам энди оппоқ қор,
Бошқа бир бурчакда гуллайди баҳор.

Мўйсафидлик[1] ўлим жарчиси, аммо
Кўкатлар бор бу мудҳиш хаёлга даво.

Шундайдир аслида ҳаёт қонуни,
Қўлдан келса, бошқа қилардим уни.

Исён кўтарардим, аммо ул маҳкам,
Занжирбанддир бизнинг қўл ҳам, аёқ ҳам.

Уқдимки, абадий экан тақдир ҳам,
Шундан пайдо бўлди бардош ва чидам.

Мени йўлдан урмоқ бўлди бу дунё,
Худо, ўзинг кечир, кечир, эй Худо.

Кишилар ичида мен ҳам тирик жон,
Фаолиятимдан хабардор замон.

Аммо ҳеч ким билмас дилимда не бор,
Ҳеч киши дилимдан эмас хабардор.

---

[1] М ў й с а ф и д – соч-соқоли оқарган, кекса, чол.

Дилим этар осмон авжида парвоз,
Олам риёсидан юқори шоввоз.

Жаҳолатга ботиб қолганлар чанд[1] бор,
Қийналдилар дилим билолмай зинҳор.

Билолмаслар улар оромини ким –
Бузмоқда, ким экан у густоҳ[2] олим.

* * *

Кўп ичмак этма одат, ҳам қулоқ сол,
Озига қил қаноат, кам қадаҳ ол.

Қизил гулдек шароб руҳни этар шод,
Қорин оч бўлса, майни айлама ёд.

Суюқ овқат билан парҳез қилгил
Ҳам иссиқ ош егач, майдан тийилгил.

Қўлингда бўлмасин пайваста бода,
Бир ойда, майли, эт бир истифода[3].

---

[1] Ч а н д – неча.
[2] Г у с т о ҳ – ибосиз, одобсиз, андишасиз.
[3] И с т и ф о д а қ и л и ш – фойдаланиш.

РУБОИЙЛАР

1

Кўк тоқигача ер қаридан асли азал
Ҳар қанча тугун бўлса, ақл айлади ҳал.
Ҳар макру фириб бандини ечсам-да тугал,
Кўнглимда тугун бўлиб фақат қолди ажал.

2

Сўз қолмади парда ичра ҳеч маълум эмас,
Дунёда бирор сир мен учун мавҳум эмас.
Мен маърифатингда[1] кўп тафаккур қилдим,
Маълум бўлди: ҳеч нима маълум эмас.

3

Кофирга чиқармоқ мени осон йўқдир,
Ҳеч бир кишида мендаги имон йўқдир.
Мендек имони бут киши кофир бўлса,
Бас, жумла жаҳонда бир мусулмон йўқдир!

---

[1] Маърифат (Ирфон) – Оллоҳ моҳияти ҳақидаги илм.

4

Кошки билсам мен ўзи қандай инсон?
Дунёда нима деб бу қадар саргардон?
Ёр бўлса агар бахт – яшасам хуш-хандон,
Ёр бўлмаса, йиғласам тўйиб беармон.

5

Май[1] мангулик бахш этар эмиш, қуй, соқий[2]!
Кўнглингга ҳузур етар эмиш, қуй, соқий!
Куйдирса-да ўт каби, ғамингни аммо
Сувдек оқизиб кетар эмиш, қуй, соқий!

6

Асрорини[3] англаган дил, боқ, борми экан?
Гуфторини[4] тинглаган қулоқ борми экан?
Ёр ҳуснини қилса-да намоён туну кун,
Дийдорини илғаган қароғ[5] борми экан?

---

[1] М а й – тасаввуфда илоҳий тажаллий тимсоли, ишк ва ирфон рамзи бўлиб келади.

[2] Соқий деганда сўфийлар Оллоҳни, Муҳаммад алайҳиссаломни, маъшуқани, пир ёки комил инсонни назарда тутадилар. Соқий даврага май улашгани каби улар ҳам одамлар калбига илоҳий файз бағишлайдилар, ҳақиқий ишқ ўтини соладилар, ғайб маърифатидан бахраманд этадилар.

[3] А с р о р – сирлар, яширин нарсалар.

[4] Г у ф т о р – сўз, нутқ.

[5] Қ а р о ғ – кўз қорачиғи.

7

Дил дунё биёбонида оз чопган эмас,
Кўп билса-да, ўз нуқсини ҳеч ёпган эмас.
Кўнглимда агарчи минг қуёш порлар эди,
Охирда камолга зарра йўл топган эмас.

8

Бир-икки жаҳолат майидан маст эрлар
Доно санаб ўзни, асабингни ерлар.
Эшшак бўла қолким, улар эшшаклигидан
Ким бўлмаса эшшак, уни кофир дерлар.

9

Ул ишқ майи жом[1] ичра қуйилган ҳафта,
Ишқ ортидан ошиқ-да яралди – сўхта[2].
Ҳазрат Али ишқини Буали[3] дилига
Сут бирла шакардек этдилар омухта.

10

Кўнглим сира илм таҳсилидан маҳрум эмас,
Қолди жуда оз сир менга то мавҳум эмас.

---

[1] Жом ва унинг қадаҳ, коса, пиёла, соғар, суроҳий каби маънодошлари тасаввуфда илоҳий маърифат майига лиммо-лим кўнгил маъносида келади.

[2] С ў х т а – куйган.

[3] Б у а л и – Абу Али ибн Сино.

Етмиш икки йил тинмай илм ўргандим,
Маълум бўлди: ҳеч нима маълум эмас.

11

Май мастга ёву ҳушёр учун ёр бўлади,
Оз бўлса шифо, кўпи заҳри мор[1] бўлади.
Кўп бўлса, унинг зарари бор озгинаю,
Оз бўлса, унинг манфаати бор бўлади.

12

Кексайса киши ёшлар ишин қилмайди,
Соч оқ – қариликни яшириб бўлмайди.
Тун зулматида ҳар неки қилсанг – қилдинг,
Тонг равшанида энди қилиб бўлмайди.

13

Зулфинг[2] шундай агарда ларзон бўлади,
Анбар[3] баҳоси ҳамиша арзон бўлади.

---

[1] М о р – илон.

[2] З у л ф – соч; аёлларнинг икки чаккасидаги жамалаги, кокили. Тасаввуфда у бир неча маънода келади: идрокига ҳеч ким қодир бўлмаган илоҳий моҳият; куфр зулмати; йўқлик олами; ваҳдат мартабаси ва ҳоказо. Зулфнинг ҳалқалиги – илоҳий сирлар, узунлиги – оламнинг чексизлиги, беқарорлиги – оламнинг ўзгарувчанлиги рамзи.

[3] А н б а р – кўпроқ Ҳинд ва Тинч уммонларидаги анбар балиғи (кашалот)нинг ошқозон ёки ичагида ҳосил бўладиган мумсимон кулранг ва хушбўй модда.

Яхшиям юзинг[1] зулф ичра пинҳон бўлади,
Йўқса нуридан туну кун яксон[2] бўлади.

14

Дедим: Не сабаб булут каби гирёнман[3]?
Деди: Шу учунки, мен гули хандонман!
Дедим: Нега сени кўрмасам нолонман?
Деди: Шу учунки, сен – тану мен – жонман!

15

Уч нарса уч узвингдан олмиш тимсол:
Қаддан – гулу, лабдан – маю, юздан – жамол.
Уч нарса уч узвимдан элтмиш мисол:
Дилдан – ғаму, юздан – наму, кўздан – хаёл.

16

Эй нафс, қидирганинг мудом ҳою ҳавас,
Ўзингни ҳимоя қилгали шош бу нафас.
Дунё дема, қўй ҳийлани, мансаб тилама,
Душманлик ишинг ҳамиша, ҳеч дўстлик эмас!

---

[1] Ю з – тасаввуфда илоҳиёт жамоли тимсоли ва комил инсон чехраси. Имон ва ирфон кашфи ҳам кўзда тутилади.
[2] Я к с о н – б у е р д а: бир хил.
[3] Г и р ё н – йиғловчи, йиғлаб турган.

Етмиш икки йил тинмай илм ўргандим,
Маълум бўлди: ҳеч нима маълум эмас.

11

Май мастга ёву ҳушёр учун ёр бўлади,
Оз бўлса шифо, кўпи заҳри мор[1] бўлади.
Кўп бўлса, унинг зарари бор озгинаю,
Оз бўлса, унинг манфаати бор бўлади.

12

Кексайса киши ёшлар ишин қилмайди,
Соч оқ – қариликни яшириб бўлмайди.
Тун зулматида ҳар неки қилсанг – қилдинг,
Тонг равшанида энди қилиб бўлмайди.

13

Зулфинг[2] шундай агарда ларзон бўлади,
Анбар[3] баҳоси ҳамиша арзон бўлади.

---

[1] М о р – илон.

[2] З у л ф – соч; аёлларнинг икки чаккасидаги жамалаги, кокили. Тасаввуфда у бир неча маънода келади: идрокига ҳеч ким қодир бўлмаган илоҳий моҳият; куфр зулмати; йўқлик олами; вахдат мартабаси ва ҳоказо. Зулфнинг ҳалқалиги – илоҳий сирлар, узунлиги – оламнинг чексизлиги, беқарорлиги – оламнинг ўзгарувчанлиги рамзи.

[3] А н б а р – кўпроқ Ҳинд ва Тинч уммонларидаги анбар балиғи (кашалот)нинг ошқозон ёки ичагида ҳосил бўладиган мумсимон кулранг ва хушбўй модда.

Яхшиям юзинг[1] зулф ичра пинҳон бўлади,
Йўқса нуридан туну кун яксон[2] бўлади.

14

Дедим: Не сабаб булут каби гирёнман[3]?
Деди: Шу учунки, мен гули хандонман!
Дедим: Нега сени кўрмасам нолонман?
Деди: Шу учунки, сен – тану мен – жонман!

15

Уч нарса уч узвингдан олмиш тимсол:
Қаддан – гулу, лабдан – маю, юздан – жамол.
Уч нарса уч узвимдан элтмиш мисол:
Дилдан – ғаму, юздан – наму, кўздан – хаёл.

16

Эй нафс, қидирганинг мудом ҳою ҳавас,
Ўзингни ҳимоя қилгали шош бу нафас.
Дунё дема, қўй ҳийлани, мансаб тилама,
Душманлик ишинг ҳамиша, ҳеч дўстлик эмас!

---

[1] Ю з – тасаввуфда илоҳиёт жамоли тимсоли ва комил инсон чеҳраси. Имон ва ирфон кашфи ҳам кўзда тутилади.

[2] Я к с о н – б у е р д а: бир хил.

[3] Г и р ё н – йиғловчи, йиғлаб турган.

17

Дўст оғиз-бурун ўпишса душман-ла чунон,
Тарк эт бу каби мунофиқ улфатни шу он.
Омухта эса заҳар – шакардан воз кеч,
Қоч пашшадан, остида агар бўлса илон.

18

Майни ҳар замонда бир ичиш бу – хомлик,
Пайдарпай[1] ичиш келтиради бадномлик.
Майни ҳакиму подшоҳу ринд[2] ичса ҳалол,
Уч тоифадан ўзгага душманкомлик[3].

19

Бизмиз ўша лутфингга тавалло[4] қилган,
Тарки гуноҳу тоат таманно[5] қилган.
Ҳар ерда иноятинг агар бўлса, бўлур
Қилган – қилмаган, қилмаган гўё қилган.

---

[1] Пайдарпай – кетма-кет, доим, муттасил.

[2] Ринд – шариат ва тариқат боскичларидан ўтиб, ҳақиқат асрорига етган киши. Тасаввуф адабиётида ринд молу давлатни кўзга илмаган ҳурфикрли, исёнкор, майпараст, илоҳий ишқдан сархуш ва саргардон ошиқ тимсоли бўлиб келади. Ринд аҳли илоҳий жазава чоғида омма қабул қилмайдиган нозик маънолар ва чуқур ҳақиқатларни ошкор қилишлари, мутаассиб диндорлар томонидан куфр сифатида баҳоланадиган фикрларни илгари суришлари билан машҳур бўлганлар.

[3] Душманком – душманлик, мақсади душманлик.

[4] Тавалло – бирор нарсани ёлвориб, илтижо қилиб сўраш.

[5] Таманно – истак, хоҳиш, умид, мақсад.

20

Эй дилга ёмонлик уруғин жо қилган,
Тавба қилиб энди, афв таманно қилган.
Сен афвга умид боғлама, зинҳор бўлмас
Қилган – қилмаган, қилмаган гўё қилган.

21

Эй қуёш, борми сен каби оламгард[1],
Лутфинг аяма, мен-да йўловчиман мард.
Ишқ йўлида кўрдингми яна бир кишини,
То юзида шунча гарду кўнглида-чи дард?

22

Ул дамгача, то жаҳонни тарк этгайсан,
Оҳ-воҳсиз умр манзилига етгайсан,
Ҳар қанча ишинг бўлса, бугун айла шитоб,
Эрта дема, ноилож қолиб кетгайсан.

23

Тонг чоғи сафар азмини бошлай-да кетай,
Бу воқеадан кўзимни ёшлай-да кетай.
Отам этагига чанг уриб худди Исо[2],
Онам қучоғига тўним ташлай-да кетай.

---

[1] Оламгард – оламни айланувчи, дунё кезувчи.
[2] Исо – насроний динининг пайғамбари Исо алайҳиссалом.

24

Аждар каби сочингда хатар тўлғонади,
Елкангда нега у ҳийлагар тўлғонади?
Кўргач ўша лаъл лабингда зумрад[1] бордир,
Аждар каби белингга қадар тўлғонади.

25

Кўрдингми тириклик камарин белимда?
Дунё молидин ҳеч нима йўқ қўлимда,
Шодлик шами ҳеч порламади дилимда,
Синди ҳаётим қадаҳи кўз олдимда.

26

Ҳақ – жони жаҳонинггу жаҳон бўлса – бадан,
Бу танни(нг) сезиш ҳисси малак жинси билан.
Бор жонсизу жонли мавжудот аъзосидир,
Тавҳид[2] шу-ю, қолган бариси ҳийла экан.

27

Кетмас йўқолиб ҳеч нима беному нишон,
Ғайб оламидан жой олади у шу замон.
Бир кун яна ўз аслига эврилса фалак,
Сир пардасидан чиқаргуси Ҳақ бегумон.

---

[1] З у м р а д – оч яшил тусли қимматбаҳо тош.

[2] Т а в ҳ и д (В а ҳ д а т) – Оллоҳ таолонинг бирлиги, ягоналиги. Бу тушунчага кўра борлиқ ягона бир вужуддан, оламдаги барча нарсалар унинг тажаллийси – намоён бўлишидан иборат.

28

Зотинг сени бу олам учун бўлди асос,
Зотинг каби ҳеч кимса эмас зотшунос.
Билмайди киши камолу зотинг сирини,
Зотингни қилади барча феълингга қиёс.

29

Қодирсану беқиёссану ҳукм этасан,
Бизларни нега азоб билан қўрқитасан?
Куч-қудратингга биров гумон этмас, бас,
Бечора бу бандаларни қийнаб нетасан?

30

Ўт чиқди шамол туфайли гул хирманида,
Гул кўйлаги куйди-кетди бу гулханида.
Эй соқий, қўлинг ҳамиша май доманида[1],
Эй ток қизи, қонинг сени гул гарданида.

31

Юзлар саҳифаси узра мангу хат бор:
Икки Али[2] исмини битибди ошкор.
Бир "лом" билан икки "айн"у икки "ё"-ла[3]
Юзларга ёзилган ушбу ёзув пойдор.

---

[1] Доман – этак.
[2] Икки Али – Ҳазрат Али ва Абу Али ибн Сино.
[3] Араб ёзувида Али сўзи уч ҳарф – а (айн), л (лом) ва и (ё)дан иборат.

32

Гул бўлди нишон ишқ элининг эрмагига,
Бирдан узатишди қўл унинг этагига,
Солганлари чанг кам кўриниб кўйлагига,
Етказдилар озор танию кўкрагига.

33

Ҳар ердаки сўз кўнгилга маъқул келди,
Оллоҳнинг иноятн билан ул келди.
Ҳақ истамаса агар бирор иш бўлмас,
Ҳар икки жаҳон учун бу мушкул келди.

34

Эй дил, симир ишқ бодасини гул янглиғ[1],
Кий ошиқлик жомасини[2] гул янглиғ.
Бор шам каби оташин тили ишқнинг ҳам,
Оширма ошиқ ноласини гул янглиғ.

35

Гавҳарни у лабдан олди гавҳар кони,
Қўлларда юрар сохтасию ёлғони.
Ҳамён ипини боғлар экан, эшитдим:
Очиқ бўлар ошиқ кишининг ҳамёни!

---

[1] Я н г л и ғ – каби, ўхшаш, монанд.
[2] Ж о м а – тўн.

36

Дурлар қадабон фалак тонг дурдонасига,
Тўлдирди нафис дурни тонг паймонасига.
Мендек бу фалак асиру шайдо бўлмиш,
Айланди тун ошиғи, тонг девонасига!

37

Умримнинг асил гавҳари қўлдан кетди,
Энг чўққисига ҳаёт қуёши етди.
Тақдир пири бу чолнинг умид кўкрагига
Қоп-қора бўёқ суриш учун амр этди.

38

Ким қилди юзингга лолаю гулни тумор?
Ким қилди қизил гулга бу сунбулни[1] нисор?
Ким қилди ёруғ кунни қаро тунга дучор?
Ким қилди гўзал ёрни гўзал ёр ила ёр?

39

Соқий, қадаҳи оби бақойинг[2] қайда?
Ул ойинаи жаҳоннамойинг[3] қайда?

---

[1] С у н б у л – ингичка баргли, гуллари ҳалқа-ҳалқа, қўнғироқсимон ва хушбўй ўсимлик. Маъшуканинг сочи ҳалқа-ҳалқалиги ва муаттар ҳид таратиши жиҳатидан сунбулга нисбат берилади.

[2] О б и б а қ о – оби ҳаёт; Хизр алайҳиссалом ер ости – зулмат қаридан излаб топган ва ичиб абадий ҳаётга ноил бўлган мангулик суви.

[3] О й и н а и (Ж о м и) ж а ҳ о н н а м о – жаҳонни

Ботин уйини ювиб, мусаффо айлай,
Тавбамни ушатган ҳурлиқойинг қайда?

40

Ким кўрди юзинг каби мунаввар офтоб?
Ким кўрди сочинг каби қоронғи гирдоб?
Ким кўрди гуноҳни – тавбага берган тоб?
Ким кўрди имон билан риёни аҳбоб?[1]

41

Эй тун, яна қилма жанг-талош кечагидек,
Кўнглим сирини айлама фош кечагидек.
Кўрдинг-ку ниҳоятда чўзилди кеча тун,
Эй васл туни, бўлма одош кечагидек.

42

Тан ўт-у, суви ичинда жон пинҳондир,
Қон бўлмаса қон нега банди зиндондур?
Дунёда агарда зарра қадри бўлса,
Жон қиймати нега бунчалик арзондур?!

кўрсатадиган ойина (Жом). Қадимги Эроннинг афсонавий подшоҳи Жамшид жоми жаҳоннамо ихтиро қилган бўлиб, унда дунёдаги нафақат ҳозирги, балки ўтмишда юз берган ва келажакда содир бўладиган воқеа-ҳодисалар ҳам акс этар экан. Май қадаҳи ва комил инсон қалбини ҳам илоҳий сирларни ўзида сақлаши жиҳатидан ойинаи жаҳоннамога нисбат берадилар.

[1] А ҳ б о б – дўст, улфат, якин.

43

Умрингнинг ўзи икки нафас, эй одам,
Тўхтам нима билмас у шамолдек бир дам.
Умрингнинг асосини шамолга бердинг,
Бўлганми шамол асоси ҳеч мустаҳкам?

44

Ҳар бир савобимга ўн гуноҳим афв эт!
Бечора қул айбини, Илоҳим, афв эт!
Ўч ўтини ёқма ҳеч ажал ели билан,
Муҳаммад[1] эрур менинг паноҳим, афв эт!

45

Дил тўла ғаму, аммо куламиз гулдек,
Бир лаҳза яшаймизу ўламиз гулдек,
Бир лаҳза қучоқларга тўламиз гулдек,
Бир лаҳза ўтиб, яна сўламиз гулдек.

46

Ҳар ерда рақиб қутқуси безор айлар,
Давр аҳли қаерга борсам, озор айлар.
Кимнинг эшиги олдидан уммон оқса,
Тақдир ўзи давлатга сазовор айлар.

---

[1] М у ҳ а м м а д – Муҳаммад алайҳиссалом.

БАЙТЛАР

Кўрларга қуёш равшан эмас-ку,
Жоҳилга тўғри йўл пинҳон шунингдек.

* * *

Мубтало бўлмоқни кимки истамас,
Ҳаммом иссиғига тутмас орқасин.

* * *

Менинг сабрим жуда қаттиқ, сенинг эрса
юрак-бағринг,
Демак, бир тош эканмиз иккимиз ҳам бу
муҳаббатда.

* * *

Олий мансаб эгалари жонсиз нарсалар
бўлди,
Ажаб, жонсиз нарсалар ҳам нашъу намо
қилишар.

* * *

Зулфи бирла қоп-қора тун зоҳир айлар
бўлди-ю,
Юзларининг шуъласи йўл бермади кеч
киргали.

* * *

Мен улуғ бўлдим-ку, лек кенг бўлмади
майдон менга,
Қимматим ошгач, харидор чиқмайин
қолди, ахир.

* * *

Етиб борса ҳазар қилғил, менинг сўз
шамширим доми
Ва ё тил шамширим – сўзим шамоли
етгани они.

* * *

Ёмон ё яхшилик қилгай ҳар киши,
Шу ёмон, яхшини топмокдир иши.

* * *

Қора қарға қаноти оппоқ бўлган он
Мен ҳам бўяб соқолим, бўлай навқирон.

* * *

Агар овқат чексиз лазиз бўлса ҳам,
Кўп емагил, келтиради дарду ғам.

* * *

Йўқликка кетмишлар минглаб улуғ зот,
Бирортаси қайтиб келмади, ҳайҳот!

«Айния» қасидасидан

Сени деб осмондан тушди кабутар,
Унинг баҳосига етолмас гавҳар.

Бу кабутар сенга руҳу ширин жон,
Сени паст-баландга йўллади равон.

Зийраклар кўзи ҳам кўрмас муаммо,
Оқилга чеҳрадан маълумдир, аммо.

Гавҳардин покроқ ул, адашма зинҳор,
Ҳамма, ҳамма нарса фақат унда бор.

Сен-ла бир бўлганда қадр қилмайсан,
Қўзғалса, на қилмоқ керак, билмайсан.

Тушиб келганида осмон авжидан,
Хаста бўлган чоғи ҳаёт мавжидан.

Зиндони танглиги тегиб жонига,
Яна қайтмоқ истар ўз маконига.

Сўнг бир оз кўникди, жим бўлиб қолди,
Аммо соғинишдан мадори толди.

Ул жаннат маконин унута олмас,
Бу харобазорда қувноқлик абас[1].

Карвон ўтган манзил каби совуқ, бўш
Кўринарди инсон дили, урмас жўш.

---

[1] А б а с – бекор, беҳуда.

Инсон тани тутаб ётар оҳиста,
Унда кўринмасди ҳатто фариштa.

У зиндоний бўлиб, сиқилиб ногоҳ
Деярди: "Гуноҳим афв айла, Оллоҳ!"

Озодлигим ғами эзар бешафқат
Эркимни қайтаргил, қолмади тоқат.

Унинг илтижоси етди Худога
Ва чақириб олди авжи самога.

Шодлик қанотида учиб кетди жон,
Хоки туроб[1] бўлди бу тирик инсон.

Нечун куйламасин шодлик куйини,
Ҳеч ким билмас унинг сирру ўйини.

Тана билмас эди не сирга кетар,
Руҳ эса абадий манзилга етар.

Нечун Тангри уни этиб гуноҳкор,
Осмондан туширди тупроққа якбор[2].

---

[1] Хоки туроб – ер билан яксон, хароб.
[2] Якбор – бир бора, бир йўла.

Ёки дард ўтида тобламоқ бўлди,
Сирин англамоққа йўлламоқ бўлди?

Ал-алавийга[1] жавоб

Тангрим ўзи берсин шифо, дард аритсин
пешонадин,
Марҳамати бўлсин доим, кетмай қутлуқ
остонадин.

Билким, дардларнинг иложи исҳол[2]
қилишдир аввало,
Сўнгра ушбу байтлар бўлур керак дори-
дармонадин.

Энсага қонни сўргувчи зулук қўймоқ
– маслаҳатдир,
Агарда у истамаса қориқ қўймоқни[3] янадин.

Эт емакни тарк айласин, ҳазми енгил таом
есин,

---

[1] Ал-Алавий – вазир Абу Толиб ал-Алавий, Ибн Синонинг замондоши. Унинг боши ва пешанасига яра тошиб кетганида даво истаб Ибн Синога мурожаат қилганида буюк ҳаким шу шеърни битиб, унга йўллайди.

[2] Исҳол – ични бўшатиш, ич кетиши.

[3] Қориқ қўйиш – банка қўйиш.

Шаробга қўл чўзилмасин, то кетмагай дард
танадин.

Эзиб мажнунтол новдасин гулобга[1] омухта
этиб,
Юзга суртсин ухлаганда ҳар замон-ҳар
замонадин.

Қадамасин тугмаларин бўғадиган ҳам тор
қилиб,
Жаҳли чиқиб бақирмасин ҳар хил сабаб-
баҳонадин.

Илож шудир, ҳар кишики айтганимга
қилгай амал,
Топгай шифо, оҳиста дард арийди ул
ошёнадин.

«Тиббий маснавий»дан

Бир овқатинг ҳазм бўлмай, яна овқат
демагил,
Эҳтиёт бўл, касал бўлиб, сўнг пушаймон
емагил.

---

[1] Г у л о б – гул суви, атиргул япроқларидан олинадиган хушбўй ичимлик.

Чайнашга тиш ўтмас экан, уни ютма аввало,
У таоммас, соғлиқ учун, умринг учун бир
бало.

Ич бўшатиш лозим экан, ҳатто ҳаёт хавфи
ҳам
Бошда бўлсин, бу ишни ҳеч кечиктирма
бирор дам.

Айниқса, бу иш зарурат эрур уйқу олдидан,
Чуқур уйқу истар эрсанг, ором орзу олдидан.

Ҳар икки кун бир мартаба ҳаммом керак
одамга,
Бу тозалик танга дармон, даво, тирак одамга.

Эҳтиёжсиз ичма дору, беҳудага ҳеч даво,
Улардан сен фойдалангил зарур бўлса
мутлақо.

Зўр эҳтиёж тушганидан доруга этгил ружу,
Чунки ўткир таянч эрур танинг учун ул дору.

Беморга насиҳат

Тақдир иноятидан касалнинг соғаймоғи,
Аммо бу иш тез унар табиб қатнашган чоғи.

Табобат йўлларини беркитиб байтлар аро,
Бир қанча маслаҳатлар берай, бу яхши даво.

Агар бемор юзини қизартириб тепса қон,
Энсасига керакдир зулук қўймоқ шул замон.

Гўштли овқатни бемор камроқ этсин
истеъмол,
Бир томчи ҳам май ичмай, ўзини тийсин
дарҳол.

Иссиқ кўрпа ёпмасин, уй бўлмасин совуқ
ҳам,
Гулоб билан юз ювсин барвақт туриб
субҳидам[1].

Жаҳд, ваҳима, қўрқув билан юрак тўлмасин,
Кўйлак, камзул ёқаси, боқ, тангу тор
бўлмасин.

Бемор олса қулоққа, недур бунда насиҳат,
Тезда тузалиб кетар, беражакман кафолат.

---

[1] С у б ҳ и д а м – тонг пайти, эрталаб.

«Уржуза»дан

Кириш

Инсонларга хос нарсадир нутқ, ақл, ҳис,
туйғу,
Фикри-ўйинг тўғри бўлсин, ақлдан олиб ёғду.

Барча ақл, ҳис ва туйғу, сезги, идрок ҳам ҳаёт
Расамад-ла тақсимланди, улуш олди
махлуқот.

Табиатга боғланишдир бутун борлик
қисмати,
Шунинг билан ўз камолин топди Тангри
ҳикмати,

Ким ўз нафсин пок айлади палид, ёмон
нарсадан,
Ул эришди фазилатга, аввал носоз эрса-да.

Икки нарса ажратади инсонларни ҳайвондан:
Инсонлиги билинади ҳунар ва тил-забондан.

Шундай экан кишиларнинг энг улуғи
ҳунарманд,
Ёки сўзга чечан киши, фикри равшан, тили
қанд.

---

[1] У р ж у з а – арузнинг ражаз вазнида ёзилган асар.

Чунки улар ҳақиқатан заҳмат чеккан
кишилар,
Меҳнат ила сўз лаззатин дилга эккан
кишилар.

Шоир тилнинг амиридир, табиб тана
подшоҳи,
Бири билан бадан тирик, биридир сўз
ҳамроҳи.

Бири сўзда маҳорат-ла берар дилга муддао,
Бири меҳрибонлик ила танангга берар даво.

Бу "Уржуза" баёнидир табобатнинг мутлақо,
Ҳам назарий қисм бунда, ҳамда амалий даво.

Эсда қолган илмлардан бир гулдаста
боғлабон,
Насрдамас, назм билан этдим уни мен баён.

I қ и с м

Тиббиёт баёнида

Тибдир одам соғлиғини сақламоқнинг иложи,
Иллат тегса, унга даво излар тибнинг ривожи.

Таббий аъзолар ҳақида

Бадандаги аъзоларнинг асосийси тўрттадир,
Бошқалари шахобчадир шулар учун бирма-
бир.

Ушбу тўртнинг бири жигар, танага қон
бағишлар,
У берган қон бадан учун озиқа бўлиб ишлар.

Юрак борки ҳаёт эрур, ҳаракатда ҳар бир тан,
У бўлмаса ўсимликлар мисол бўлурди бадан.

Юрак жонли бадандаги унсурларнинг
биридир,
Қон юргизиб, жонли танга у ҳарорат берадир.

Бош мияю орқа мия томирлар ишдан тинмай,
Асрар юрак оловини ҳушёр туриб, эринмай.

Иккисидан бўғинларинг ҳаракатда муттасил,
Икки мояк хизматидан давом этади насл.

Жониворлар навин сақлаб қолур уларнинг
қўри,
Йўқса нечун давом этур махлуқотларнинг
тури?

Гўшту томир, турли ёғлар уларнинг
хизматида,
Воситалик вазифаси – буларнинг ҳикматида.

Суяк, парда ва бўғинлар бадан учун суянчиқ,
Улар бўлур зикр этилган тўрт аъзога таянчиқ.

Бадан тугал бўлсин учун ушбулар
яратилмиш,
Тўрт аъзонинг хизматига барчаси
қаратилмиш.

Оёқ-қўлнинг тирноқлари бармоққа қилар
ҳизмат,
Мўй[1] баданни тозаловчи, соқчи ҳамда зеб-
зийнат.

Емак-ичмак

Ҳар нарсаким, ўсишга бор имкони,
Овқатдандир унинг ўсиш мезони.

Овқат ҳазм бўлиб кетар баданга,
Тўлдиргичдир не камайса ҳар танга.

---

[1] М ў й – соч; жун.

Не овқатки танга берса тоза қон,
Уни мақта, ўша берар танга жон.

Шундай эрур буғдой ундан юмшоқ нон,
Худди шундай жўжа гўшти қоврилғон.

Овқатларнинг баъзиси берар иллат,
Эҳтиёт бўл, ундан чекмагил зиллат[1].

Қўшиб ема балиқ билан сутни ҳам,
Ул ҳам ғализ, ҳам пайдо қилур балғам.

Сув ва бошқа ичимликлар зикрида

Ширин анҳор соф сувлари рутубатни[2]
сақлайди,
Чанқоқликни қондиради, ишончингни
оқлайди.

Танадаги чиқиндини сувлар ювиб ташлайди,
Озиқани эритади, томирларга бошлайди.

Сувларнинг энг афзалидир ёмғир сувин
ҳосили,
Унда йўқ ҳеч зарар модда ё бирор нарса иси.

---

[1] З и л л а т – хорлик, тубанлик, пастлик.
[2] Р у т у б а т – намлик, захлик.

Баъзи сувлар булоқ бўлиб чиқади ер остидан,
Улар ҳукми бир бўлади аралаш сувлар билан.

Ҳар қандайин ичимлик баданга берар ғизо,
Мисол учун кўрсатайлик набиз[1], сут, тоза мино[2].

Ё баданни ўз таъбига томон мойил этади,
Мисол учун исканжабин[3] сафро[4] суриб кетади.

Уйқу ва уйғоқлик зикрида

Нафсоний ва ҳис қувватин олмоқлиги учун дам,
Ҳаракатдан тўхтамоғи учун керак уйқу ҳам.

Уйқу аста баданларни ичи-ичидан этар ром,
Бу таб билан ҳазм бўлар танангдаги бор таом.

Уйқу ҳаддан ошиб кетса, мияни айлар хира,
Хилтлар[5] билан тўлдирмагин кўп ухлаб уни сира.

---

[1] Набиз – хурмодан тайёрланган мусаллас.

[2] Мино – бу ерда: май.

[3] Исканжабин (Сиканжабин) – асал ва узум сиркасидан тайёрланган ичимлик.

[4] Сафро – жигарда ишлаб чиқариладиган сариқ ёки кўкимтир сариқ суюқлик; зарда, ўт.

[5] Хилт – одам гавдасининг дастлабки унсурларидан пайдо бўлган асосий суюқликнинг таркибий қисми. Улар – балғам, сафро, савдо ва қон.

Уйқу берар баданларга намлик, ҳордик-
ҳаловат,
Ундан гўё ҳаёт сўнар ёки ўчар ҳарорат.

Мўътадиллик ва уйғоқлик ҳисга берар
тетиклик,
Ҳаракатга етаклабон бахш этади етуклик.

Иш учун у куч қўзғатар, танни этар покиза,
Заҳарлардан тозалабон, баданни этар тоза.

Уйғоқлик гар узаяркан, уйқусизлик қўзғалур,
Нафсларда қайғу-азоб, безовталик жой олур.

Қўрқув рангни бузади-ю, баданларни оздирар,
Фақатгина бадан эмас, руҳга ҳам этар зарар.

Ундан кўзлар киртаяди, ҳазми таом бузилар,
Тафаккур ҳам хиралашар, жисм ипдек
чўзилар.

Ҳаракат ва сокинлик зикрида

Ҳар жисмоний ҳаракат: ё чаққон, ёки
мўътадил,
Мўътадилга аксарият бермоқ керакдир
кўнгил.

Зероким, ул гавдаларга мўътадиллик бахш этар,
Ҳам бадандан не чиқинди, не заҳар бўлса кетар.

Таом ҳазми, яна овқат иштаҳаси ҳаракат,
Ёш танага ўсиш имкон, ҳаракатда баракат.

Ҳаракат ҳам меъёридан ошиб кетса чарчатар,
Фақат тана эмас, балки руҳга ҳорғинлик етар.

Нотабиий ҳароратга беради у аланга,
Рутубатдан халос этиб, азият берар танга.

Оғриқ билан жисмларга у келтирар заифлик,
Қаримаган танга берар кексалигу майиблик.

Ҳаракатсиз роҳат қилсанг, бўлма ундан ҳеч мағрур,
Чунки унда фойда камдир, зарарлидир у қурғур.

Ором агар ортиқчадир, жисм тўлар хилт билан,
У ёмон хилт тану руҳга зарар берар дафъатан.

Бўшаниш зикрида

Жисмдаги барча аъзо бўшанишга муҳтождир,
Ҳатто мия бунга муҳтож, соғлиқ учун бир
бождир.

Баҳор куни томиридан қон олдирган кишини
Ёки сурги қилса, унинг яхши дегил ишини.

Оғзингда сув ғарғара қил, мисвок[1] ишлат
субҳу[2] шом,
Шунда тиш ва танглайларинг тоза бўлур ва
соғлом.
Баданларинг тоза тутмоқ учун мана бор
ҳаммом,
Бу ишда ҳеч сустлик қилмай, қатнаб тургил
бир маром.

Нафсоний кайфиятлар зикрида

Ғазабланиш қўзғатади ҳарорат ҳар кишида,
Жисму жонга етар зарар, мантиқ бўлмас
ишида.

---

[1] М и с в о к – тиш тозалагич.
[2] С у б х – тонг.

Қўрқиш эса совуқликни қўзғатади беомон,
Агар ҳаддан ошиб кетса, ҳалок бўлур ширин жон.

Шодлик эса истироҳат, танга роҳат бўлади,
Ул ҳам агар ошиб кетса, кўп қабоҳат бўлади.

Озғинларни ўлдирмоғи мумкин баъзан қайғу-ғам,
Фақат озмоқ лозим эрса, фойда кўрар ул одам.

Соғлиқни сақлаш зикрида

Истисносиз сўзим шу, амал этсин ҳар киши,
Ўз соғлиғин сақламоқ ҳар кишининг ўз иши.

Шимол томон, тоғ томон йўл олавер фасли ёз,
Шимолдан эсса шамол, шул ерларда кўнгил ёз.

Тун баланд жойда ўтир, кундузлари туш пастга,
Шунда соғлиқ ва ором сенга бўлур пайваста[1].

---

[1] Пайваста – буерда: доимий ҳамрох, ёр, дўст.

Жун ва пахта кийимдан юз ўгирганинг яхши,
Енгил каноп кийимлар бўлсин баданинг
нақши.

Хушбўй модда истасанг, мойин берсин қизил
гул,
Икки кўзингни чангдан ва тутундан асрагил.

Қуёш тиғи, ўт-аланга, хавфлидир иссиқ
шамол,
Майда хатни кўп ўқима, кўзга у бўлур завол.

Овқатланиш зикрида

Кеча-кундуз энг камида бир бора егил таом,
Баданларнинг озиғига шул ҳам етар, вассалом.

Гар кўп есанг, икки бор е, икки кунда уч бора,
Бу ўртача емак демак, яшамакка кўп чора.

Овқат ейиш вақти шошма, эринмагил
чайнашдан
Шунда ҳазми осон бўлур, озор етмас чой,
ошдан.

Ҳар емакким, чайналмоғи оғир келса
тишингга,

Унинг ҳазми қийин бўлур, сабаб
сусайишингга.

Ниманики кўнглинг тусар, ундан юзинг
ўгирма,
Чунки овқат қувват эрур, ҳазмидан ҳеч
қайғурма.

Сенда бўлса ёмон одат, хушёрлик-ла кузатгил,
Аста-секин кураша бор, охир уни тузатгил.

Рутубатли овқат бўлса, куруғига қўш уни,
Ширинини нордон билан истеъмол қил ҳар
куни.

Семиз, ёғлик гўшт ҳазмидан қўркар эсанг бир
бало,
Туз ва ўткир нарса билан юмшат уни аввало.

Овқат емак вақт – жисмоний ҳаракатдан
сўнгги дам,
Қорин бўшаб, очган ҳамон қўзғалур иштаҳа
ҳам.

Истироҳат вақтин танла, шабода ҳам салқин
жой,
Овқат учун салқинроқ дам, бўлса кетар ошу
чой.

Ёзда овқат оз ейилсин ҳамда бўлсин енгил у,
Эски гўшту ғализ таом ўрнида сут, кўкат, сув.

Ичимликлар зикрида

Ташналикни қондиради совуқ сувнинг ози ҳам,
Илиқ сувдан фойда йўқдир, кўпи берар қайғу-ғам.

Ичимликда муз кўп бўлса, ундан сақлан доимо,
Асабларга зарар берар, фойдаси йўқ мутлақо.

Овқатдан сўнг бирданига ё ҳаммомдан чиқибоқ
Сув ичмагил, ул ҳам зарар соғлиқ учун, яхши боқ.

Зўр жисмоний ҳаракатдан сўнг совуқ сув ичмагил,
У бир офат, соғлиғингдан бир йўласи кечмагил.

Қониб ичгач, сенда яна пайдо бўлса ташналик,
У ёлғондир, эҳтиёт бўл, кўрсатма ҳеч ошналик.

Май, шаробни кўп ичишни айламагил ҳеч одат,
Ичар бўлсанг ўзингни тий, озига қил қаноат.

Гар май ичсанг кунда ичма, ҳар замонда ичсанг, бас,
Ўшанда ҳам оч қоринга шароб ичиш ярамас.

Латиф таом устидан ҳам май ичмагил мутлақо,
Ўткир аччиқ овқат билан ичсанг ҳам у бир бало.

Ўзинг сақла сурункаси маст юришдан ичиб май,
Бир ойда бир бода етар, шароб ичма пайдарпай.

Ёз фаслида оқ шароб ич, у кўп латиф ва нозик,
Газак учун нордон, тотли нарсалардан қил озиқ.

Уйқу зикрида

Кўп ухлама, унда нафсга берган бўласан озор,
Уйқусизлик чўзилса-чи, асаблар бўлур безор.

Овқат ҳазм бўлмай қолса, шунда узоқ
ухлагил
Тургач, дарров таом томон юриб қўлинг
чўзмагил.

Овқатдан сўнг ухлаб қолсанг, ухла тикроқ
суяниб,
Еган овқат ҳазм бўлар жойга тушсин
сирғаниб.

Бадантарбия ҳаракат зикрида

Бу ҳаракат кучли бўлса, у ҳам зарар, албатта,
Меъёрида бўлганида унинг фойдаси катта.

Аъзоларга йиғилганда ёмон хилт бобаракат[1],
Ундан агар қутулмоқчи бўлсанг, қилғил
ҳаракат.

Ё нафасинг тезлашгунча тезлаб юргил пиёда,
Ёки кураш тушмоқ мумкин, фақат лозим
ирода.

Орикларни озод айла қаттиқ ҳаракат, ишдан,
Огоҳ бўлгил ундайларни заифлатиб
қўйишдан.

---

[1] Б о б а р а к а т – баракали, кўп.

Семизларга серҳаракат бўлмоқни айла вожиб,
Қорин солиб кетган бўлса, қўйгил белбоғ
бойлатиб.

Гўдак тарбияси зикрида

Онасининг қорнидаёқ гўдакни қил эҳтиёт,
Унга бирор офат етмай, туғилсин у барҳаёт.

Ҳомиладор ошқозонин посбон бўлиб
сақлагил,
Иштаҳаси бузилмасин, овқатларин бир
сархил[1].

Она қони тоза бўлсин, овқатига бўл сергак,
Токим ўша тоза қондан озиқа олсин гўдак.

Эҳтиёт қил қўрқишдану бақириш, ҳаяжондан,
Булар бари болага ҳам етишар, ўтар жондан.

Чақалоқни чўмилтириб, сўнг йўргакка
жойлагил,
Баданини юмшатувчи ёғлар билан мойлагил.

Кўп эмизма, ошқозони ортиқ тўлиб кетмасин,
Оч ҳам қўйма, ёш танага бундан зарар
етмасин.

---

[1] С а р х и л – сара, энг яхши.

Муомаланг юмшоқ бўлсин, дойим бўлгил
меҳрибон,
Уйқуда ҳам чўчимасин, ором олсин мурғак
жон.

Беланчаги юмшоқ бўлсин, қоронғилаб қўй
уни,
Уйғоқликда ёруғликдан айирмагил ҳар куни.

Кўзларини рангга ўргат, кундуз кўрсин ҳар
хил ранг,
Кечалари осмон, юлдуз, ойга боқсин у
башанг.

Овоз билан эркалатиб, сўзга ўргат бирма-бир,
Ул ҳам ширинсўз бўлади бу таълимингдан,
ахир.

Гоҳи-гоҳи бол ялатгил, танглайига сурт асал,
Гўдакка куч-қувват берар, уни енголмас
касал.

Бу асалга мия ўти сувидан қўш, бўл омон,
Бурни битса, шу таркибдан томизиб тур ҳар
замон.

Сезгисин ҳам, товушин ҳам яхшилайди бу
даво,
Нафаслари равон бўлиб очилади аввало.

Тибнинг бўлиниши ҳақида

Илмий, амалийга бўлинди тиб аввал,
Бўлди уч нарсадан илмийси мукаммал.

У нарсанинг бири етти табиатдир[1],
Андин сўнгра келган олти заруратдир[2].

Уч нарса бор: битилгандир китобларда,
Мараз[3], араз[4], сабаб деган хитобларда.

Икки турга бўлинади амалий тиб,
Бири икки қўлдан топур даво, тартиб.

Бошқа бири бажо бўлур бўлса даво,
Қўл келади белгиланган бўлса ғизо.

Тиббий нарсаларнинг биринчиси рукн ва унсурлар ҳақида

Билсанг, табиий нарсалар рукнлардан,
Улар қоришидан пайдо бўлур бадан.

---

[1] Етти табиат: рукн (тупроқ, сув, олов ва ҳаво), мижоз, хилтлар, аъзолар, руҳлар, қувватлар, ишлар.

[2] Олти зарурат: ҳаво, еб-ичиш, уйқу ва уйғоқлик, ҳаракат ва ҳаракатсизлик, бўшаниш, нафсоний кайфият.

[3] Мараз – касаллик.

[4] Араз – касалликнинг аломатлари.

Бу хусусда Букрот[1] сўзи тўғри ўлур,
Тупроқ, олов, сув ҳам ҳаво манба бўлур.

Унга далил жисм ҳалок бўлар магар,
Мукаррарки, тўрт унсурга[2] яна қайтар.

Рукнлар гар бўлса бир хил табиатда,
Кўролмасдинг касал бирор тирик зотда.

Тиббий нарсаларнинг иккинчиси мизожларни[3] билиш ҳақида

Андин сўнгра келур сенга илми мизож,
Анинг ҳукми ёрдам берур, қилсанг илож.

Аммо мизож қувватлари тўртта ҳаргиз,
Ҳаким уни қўшиб айтар ёки ёлғиз.

Алар иссиқ, совуқ, юмшоқ, қуруқ чунон,
Ким ушласа – сезгиси бўлгай аён.

---

[1] Б у к р о т – қадимги юнон ҳакими, илмий тиббиёт асосчиларидан бири Гиппократ (милоддан аввалги – 460–377).

[2] Т ў р т у н с у р – борлиқ асосини ташкил қилувчи тупроқ, сув, олов ва ҳаво.

[3] М и з о ж – табобатда тўрт хил мижоз бор: иссиқ, совуқ, ҳўл ва қуруқ. Яна оралиқ мизожлар ҳам мавжуд: ҳўл-иссиқ, қуруқ-иссиқ, ҳўл-совуқ, қуруқ-совуқ. Бу ми-

Мизож қувватлари рукну[1] замонларда[2],
Ўсар нарсаларда, барча маконларда.

Устиқусдир[3] эгалловчи бағоятда,
Оддий мизож бўлса агар ниҳоятда.

Иссиқлик-чи, ўт, ҳавода мавжуд эрур,
Совуқ эрса, тупроқ била сувда қолур.

Қуруқлик ўт била тупроқ мобайнида[4],
Ҳўллик эса сув ҳам булутнинг қўйнида.

Бирикар бор, бирикмас бор вужуд узра,
Бизга борлиқ ҳукм этган жавҳар[5] ичра.

Бир табиат бўлмасликка турли бўлган,
Бир-бирига зид кўринмай деб бириккан.

Мураккаб модда мизожни таъриф этсак,
Мизожидан бири ортиқ, бири камроқ.

зожларнинг ҳар бири яна биринчи, иккинчи, учинчи ва тўртинчи даражаларга бўлинади.

[1] Р у к н – устун, асос.

[2] Бу ерда йилнинг тўрт фасли кўзда тутилмоқда.

[3] У с т и қ у с – унсур ёки бадан таркибий кисмининг дастлабки асоси.

[4] М о б а й н и д а – ўртасида, орасида.

[5] Ж а в ҳ а р – гавҳар; асос, унсур, моҳият.

У тўрт сифатни ўзида жамлаб олган,
Шунинг учун у мўътадил бўлиб қолган.

Бирикишган бир миқдорда бу тўртта тур,
Бўлган каби мисоли у ўлчов – дастур.

Мўътадилликдан юзлана олган бир оз,
Бир тарафга мойил бўлган ҳар бир мизож.

Асло улар қувватлардан холи бўлмас,
Лек қувватлар мизожларда тенглик қилмас.

Ундай мизожлар, ғолибо[1], шундай бўлур:
Ё олов, тупроқлик, сувлик деб аталур.

Бу мизожнинг бир тури бор елга нисбат,
Булар бари истилоҳда[2] шундай албат.

Мизожларнинг тўққиз хилин қилдим аён,
Ижод била сўз қотмадим айлаб баён.

---

[1] Ғолибо – шубҳасиз.
[2] Истилоҳ – термин, атама.

Фасллар мизожи баёнида

Мизожларнинг замон – вақтин айтай тайин,
Қимирлашга йўл йўқ жорий бўлган сайин.

Зўраяди қиш мавсуми ғоят балғам[1],
Қон қўзғалиб, баҳор пайти қўзир ҳар дам.

Ёз фаслида қилгай хуруж сафро чунон,
Куз фасли-чи, савдо[2] учун қулай макон.

Ўсувчи нарсалар қисмлари баёни

Барча ўсувчилар бўлур бир нечтадан:
Маъдан[3], наботот[4], жонивор – тирик бадан.

Қай чоғ ғолиб келгай улар жисминг аро,
Дори бўлур, ўстиргани бўлгай даво.

Татиб кўриш-ла билинур ундай мизож,
Доим агар мавжуд эса тўғри қиёс.

---

[1] Б а л ғ а м – нафас йўли ва ўпкадан ажралиб чиқадиган шиллиқли ёки йирингли модда.

[2] С а в д о – қадимги тиббиётга кўра тирикликнинг асосини ташкил этадиган қора рангли модда.

[3] М а ъ д а н – минераллар.

[4] Н а б о т о т – ўсимликлар, ўсимликлар дунёси.

Аччиқ, ширин, шўртам ғизо асли қурук,
Ўткир маза иссиқ мизожликка уруғ.

Таъми агар тахир ё афт буриштириш,
Совуқ, қуруқликдан дарак нордону турш[1].

Сувлик бўлиб, таъм бўлмаса айтгил дадил,
Ундай табиатли мизождир мўътадил.

Барча ёғлиқ ҳўл мизожу иссиқликдан,
Совуқлик – ҳўл мизож таъмсиз, чучукликдан.

Ёшга оид мизожлар ҳақида

Ёшга қараб бўлгай мизож турли-туман,
Гапдан мурод, шак-шубҳасиз, эрур инсон.

Ёш-яланглар иссиқ мизождир ҳар қачон.
Бу табиий аҳвол эрурким бегумон.

Сезгир мизожи ҳўл бўлур, гар бола ёш,
Йигит мизожидир қуруқлиққа туташ.

Гар ўлчасанг-чи, ўрта ёш совуқсимон,
Қари мизож анга яқин, балки ёмон...

---

[1] Турш – нордон.

Ҳар иккисин мизожи ҳам бўлгай курук,
Пишиб етилмасликка-чи, кекса ёвук.

Эркак ва аёллар мизожи ҳақида

Иссиқ, куруқлик эр мизож, билгил ани,
Ҳўллик, совуқликка маскан хотин тани.

Қайда семиз дуч келса-чи, юмшоқ бадан,
Ҳўллик, совуқликлар анга айлар ватан.

Нозик бўлиб, гавда агар бўлса орик,
Ундай одам доим мизожидур курук.

Гавда ичинда гар ўлур кенг-кенг томир,
Иссиқ аломатлар унга асли замир[1].

Гар ўлсаким акси унинг битганчалик,
Ундай одам мизожлари ўткир совук.

Гавда мизожи гар тузилса мўътадил,
Танлар ўзига ўртача макон-манзил.

---

[1] З а м и р – 1) юрак, кўнгил; 2) фикр, ўй, хаёл; 3) мия, хотира.

Тери рангига қараб мизожини аниқлаш ҳақида

Далил бўлмас мизожларга рангу суврат,
Бунда макон хосияти бордир албат.

Иссиқ асаридан қора занжида[1] тан,
Қораликни танга ҳатто кийим қилган.

Оқликни касб этмиш сақлаб одамлари,
Нозик бўлиб кетмиш унда ҳатто тери.

Маълум ўлса агар сенга етти иқлим,
Барча мизож узра сенсан катта олим.

Тўртинчидир мизожда мўътадил иқлим,
Ўзи текис, ранг мизожга монанд – сўлим.

Бундай рангли, сариқ одам сафро мизож,
Ғубор рангли одам эса савдо мизож.

Балғам мизож филсуякдек оқтан ўлур,
Тани қизиллар аслида кўп қон ўлур.

Қизилга оқ гар омухта бўлган замон,
Мизожларнинг миқдори ҳам ўртамиён.

---

[1] З а н ж и – қора танли, негр.

Соч ранглари ҳақида

Оқ соч одам совуқ мизожликдур, қара,
Иссиқ мизож бўлса, сочи бўлгай қора.

Совуқлиги камнинг сочи малла-тарғил.
Иссиқлиги камнинг сочи бўлгай қизил.

Ўрта мизож ранглик киши бўлса агар,
Қизғиш, малла ранг бўлиши чин муқаррар.

Кўз ранглари баёни

Агар кўзда ранг бўлса тиниқ, ях[1] мисол,
Тухум оқи каби жисми ўта яккол.

Кўзки, ери бўртгансимон чўнг мунаввар,
Софу тиниқ, жойи баланд ёғду сочар.

Кўз хумори-ла бўлса мовий омухта,
Бас, бўлур десанг уни шаҳло, албатта.

Кўриш руҳи гар кам бўлур шаҳлосимон,
Гар кўп бўлур, руҳи ёниб тургай ҳамон.

---

[1] Я.х – муз.

Хилтлар ҳақида

Инсон жисми тус, мизожи турли-туман,
Асли улар ҳар хил хилтлардан яралган.

Улар балғам, сариқ ўтдир, яъни сафро,
Яна қону қора ўтдир, яъни савдо.

Балғамда йўқ маза асл табиатдан,
Мўътадил бир совуқликка хос ҳолатдан.

Баъзан унинг турлари бор шиша мисол,
Бўлгай қуюқ, мизож совуқ, айлар ўсол.

Бошқа турининг чамаси таъми ширин,
Доим ҳарорат ҳамроҳи ҳамда яқин.

Бир хиллари бордир унинг, шўр аталур,
Гоҳ қуруқлик ҳароратга мойил бўлур.

Бошқа хили нордон маза, совуқ бўлар,
Гап бор чоғида ошқозонни ҳам бузар.

Ўт-сафролар турли-туман, ҳар ранг бўлур,
Бир хиллари тутунсимон таъриф олур.

Бир хиллари зангоридир, ҳеч бегумон,
Билсанг агар ушбу хили кўпроқ ёмон.

Бошқа хили тухум сариғига ўхшар,
Қувватда у ёмонлик-ла эмас машҳур.

Ўт қопида бўлган қизил рангли тури,
Ҳароратдан нисбат олган сафро бари.

Қон пайдоси иши жигар била битар
Жигар томирлари ила танга ўтар.

Қоннинг бир қисмини юрак ичга олур,
Қон ўз қувватида иссиқ ва хўл бўлур.

Савдо турар маскан эрур, билгил, талоқ,
Бу эътиқод эмас тушунчадан йироқ.

Қон лойқаси бу табиий савдо эрур,
Бошқаси ғайритабиий савдо бўлур.

Кейингиси аввалгининг омухтаси
Ёки бошқа хилтларнингдур нақ сўхтаси.

Табиий нарсаларнинг бешинчиси руҳлар ҳақида

Рух бўлинур аввал табиийга ғоят,
У хуш, тоза, мусаффо буғдан иборат.

Қалб аро хуш, тоза нарса руҳ аталур,
У туфайли баданларда ҳаёт қолур.

Руҳ бўлинур тақсимчига мия узра,
Қўйилгандир руҳ у ерда парда ичра.

Бу тур мия қорни ичра етук бўлар,
Ҳис этиш ҳам, фикрлаш ҳам шундан эрур,

Ҳар бир руҳнинг қуввати бор ўзига хос,
Уни ҳеч қайси бошқаси хос этолмас.

Табиий нарсаларнинг олтинчиси қувватлар ва уларнинг табиати ҳақида

Табиатдан етти қувватдур ҳисобда,
Нав, шаклда улар турли ихтилофда.

Бири уруғ ўзгартирар бачадонда,
Ҳеч нарсага у ўхшамас бу замонда.

Бошқа қувват берур уруққа барини:
Суврат, шакл, тан, ҳажм, аъзо миқдорини.

Бор жозиба пишитувчи қувват эрур,
Мумсик – тутар ҳам чиқарар, бари зарур.

Бири танга лойиқ ғизо етиштирар,
Еганларни аъзоларга ёпиштирар.

Икки хилдир икки қувват ҳаракати,
Икки қисм бўлур ҳайвоний қуввати.

Бунинг бири ҳаракатли томирларни
Ёзар, қисар, томир уриш амрларни –

Пайдо қилар, иккинчиси таъсирланур,
Таъсир этар ҳар нарсага ҳозирланур.

Севиш, ёмон кўриш бўлур бир нарсани,
Руҳан тушиш, бардам, тетиклик маскани.

Нафсоний қувватлар

Тўққиз эрур нафсий қувват сон-ҳисобда,
Андин беши сезгига хос ушбу бобда.

Қулоғу кўз, сўнгра бурун, сезги маза,
Комил бўлур ҳислар агар тегиб сезса.

Ундан бири – мушакларга боғлиқ қувват,
Йигит бўғинлари шундан боҳаракат[1].

[1] Боҳаракат – ҳаракатли.

Улар ичра бордир, билсанг, шундай қувват,
Нарса эсда акс этади худди суврат.

Бошқа қувват бордир – андин ҳосил фикр,
Ўзгаси-ла барпо бўлур хотир – зикр.

Зарурий нарсаларнинг биринчиси макон ва об-ҳаво ҳақида

Қуёш ҳукми – таъсири бор ҳавода ҳам,
Зоҳир бўлур ҳам фаслда, самода ҳам.

Иқлимларга ҳам қуёшдан таъсир ўтар,
Бу тўғрида ўз жойида айтган етар,

Ўзгартирур об-ҳавони ҳар бир босқич,
Ҳар бир чиққан ҳамда ботган нажм[1] – ёритгич.

Шиҳобларга[2] яқинлашар қуёш қачон,
Ҳаво қизир, бўлгай иссиқ чун саратон.

Шиҳоб эса қай чоғ қуёшдандур узоқ,
Оз-моз ҳаво тафти босилгайдур шу чоқ.

---

[1] Н а ж м – юлдуз.
[2] Ш и ҳ о б – учар юлдуз.

Наҳс[1] кунлар бўлур эрса гап сираси,
Ҳукм айла кўрсин ҳар ким ўз чорасин.

Саъд[2] бўлса, унда бўлмайди ёмонлик,
Ҳаммасига ҳукм этурсан соғ-омонлик.

Қайси ўлка жойлашгандир тоғ устина,
Об-ҳавоси бўлур ажиб салқингина.

Ўлка агар тоғ қаърида, тосдай чуқур
Бўлса агар, шак-шубҳасиз, иссиқ шамол.

Маскан агар тоғдан жануброқдир хиёл,
Эсмоқлиги матлуб эрур иссиқ шамол.

Акси бўлиб, тоғлар жойи бўлса жануб,
Салқин шамол эсгай, иссиқ елни қувиб.

Ғарбида тоғ бўлса, ҳаво оғир, ёмон,
Гар шарқида эса латиф, оромижон.

---

[1] Н а ҳ с – бахтсизлик.
[2] С а ъ д – бахт, толе, иқбол.

Денгиз ва шамоллага қараб ҳавонинг ўзгариши ҳақида

Денгиз учун аксинчадир ундай ҳукм,
Ушбуларни айтур сенга аҳли илм.

Ўзгарилур шамол бирла мизожлар ҳам,
Чун кетма-кет келган бўрон, аёзлар ҳам.

Жанубий ел ҳароратли, рутубатли,
Гўё бўғар, нафас олиш уқубатли.

Совуқлик ҳам, куруқлик ҳам шимол елдан,
Йўталга зўр келур ундан бундай элда.

Хуш келадур илиқ эсса сабо[1] ҳар дам,
Дабур[2] эсса унга доим совуқ ҳамдам.

Сувга яқин бўлгани сабабли ҳавонинг ўзгариши ҳақида

Қайси диёр ерларидир сувга сероб,
Атроф текис, тупроғи нам, бўлса захоб[3].

Кўлмагида бўлса агар суви ширин,
Мизожида бўлгай рутубат яширин.

---

[1] С а б о – Шарқ томондан эсадиган тонгги майин шабада.

[2] Д а б у р – Ғарб томондан эсадиган кучли шамол.

[3] З а х о б – зах сув, сизот.

Қоя бўлса яқинида, суви тузлук,
Шундай ернинг ҳаволари бўлгай қуруқ.

Чор атрофинг, очиқ эрса гар масканинг,
Бор шамолу елга йўли очиқ унинг.

Қиш чоғида ҳаддан ошар совуқлиғи,
Ёз чоғида доим кўпдир иссиқлиғи.

Маскан агар даҳлиз эрур, ҳам ертўла,
Иш тут ўшанда ҳукмнинг акси била.

Иссиқ кийимдир пахталик ҳамда ҳарир;
Ялтироқлар бирлан каноп совуқ бўлур.

Момиқ, жун бўлса, ҳар ерда ҳарорат бор,
Қуруқлиққа бунда бир оз зарурат бор.

Ҳавонинг атир ва хушбўй ўсимликларга қараб ўзгариши ҳақида

Ҳар бир хушбўй гиёҳ бўлсин ердан унар,
Биз айтамиз: осу[1] толу ҳам нилуфар[2].

---

[1] О с – барг ва гуллари хушбўй, ҳамиша кўм-кўк бўлиб яшнаб турадиган мирт дарахти. Тиббиётда даво сифатида қўлланади.

[2] Н и л у ф а р – йирик баргли, чиройли катта-катта оқ гулли кўп йиллик сув ўсимлиги.

Мизожига ҳарорат-ла ҳукм чиқар,
Бу хушбўйлар беш хил тури кўп мўътабар.

Ўз рангида бўлган қизил гул гунафша,
Совуқлик-ла беради ис, айлар иншо[1].

Хушбўй модда, атирларда иссиқлик бор,
Бунга асло кирмас сандал[2] била кофур[3].

Қора, яшил рангдан кўзга бор манфаат,
Шу ранглардан топгай басоратинг[4] қувват.

Оқу сариқ ранглар ҳаддан ошса агар,
Бундан сенинг кўзларингга етгай зарар.

Зарурий нарсаларнинг тўртинчиси жисмоний ҳаракат қилиш ва қилмаслик ҳақида

Билсанг, риёзат турлари неча-неча,
Шарофатли бўлур агар у ўртача.

Тўғри ва мўътадил бўлиб, ўсгай бадан,
Кир-чир ила чиқиндидан қутулар тан.

---

[1] Иншо айлаш – ёзиш, ижод қилиш.
[2] Сандал – ёғочи оловда куйдирилса, хушбўй ҳид берадиган дарахт.
[3] Кофур – оқ хушбўй модда (камфара).
[4] Басорат – кўриш.

Ҳозир этур жисмингни у ғизо учун,
Гўдакларни йўллар нашъу намо учун.

Ортса риёзат ҳаддидан хориш[1] бўлур,
Руҳинг тушиб, тинканг куриб, ҳар иш бўлур.

Ҳаддин ошса ёнгай ҳарорат ёт, ғариб,
Намлик кетиб, жисминг қолур кўп сарғариб.

Асабларинг заиф этур оғриқ чу[2] зўр,
Ёш яшамай, ош ошамай танинг қарир.

Риёзатсиз ётишдан кўп топма роҳат,
Бу роҳатдан тополмассан ҳеч манфаат.

Жимжит ётсанг, ифлос хилт-ла тўлур бадан,
Ғизога ҳеч ҳозирланмас бирор маскан.

Совуқ касаллик сабаблари ҳақида

Совукликни пайдо қилган нарса танда
Баъзан бузар тартиботни бор баданда.

Наша киргай совукликка ҳароратдан,
Қор аслида совуқ эрур табиатдан.

---

[1] Х о р и ш – қичиш, қичима.
[2] Ч у – чунки.

Очлик эса рух ғизосин айлар адоғ,
Тан гўёки ёғи тугаб қолган чироғ.

Ортиқ тутиш қамрар ҳароратни чунон,
Иссиқ кетиб, совур баданлар кўп ёмон.

Ҳаракат кўп оғир бўлса, рух бўшашур,
Совур жасад, дармон кетиб, дардинг ошур.

Роҳат ичра яшар кимки юрса салқин,
Бурксираб ўчган мисоли лахча ўтин.

Қалин бўлса баданда кийим-кечак,
Бор оловни ўчиради бўғиб бешак.

Бадан совур бўлса агарда у ковак,
Бор ҳарорат тарқалади мисли ғовак.

Рутубатли касалликлар сабаблари ҳақида

Рутубатнинг сабаби бор, улар беш тур,
Китобларда ёзилган, ҳам ҳисоблидур.

Иссиқ, чучук сувда асл рутубат бор,
Қуйиб, ювинилиб топган у эътибор.

Кучда рутубатли бўлур сут, хўл пишлоқ,
Есанг агар ширин сувда ўсган балиқ.

Тан роҳати, тўқлик эса беҳад чунон,
Этда рутубат бўғилиб, ҳоллар ёмон.

Қуруқлик касалликлари сабаблари

Қуруқликни пайдо этар бешта сабаб,
Сезилувчи ҳамда маъқулликка қараб.

Феъли қуруқ шимол шамоли сингари,
Кучда эса хардал[1] егач бўлган каби.

Оч юриш ҳам то рутубат кетган қадар,
Бари қийин ҳаракатлар қилур асар.

Қуруқлик баъзан эриб хилт тарқалишдан,
Бўшалиб гоҳ ич суриш ҳамда толишдан.

Одам аъзолари касаллиги сабаблари ҳақида

Аъзо, бўғин катта бўлмоғига сабаб
Бўлгай шакл берур қувват, ғизо талаб.

---

[1] Хардал – горчица.

Кичикларга қарши анча қарши бўлур,
Катта бўлмоғинг асли терси бўлур.

Аъзоларнинг тус шаклини бузар сабаб
Пайдо бўлар бу орада ҳолга қараб.

Ё бачадон ёмонлиги сабаб унга,
Ё шаклни қабул этмас модда танга.

Ёки тўғри чиқмас бола туғилганда,
Эгри-бугри бўлиб чиқар шакли шунда.

Йўргаклашда, кўтаришда ёки ҳатто
Эмиш, қўйиш ё белашда бўлар хато.

Ё энага боққанда кўп бергай ғизо,
Тўғри этмас бола эмизишни адо.

Заифликдан толар ҳолдан, бола қулар,
Охир синар қубба суяк гар йиқилар.

Ё пачақлар бурнин шунда, бўлар пучуқ,
Қайтаролмас аслига тиб, этмас тузук.

Синган суяк битмай туриб тортган мисол,
Бесабрлар қимирлатар, бузар дарҳол.

Хилт кўплиги тусни бузар моховсимон,
Эски силдек камлиги ҳам унга зиён.

Ё бир асаб бўшашганда, юз фалаждан,
Бўйин эгар тортишиш ҳам ушбу важдан.

Шишу яра излари ҳам айлаб асар,
Аста-секин тан шаклини шундай бузар.

Тунда пайдо бўладиган баъзи бирор
Ҳолатидан ҳосил бўлар белгилар бор.

Баъзилари билинади кўриш билан,
Сариқ касал ранги каби ё шиш билан.

Баъзилари қулоқ билан сезилади,
Чун истиско[1] каби корин бузилади.

Ҳидлаб кўриб биладилар баъзан яккол,
Худди бад[2] ҳид, сассиқ яра-чака мисол.

Баъзисини идрок этиб дарҳол сезар,
Оғзида-чи, нордон каби бўлгай маза.

Баъзан эса ушлаб кўриб билгунг чунон,
Бўртиб чиққан ўшал берчдай шиш, саратон.

---

[1] И с т и с к о – сариқ сув касали, водянка.
[2] Б а д – ёмон.

Юрак ишлари ҳақида

Бир хил уриш, мароми бир бўлса юрак,
Соҳиб юрак соғломлигидандир дарак.

Томир уриш маромидан чиқса агар,
Дарду алам борлигидан бергай хабар.

Томир уриш аслига гар бўлса хилоф,
Дарду алам кўплигига қил эътироф.

Томир уришнинг турлари, биринчиси кенгайиш миқдори ҳақида

Томир уриш турлари-чи, ўн хил бўлур,
Уни фақат тийрак киши ёддан билур.

Бирламчиси кенгайганда ҳосил бўлур
Ёки ўта ортиқ, ё мўътадил бўлур.

Миқдори-чи, қувватига далил эрур,
Гар каттасин уч хил тарафи кўринур[1].

Зиддин анинг кичик деюрким қувватда,
Бўлур узун, катта томир ўз навбатда.

---

[1] Бу ерда урадиган томирларнинг уч хил тарафи – узунлик, кенглик ва чуқурлигининг ёйилиши ҳақида гап бораяпти.

Томирларнинг кенгаюри, тораюри,
Бўлур унинг ҳам юқори, ҳам паст тури.

Томир уришда ҳаракат вақти ҳақида

Томир уриш ҳаракати турли-туман,
Ҳар бирининг ўзига хос бордир замон.

Юрак тез-тез ва асабий урса агар
Етган бўлур қувват, ҳароратдан асар.

Кам-кам бўлиб, сийрак-сийрак зарб ургани –
Совуқлиги ортиб, мадорсиз тургани.

Томир уришидан ҳаракатсизлик вақти ҳақида

Беҳаракат томир уриш шундай эрур,
Неча хилу ҳамда навларга бўлинур.

Доим эсанг тинч-осойиш сукунатдан
Нишонадур заиф қувват, ҳароратдан.

Гар бўлинса томирларда тинчлик ул он,
Бўшашгандан, совуқ мижозликдан нишон.

Томир уришдаги қувватлар миқдори ҳақида

Томир уриш кучли бўлур, сезади тан,
Қувват миқдори жиҳатдан икки хилдан.

Акси унинг заиф эрур бўлса юриш,
Бармоққа кўпда сезилмас нозик уриш.

Ҳаракатли томир жисмининг тузилиши ва кайфияти ҳақида

Ушланилгач, томир уриш қаттиқ, яққол,
Қуруқ мижозлидан дарак бўлур дарҳол.

Ҳўл мижоздир иккинчиси жинси ичра
Мулойим ҳам берутубат бўлмас сира.

Қон томирин иккисин ҳам кайфияти,
Мижоз учун баровардан далолати.

Жисми совуқ томир совуқликдан нишон,
Иссиқ томир зиддан хабарчи ул замон.

Тер орқали дардни билиш ҳақида

Эсингда тут, ушбу эрур дард белгиси:
Рутубатли касалда кўп тер бўлгуси.

Гоҳо-гоҳо чиқса-чи тер, бундай эмас,
Бу тер киши табиати кучи, холос.

Терлаш кишида гар бўлур ҳаддан нари,
Қувватда у ожиз бўлур борган сари.

Тинка қуриш, чарчоқ табиатдан бу тер,
Ундай табиатнинг ўлимидан хабар.

Касал бўлиб, оз терласа, кучсиз чандон,
Бадандаги тешикда у тўсилгандан.

Хилти қуюқ, терни чиқармоққа ожиз,
Тер етилмас, мулойим таъб далил ҳаргиз[1].

Тернинг кайфияти ҳақида

Оқарган тер чиқса агар тандан қат-қат,
Бадандаги балғамдан бу чин далолат.

Сариқ чиқса, билгил, дарднинг сафроси бор,
Мабодо тер қора, демак, савдоси бор.

Қизил бўлиб кўринса тер, касал қондан,
Шунга ўхшаш далолат келур таъмдан.

---

[1] Ҳ а р г и з – ҳеч қачон, асло.

Суюқ тер хилт ичра бўлмиш латофатдан,
Қуюқ тер эрса, аксинча, далолатдан.

Терласа гар бутун аъзо тан учун соз,
Ёлғиз аъзо терласа, бу ёмон мараз.

Чиқса тер вақтида касал огоҳ бўлур,
Шу тер билан шифо унга ҳамроҳ бўлур.

Бу тер яхши, мақтовларга сазовордир,
Акси ўлса, бехайр ўлур, дилозордир.

Қон ғалабаси алматлари

Ғолиб келар хилтлар аро чун қон агар,
Уйқу ҳамда бош оғриғи ҳаддан ошар.

Томир йўғон, қизғиш бўлур аксар вақти,
Четга чиқур, билсанг, тафаккур қуввати.

Оғир сезур бош ўзини, сезги заиф,
Ланжлик бўлур, ҳаддан нари тафти ошиб.

Курак суяк вазмин эрур, кўп эсноғи,
Аксарият оғирлашур қўл-оёғи.

Кериш келар, қон ҳам оқар бурун аро,
Бир озгина бўшашади ич ҳам ҳатто.

Маишатда истар доим шод-фаровон,
Бир хил ҳаёт тушда кўрар ҳар хил алвон.

Қичир доим, тинчимас қон олган ери,
Кўз қизарар бундай дардда ҳаддан нари.

Танда чипқон ҳам тошмалар бўлак-бўлак,
Уйқусида егай доим ширин емак.

Гар емаган бўлса ҳамки тотли нарса,
Доим оғзида сезилур ширин маза.

Ё йигитлик аввалида ёки баҳор
Фаслида бу юз беради, қолар ночор.

Бари далил қон, мижоздан очиқ-ойдин,
Кўргунг амалийни бошлашимдан олдин.

Сафро ва савдо ҳақида

Сафро агар келса ғолиб бадан ичра,
Кўзинг кўрар сарғайишни тери узра.

Оғиз агар аччиқ, какра[1] туюлганда,
Иштаҳалар таомга ҳам бўлур канда.

[1] К а к р а – тахир, талха ўсимлик.

Ошқозони ачишади, қусар сафро,
Шу боисдан ич кетиши бўлур пайдо.

Уйқу қочиб, кўз киртайиб, ҳоли ёмон,
Оғиз қуриқшаб, тил қурир, ранги сомон.

Пешоб сариғлик тус олур, кетгай ҳуши,
Кўпчир тери шундай пайт, оғгай эси.

Емак емас, лек ташнадур, ғамгин, ўсол,
Туш кўрса ҳам ўтлар аро ёнган мисол.

Томир уриш ҳам суст бўлур, эт ҳам қизур,
Иссиқ қилиб сувда чўмилмак кўп кечур.

Жануб ўлка, йигитликда келиб мудом,
Машаққатлар гар кетма-кет этса давом.

Ёзда эса лаззатли, зўр, ширин емак
Сафрога зўр келишини билиш керак.

Савдо белгилари ғалабаси ҳақида

Савдо агар ғолиб келур жисминг аро,
Тус ўзгаришга шу сабаб ҳамдир ҳира.

Фикр ишлагай, иштаҳалар ғизога зўр,
Оғизда таъм, ғолибо, нордон сезилур.

Ланж табиат, баджаҳл, қилар шовқин-сурон,
Томир уришда кўп бўлур сустлик чунон.

Қабзият[1] ҳам, танда қора доғлар пайдо,
Бетоқатлик, уйқусизликдур доимо.

Пешоб суюқ, оқиш бўлур шундай маҳал,
Ахлати ҳам етилмаган, бир дард, касал.

Қуруқ овқат, ҳар хил ташвиш бунга макон,
Сабру қарор қолмай, қайғу бўлса аҳён.

Бундай касал уйқусида даҳшатли туш
Кўргай, ҳалокатда бўлур, кўркар, нохуш.

Ўрта ёш ҳам, куз фасли ҳам, ўлка шимол,
Бўлса яна ориқлик ҳам шунга мисол.

Балғам ғалаба қилганлиги нишоналари

Балғам агар ғолиб келса хилтлар узра,
Бош оғригай, уйқу келур, тинмас сира.

Ҳаддан ошар ялқовлиги, беҳафсала,
Беиштаҳа доим ўзи, гавда тўла.

---

[1] Қ а б з и я т – ич қотиши.

Танбал бўлур юрмакка ҳам, фикри саёз,
Телба мисол, кўп шалпаяр, довдир мижоз.

Оққай сўлак, салқир юзи, кўпчир хунук,
Рангда оқишлик юз берур, афти совуқ.

Томир уриш бўлгай дағал ҳам суст бўлур,
Пешоб қуюқ, етилмаган бир тус олур.

Бундай кишилар чанқамас, куйса юрак,
Балғам шўри, сасиш бори дарддан дарак.

Совуқ мизож ҳам ҳўл ғизо тинмай есанг,
Қартайган чоғ ё қиш кези бефарқ билсанг.

Риёзат этмаса ҳам тушмаса ҳаммом,
Билиб-билмай тановул этса кўп таом.

Мамлакат нам, серанҳору серсув эрур,
Тушда агар дарёю кўл, денгиз кўрур.

Босинқирашдан зорланур уйқу кези,
Қуввайи ҳазм тузатолмас кайлусини[1].

---

[1] К а й л у с – ошқозонда биринчи ҳазмдан ўтган таомларнинг сутга ўхшаш ширасн.

Кўрсанг агар лозим бўлган аломатлар,
Касалликда бўладиган заруратлар.

Соғлом кишига ёпишган ҳолни кўрсанг,
Уларнинг дафъига шошгил, айла чоранг.

Касалликни билдирувчи белгилар ҳақида

Ўлим хавфи баъзи дарддан белги – нишон,
Баъзи белги соғлиқ билан шодлик замон.

Таърифлаймиз белгиларни сифати-ла,
Бу далиллар билишга бир мукаддима.

Касал одам ҳалокини англар қарийб,
Ўзни тияр даволашдан шунда табиб.

Бўлиб касал соғайиши унда равшан,
Айта олур очиқ анга, этар хурсанд.

Белгиларнинг аввали шу: вақтлардир,
Вақт ичинда бўлар турли офатлардир.

Билмак керак дард бўлишин оғир-енгил,
Қисқа-узоқ муддат ичра узил-кесил.

Дард касоди пайдо бўлганликка қараб,
Табиб вақтни белгилайдир ҳолин сўраб.

Касаллик даврини билиш ҳақида

Ҳар касаллик даври бўлур турли-туман,
Мавту[1] ҳаётлар юз берур шундай замон.

Дард бошланиш, авжга чиқиш, тугаш пайти
Келиб, ўлур ё соғаяр хавфи қайтиб.

Тўртиламчи: дард пасайиш вақти дерлар,
Бунда ўлмас хато даво бўлмаса гар.

Дард бошида аъзоларга теккай зарар,
Заифлиги бошқа феълдан юз берар.

Ахлат, тупук, пешобдаги чўкма тамом,
То етилув кўрингунча этгай давом.

Улар таъсирида бўлгай иситма ҳам,
Навбат ила келур, дардга бўлиб ҳамдам.

Бу ҳолдан сўнг тугаш даври бошланур, бил,
Етилишинг тўла кўрсанг гар муттасил.

Бунда дарднинг тутиш даври кўп бўлмагай,
Юз бериши кам-кам бўлур ва пайдарпай.

---

[1] М а в т – ўлим.

Дард камайиш томон юрар ушбу замон,
Соғайиш юз бериб, тугар касод – бухрон[1].

Гар кўринса касалларда бу аломат,
Дилин шод эт, қолғусидур у саломат.

Зеро, бундоқ бир паллада ўлим бўлмас,
Даво янглиш бўлмас экан, касал ўлмас.

Ё бир офат юз берсаю, келса вабо,
Ўлим бўлур, тишдан елса зарар ҳаво.

Касалликнинг чегарасин билсанг қайда,
Енгил ғизо берсанг, унда келур фойда.

Дард ариса, ғизони сен ўртача қил,
Бахту иқбол келишини мукаррар бил.

Охирги давр касалликда кечса албат,
Енгил ғизо бермокни ҳам таққа тўхтат.

Касалликнинг узун-қисқалиги ҳақида

Ҳар бир касал маълум муддат талаб қилар,
Бир хили қисқаю, аммо ўткир бўлар.

---

[1] Бухрон – касалликнинг инқирозли ҳолати.

Балки касал вафот этар, топмай нажот,
Ё соғаяр дарди бўлиб хору касод.

Етилмоқ ҳам, дард вақти ҳам шитоб бўлур,
Оғир бўлур, бемор ҳоли хароб бўлур.

Бу дарднинг бошланиш даври бўлур қисқа,
Уни билиб, чорасига тадбир айла.

Ғизони мўл тановул этса гар бетоб,
Ҳазми оғир келиб, бўлур қуввати соб.

Бошланишда қуввати ҳам кетар тушиб,
Охирига етмай қолурки бўшашиб.

Бўлсин ғизо миқдорида мезон таниқ,
Сафар аҳли овқатидек қатъий, аниқ.

Аломатлар аммо оғир келса агар
Ҳам уларда зоҳир бўлса хавфу хатар.

Қувват кетиб, мадор агар битса ёмон,
Ақл-ҳушда кўринса гар турфа нуқсон.

Кўтармаса дардин касалнинг қуввати,
Демак, унинг яқин эрур ҳалокати.

Белгиларнинг ёмонлиги савдойилик,
Бу аҳволни аён айлар бўлса билик[1].

Бир хил дард бор – давом этар узоқ замон,
Бунга унча йўлиқмагай тезда инсон.

Қуритади тинкангни кўп, айлайди сил,
Қони кетиб, озиб ўлар, мисоли қил.

Бундай касал кўп вақт ўтиб топгай шифо,
Дард етилиб ҳам тарқалиб, бўлгай адо.

Англа ани енгил содир бўлишидан,
Бундай дарднинг таъби совуқ келишидан.

Ундайларнинг озайтирма таомини,
Йўқотади қувватини, оромини.

Бу икки хил бетоблик ичра бегумон
Узун-қиска эмас, дард бор ўртамиён.

Бу хил дардманд кишиларга бергил ғизо,
Ўртача бер, мўътадили бўлгай раво.

---

[1] Б и л и к – билим, акл.

Буҳрон ҳақида

Танда ўзгаришлар бўлса шитоб, аён,
Бундай дардга дейилади дарди буҳрон.

Бу ўзгариш гар машаққат палласидир,
Дард ила нафс курашида бўлур зоҳир.

Оз вақт ичра бунда одам топар вафот,
Ё хавф кетиб, ўлим ариб, қайтар ҳаёт.

Бўлгай кураш ва олишув – чин можаро,
Одамдаги қувват билан иллат аро.

Ғолиб келиб қувват агар, кетса буҳрон,
Шунда одам сиҳҳат топиб, қолгай омон.

Ё дард ундан ғолиб келса, топар вафот,
Шунда ҳаёт майдонини олур мамот[1].

Буҳроннинг хилма-хил турлари баёнида

Олти хилдир дардда бўлур ўзгаришлар,
Шу хилдадир енгилланиш, дард аришлар.

---

[1] Мамот – ўлим.

Оз вақт ичра киши жисми фориғ ўлур,
Соғайишга, дурустликка юз ўгирур.

Аввал бошдан кўринади касал шодон,
Бу хайрли аломатдур, яхши бухрон.

Ўзгарса гар аксига ҳол тезу жадал,
Ҳалокатга олиб борур охир ажал.

Бу аснода[1] табиб бўлур кўп ҳангу манг,
Ҳалокатли бухрон уни айлайди танг.

Учинчи хил ўзгариш ҳам кўп суст бўлур,
Оқибатда касал ҳоли дуруст бўлур.

Бунда касод бўлса, дардда бўлмас бухрон,
Бемор оз-оз сиҳат топиб, қолгай омон.

Тўртламчида ўзгариш ҳам бўлмас шитоб,
Дарди ошиб, ора йўлда қолур бетоб.

Бундай пайтда куриб борса силла – ёмон,
Дард зўраяр кетган сайин кувват, дармон.

Бешламчиси, ўртачадир ўзгариши,
Ўлим сари етаклашдир унинг иши.

---

[1] А с н о – вақт, ора, ўрта, пайт, ҳолат.

Олтинчиси, касал бўлса ўртамиён,
Вақти билан етаклар у ҳаёт томон.

Бу иккала буҳрон шундоқ мураккабдур,
Қачон кўрсанг, бир-бирига зидлик қилур[1].

Дуруст буҳрон пайдо бўлур дард сўнгида,
Бемор танда қувват устун бўлур унда.

Акси анинг дард ариган замон келур,
Бундайларнинг буҳрони кўп бехайр бўлур.

Буҳрон ҳақидаги билиниши лозим бўлган нарсалар ҳақида

Буҳрон билан билмоқ лозим уч нарсани,
Бу маънони англамоқлик бурчинг сани.

Огоҳ бергувчи белгилар буҳрон кези,
Унга далил бўлгувчи бир дарднинг кўзи.

Тугаса бир дард-аламнинг гар буҳрони,
Нима билан тугаши ҳам маълум уни.

---

[1] Бешинчи ва олтинчи буҳроннинг ҳар бири юқоридаги тўрт буҳроннинг иккитасидан, яъни яхшиси яхшисидан ва ёмони ёмонидан таркиб топган.

Буҳрон аломати ҳақида

Ҳар бир буҳрон келишини айтадиган –
Кучли белги бўлур, уни этдик баён.

Афт-ангор телбасимон, довдир мисол,
Ҳоли ёмон, қулоғида оғриқ, ўсол.

Кўз ёш оқар, ҳеч тинмайин келгай малол,
Безовтадир, уйқуси кам, сармаст[1] хиёл.

Дарди ошиб, кўзларидан уйқу ўчар,
Гоҳ бўйнига, гоҳ кўксига оғриқ кўчар.

Гоҳ-гоҳида чўчиб тушар, кўз уйқуда,
Тез уйғонур қолган каби тўлқин-сувда.

Тишларини қайрайди у ғажир-ғужир,
Дарди қўзиб, ҳадеганда бурун қичир.

Баъзан қолар тамшанганча лабни сўриб,
Лаб таноби қочар гоҳо, гоҳ гезариб.

Тез-тез нафас одат бўлур бу дард учун,
Нафаслар ҳам совуқ, аммо чуқур, узун.

---

[1] С а р м а с т – сархуш, маст.

Томир тез-тез уриб, гоҳо қизир бадан,
Йўтал тутар келиб худди ғарғарадан.

Доим юрак ўйноқ, гарчи оғир ётар,
Сапчиб туриб, ўз-ўзича юриб кетар.

Оғрир қизилўнгач, оғрир тамоқ, ҳангом[1],
Кўнгли айниб, маъюс, ғамгин оқар мудом.

Гоҳ-гоҳ қовурға ёнида санчиқ бўлур.
Оғриқ, алам ўткирлашиб, аччиқ бўлур.

Қора талоқ ё ким жигардан нолигай,
Меъда узра оғриқ келганда пайдарпай.

Қорин оғриб, буйракка ҳам келади зўр,
Бетоб учун бу хил оғриқ оғир келур.

Зўрайса гар олатда оғриқ ул замон,
Зиркирайди орқа тешик ё бачадон.

Барча бўғинларга алам, оғриқ елур.
Баъзиси тишдан, баъзиси ичдан келур.

Яхши бухрон кези оғриқ, аламлар зўр
Бўлса, билгил яхшидур, дард тузалур.

---

[1] Ҳ а н г о м – вақт, фурсат.

Шундай эт гар дард етилган бўлса аён,
Йўқса, хабар зидда этилгандур баён.

Ўлимдан дарак берувчи белгилар ҳақида

Нурни ёқтиришмас, сўник қарашлари,
Юзни шартта бурар, оқар кўз ёшлари.

Кўзнинг қири тораяди, тортиб кичик,
Эснок йўғу дарча мисол оғиз очиқ.

Бўшашади икки қўлу икки оёк,
Чалқанчаси ухлаб қолар чарчаган чоғ.

Бундай касал тўшагида ёта олмас,
Уйқусираб оёк-қўлин ёпа олмас.

Илашгандек гавдасига гўё ип-тук,
Гумонсирар, қилиқ қилар қизиқ-қизиқ.

Дард сўнгида оғирлашур қўлу оёк,
Бир нарсага тикилади жуда узоқ.

Икки қўли интилади ёстиқ сари,
Тишларини ғижирлатар ҳаддан нари.

Кўзга нуқул кўринади бир қора қул,
Уни бўғиб ўлдирмоқчи бўлар буткул.

Дарди оғир, қолаверса, бундоқ касал
Чўкаверар – яқин бўлиб қолгай ажал.

Аввалига жим ётиб, сўнг бўлса гапдон,
Вазмин ётган касал бўлса бесаранжом.

Кўз-қулоқдан нолиса кўп, сўнг, алқисса[1],
Оғриғидан қувват кетиб, гап демаса.

Дардни тортиб, азобини чекиб буткул,
Туш кўрганда устига қор ёғса нуқул.

Ҳаяжонли, совуқ нафас олса бурун,
Бу аломат ҳалокатдан нишондир чин.

Ухлай олмай, мижжа қоқмай чиқса туни
Ва уйқудан кўз очмаса кундуз куни.

Оромини бериб, бўлса ҳоли ёмон,
Аламига сабаб бўлса уйқу ҳамон.

Қандай бемор табиби тиб қонунидан
Ҳам тополмас бир чора мазмунидан.

---

[1] Алқисса – гапнинг қисқаси, сўзнинг хулосаси.

Ўлимдан дарак берадиган бадан ҳолати ҳақида

Ўлик юзига ўхшаса касал бети,
Суягига чип ёпишса чакак, эти.

Дард совуғи таъсиридан қулоқ шалпанг,
Киртайган кўз ичга тушиб, боқса аранг.

Қизаришлар, қорайишлар ҳаддан ошиб,
Кўзлар туртиб чиқиб, лекин хиралашиб.

Ҳаракати камаяди, бақраяди,
Ҳар тарафга совуқ боқиб ағраяди.

Найзаланиб қийшаяди бурун учи,
Тортишади асабланиб лаблар чети.

Қўл-оёғи совуб борар мурда мисол,
Тилда яра ҳам доғ-дуғлар тошар яққол.

Содир бўлса безовталик ҳам изтироб,
Ёндирувчи иситмалар айлаб хароб.

Тирноқ туси қизил-яшил тортиб чиндан,
Танда яра тошса қора доғлар билан.

Еттинчи кун аввал сариқ касал келур,
Қовурғалар узра ўша зоҳир бўлур.

Тана сатҳида совуқлик бўлур тайин,
Бадан ичра ҳарорати гар яширин.

Шундай аҳвол давом этса, олса шиддат,
Бошқарувчи аъзоларда[1] узоқ муддат.

Ҳарорати ортиб, икки ҳафта ўтмай,
Қўл-оёғи, юзи шишса гар пайдарпай,

Ҳалокати тезроқ бўлур, қолмас омон,
Икки ҳафтадан ўтиши ҳам даргумон.

Ҳарорати тўхтар уни ё буҳронсиз,
Ё кучаяр жуфт кунларда, у дармонсиз.

Ўлимдандир дарак ахлат агар нуқул
Қора, яшил, сассиқ, ёғли, бўлса қизил.

Бўлса сувдек суюқ, оқу ҳам кўпикли,
Бундайларнинг ҳаммаси ҳам ёмон белги.

Гап бўлмаган эрса, бунга сабаб буҳрон,
Ҳар хил рангда кўринса у, аҳвол ёмон.

---

[1] Бу ерда муаллиф бош мия, юрак ва жигарни назарда тутаяпти.

Заифликдан иштаҳа йўқ бўлса агар
Ҳамда унда тоза ўтдан белги чиқар.

Гарчи унда бўлса эски қон парчаси,
Сўнгра келса эт бўлакдан бир нечтаси.

Сафродан сўнг қонли келса ичи агар,
Оғритмаса гар ачитиб келган сафар.

Касалликдан ориқлагай жисм – бадан,
Қора келур ичи, силла куриб обдан.

Иситма ошиб, тоқати тоқ бўлиб чунон,
Ич тўхтаса, мия айнигандан нишон.

Хижолатпаз одам агар одат бўлмай,
Ёмон бўлур ел чиқарса тута олмай.

Пешоб суюқ, қора ҳамда оз-моз бўлур,
Бундай киши касал бўлса, албат ўлур.

Яна бунга бўлса касал алаҳлаши,
Бўлур шунда мусибатнинг энг каттаси.

Қора ҳамда сассиқ кусар, бурундан қон
Келса, танда мавжуд бузуқликдан нишон.

Ёмон белги агар йўталдир муттасил
Ҳамда туфук ташлар касал бўлса гар сил.

Йўтал тутар ҳам қийналар, рангли туфук,
Бўлса агар дард тузалмас, бўлмас тузук.

Терлаш агар хосдир касал миясига,
Роҳат бермай ётса дарднинг поясига.

Ўлим юз бермайдиган ва соғлом бўлиб кетишидан дарак берувчи белгилар ҳақида

Кўринса гар соғ вақтидек юзу кўзи,
Тузалиши аён бўлгай, аниқ ўзи.

Ҳарорати бўлса агарда ўртача,
Ориқ бўлмай қовурғаю кемирчаги[1].

Еттинчи кун сариқ касал кўринса гар,
Зеҳни соғлом бўлса, унга тушмас хатар.

Сезгида ҳам, ҳаракатда қувват бўлса,
Жисми жони енгилланиб нафас олса.

Ором, уйқу истар кўпроқ бундай киши,
Кечалари ухлай олса, хўбдир иши.

---

[1] Кемирчак – эгилувчан ва қаттиқ бириктирувчи тўқима; тоғай.

Ухламаса кундузининг кўп қисмида,
Уйқудан сўнг бўлса осуда жисмида.

Уйқу дардни аритади, сен яхши бил,
Алаҳлаш ҳам дард-алам айлар енгил.

Мия дарди ҳамда унга шерик аъзо –
Барисининг касалига шудир даво.

Алаҳлашдан тинса бир кун соғ-саломат,
Бундай касал шифо топиб кетар албат.

Чучкиришлар бўлса агар бундай кези,
Бу тузалиш белгисининг худди ўзи.

Бошу мия касалида қулоқ, бурун –
Аъзолардан қон оқаркан, шифо бутун.

Нафас олиш бўлса агар чин мўътадил,
Энг яхши бир жараёндир, хайрли бил.

Нафас олиш узилмаса, бўлур дуруст,
Уҳ тортолмас дардига бетоб устма-уст.

Соғайишда томир уриш шитоб бўлмас,
Нафаси ҳам серҳарорат бўлмайди, бас.

Ҳазми дуруст, иштаҳа хўб, аҳвол ҳамон,
Ахлат қуюқ-суюқлиги ўртамиён.

Ахлат туси ўртачадир, яъни сарғил,
Ёки қора бўлмас, ёки яшил – заҳил.

Ёки бухрон куни ахлат гар омухта,
Гижжа бирла чиқса, касал иши пухта.

Ўша ахлат туфайли у бўлмиш бетоб,
Бу ишдан сўнг дарду алам битди ҳисоб.

Карлик кетур агар шунда чиқса сафро,
Будир мия оғриғига тайин шифо.

Қора талоқ, савдойиликни даф этур,
Бавосирдан[1] қон келиши хайрлидур.

"Сариқ сув"[2]да сув кўп келиши нораво,
Балғам унга аралашиб чиқса – шифо.

Борди-ю, кўз оғриқ узра чиқса сафро,
Тез орада тузалишга будир гувоҳ.

---

[1] Б а в о с и р – тўғри ичакнинг пастки қисми венаси кенгайиши ва тугунчалар ҳосил бўлиши натижасида пайдо бўладиган касаллик.

[2] Бу ерда Ибн Сино сариқ сув касаллигини кўзда тутаяпти: сариқ сув кўп келиб, балғам аралашиб чиқса, бу яхшилик аломати экан.

Пешобини утруж – лимон рангда кўрсанг,
Ундаги оқ қуйқумин чўкканда кўрсанг.

Касал кўрсанг, тер чиқаркан гар мўътадил,
Бу қон иситмаси, буни дуруст деб бил.

Ангинага йўлиққан кез бош ташини
Кўриб қолсанг, фойдалидир унда шишни.

Доим йўтал одамда гар икки мояк
Шишган бўлса, тузалишдан ўша дарак.

Ўпка шамоллаш чоғида шишса оёқ,
Сўнгра бу шиш ўтса агар човга – чатоқ.

Бурун катакларида ё лабда яра,
Иситмадан чиқса, соғломликдан дарак.

Тиришса гар ё тутқаноқ бўлса касал,
Иситма чиқса боз устига, бўлур афзал[1].

Ҳиқичоқ устига акса урса бетоб,
Дард тузалар, бўлмас сўнгра ҳоли хароб.

---

[1] Чунки бу ҳолда иситма касални тутқанок ва тиришиш дардидан қутқарувчан бўлади.

II қ и с м

Амалий қисм ва унинг бўлиниши

Сен эшитган бу сўзларга азм айладим,
Тибда назарий бир китоб назм айладим.

Хоҳиш бўлган амалийни ёза бошлай,
Ўша қисмларни шеърга тиза бошлай.

Бу китобнинг бош қисмида айтган эдим,
Зарур бўлган барча гапни битган эдим.

Икки хилдир амалий тиб қисми – йўли,
Унинг бирин бажо этур табиб қўли.

Бошқа бири бажарилур даво билан,
Ҳолга кўра тайинланган ғизо билан.

Неки ўша тадбир ила чора этмиш,
Қабул айлаб, амал этмоқ лозим бир иш.

Булар бари икки хилга бўлинади,
Биринчиси – соғлиқ сақлаш дейилади.

Иккинчиси – касалликнинг тузалиши,
Мана шулар табибларнинг ғоя, иши.

Таом ейиш вақтлари ҳақида

Овқат егил доим риёзатдан кейин,
Сендан чиқиб кетган нажосатдан кейин.

Емакка вақтни бемалол чоғлаш керак,
Салқин шамол, тоза жойга боғлаш керак.

Бу иш учун совуқ кезни мўлжалга ол,
Доим шундай тадбир ила иш қила қол.

Ёзда овқатланиш вақти ҳақида

Ёз ҳавоси оз емоқни кўрар лозим,
Танлаганинг доим бўлсин енгил ҳазм.

Ғализ этдан ўзингни тий, ўгир юзинг,
Гиёҳ, кўкат, сутлар бўлсин ошу тузинг.

Янги балиқ билан етилган кўзичоқ,
Майли, таом ўлсин гоҳи эркак улоқ.

Товуқ, жўжа, каклик эти ҳам қирғовул
Таом ўлсин, шуни доим қил тановул.

Йил фаслларида қилинадиган бошқа чоралар ҳақида

Ёз ҳақида айтганларим барисида
Гап бор тадбир кайфияти борасида.

Уларни сен ишлат иссиқ мизожлилар
Ҳамда ёшлар, жануб ўлкалардан агар.

Қишда эса зиддини қил, чунки шунда
Дош келасан совуғига аёз кунда.

Баҳор фасли ҳамда айни куз ора сан,
Қиш бирла ёз ўртасидек иш кўрасан.

Баҳор чоғи қуруқ бўлсин чора буткул,
Қуруқликдан узоқроқ тут кузда, ҳўл қил.

Баҳор кезнинг оёғида, кузда ҳам бир
Ёз мисоли бўлар бари чора-тадбир.

Чун баҳорнинг аввали ҳам тадбир учун,
Мисли кузнинг охиридир, ўхшаш бутун.

Ҳам баҳор, куз иккисида қишдаги ҳол,
Қиздирувчи ғизо чора бўлур яққол.

Турғун бўлса кимки шундоқ чора йўлла,
Ким сафарда бўлса, бошқа чора қўлла.

Саёҳатчи, айниқса, денгизда саёҳат қилувчи кишининг кўрадиган тадбирлари

Ҳар ким қуруқлик сайрини айлаб кезар
Ё вақт етиб, денгиз аро бир кун сузар.

Гар мабодо қиш чоғида қилса сафар,
Қаттиқ шамол бўрон бўлур, йўлдан қайтар.

Ким кўп юргай денгиз аро сув ғамласин,
Сув идишнинг дуб-дурустин хўп танласин.

Йўлга олсин ҳўл ғизою хуштаъм таом,
Юмшатувчи ҳам мулойимлардан тамом.

Бош айланишдан бўлса хавф тез сурги қил,
Сўнг унга денгиз тушишга ҳам туртки қил.

Мева сувин ичир унга нордон агар,
Қабз этувчи сувларни ҳам кўш мукаррар.

Чўмилтиргил иссиқ сувда бундай одам,
Кийим тайёр бўлсин, кирдан холи бадан.

Сафар вакти ким битласа ўзига хос,
Ўлдиришга уларни ҳеч қодир эмас.

Юнгни ол-да, арқонча эш, шунда шайла,
Симоб мойи бирла пишит, арқон мойла.

Битлар ўлиб ҳам тўкилиб тушгунча то
Арқонни таққил битлаган либос аро.

Гар мусофир қуруқликда этса сафар,
Унда совуқнинг иложин қил ҳар маҳал.

Қуруқликда, айниқса, совуқ пайтларда саёҳат қилувчининг кўрадиган тадбири ҳақида

Мусофирни эҳтиёт қил қор остидан,
Қутулади музлашдан у, қор дастидан.

Аёз пайти едир таом тўйганича,
Очлигидан ўлим етиб қўйганича.

Совуқ ўтса, ҳаммом тушир, илит, эрит,
Тан яшнаган, иссиқ баданларга кирит.

Қор оклиги кўзни қоплаб ҳам ёшласа,
Бўлур устига кора рўмол ташласа.

Рўбарўга шунда қўйгил кўп қоралар,
Токи тикилсин унга кўп наззоралар[1].

Қўл-оёғин совуқдан қилгин эҳтиёт,
Мойга булат пайтавани, сўнгра ўрат.

Оёқларга маҳси кийилишдан бурун
Пайтавани кўп ўратгил, қалин, узун.

Совуқ қотса, гар сезмаса оёқ оғриқ,
Билки, ўша оёқни ургандир совуқ.

Маҳси, пайтавасин еч, дарҳол тортинмай,
Дарров уни исит ё ишқала тинмай.

Хардал мойин олиб қизит, дарҳол суртгил,
Сўнгра уни боғлаб кўй, эҳтиёт қил.

Оёқ кетса қорайиб, кўр тиғ-ла тилиб,
Фасод бойлаб бузилса, тозала билиб.

Гар сочилиб кетса у эт, ташла кесиб,
Ўлган этни айтмоқчиман, қолса сасиб.

Кўп чарчаган мусофирни тузат мойлаб.
Бергил унга овқатини мулойимлаб.

---

[1] Н а з з о р а – караш, томоша қилиш.

Ҳаммом тушир, ишқала ҳам, уқала ҳам,
Ундан сўнгра бир неча кун олдиргил дам.

Иссиқ вақтда сафар қилувчининг кўрадиган тадбири ҳақида

Иссиқ кунда сафар қилса ҳар бир киши,
Ўйлаб кўйгил ҳам боришин, ҳам қайтишин.

Қўйма, қайтар, боди самум[1] шамолига,
Иситма тутиб, қолма тағин уволига.

Шунда унинг томиридан ол анча қон,
Шундай қилсанг, қолур шишдан доим омон.

Одам қаттиқ сафро мизож, шудир даво,
Хавфсирасанг, чўллашингдан чиқар сафро.

Пиширган мева сув ичир, сафро хатар,
Сафар пайти ҳарорати бергай зарар.

Едир бир оз совуқ мизож кўкатлардан,
Ичир, қондир кўкат суви – шарбатлардан.

---

[1] Боди самум – иссиқ шамол, гармсел.

Хотиржам қўй, тинч қўй, йўлдан келган қадар,
Дарғазаб этмасин бўлса имкон агар.

Сояда бўл, бошингни ёп, асра доим,
Оз гапиргил, оз бақиргил, бўл мулойим.

Ташла жанжал, тортишув ҳамда адоват,
Кўп узоқ вақт турма, гар қизғин ҳарорат.

Найзага келганда офтоб йўл юришда,
Ташна бўлсанг, кун тиғида ҳам ҳоришда.

Кофурдан ишланган бўлса дору мисол
Турмусдек[1] бир кичик донни оғзингга сол.

Семиз ўтнинг суви бирла ғўра узум
Шаробини сувга қўшиб, ич ўша зум.

Кўрқсанг куннинг бетга ёмон таъсиридан,
Очиқ қўйсанг юзни шилар ҳар еридан.

Чорасига шам бирла мойни эрит,
Қўшиб уни аёлларнинг бетига сурт.

---

[1] Т у р м у с – майда, зиғирдек.

Касалдан янги турган киши учун кўриладиган чоралар ҳақида

Ким касалдан янги турса, суврат мисол,
Рангпару бардам сиёғу заиф, ўсол.

Кўп лиқиллаб қолган асли улар жони,
Йўқотгандир баданлари бўлса қонни.

Тузук қара баданларини ўтқазиб,
Узоқ вақт ётиб колса, кетса озиб,

Ғизосини кам-кам кўпайт, кўп кетмагил
Шошма-шошар иш тутмакка майл этмагил.

Ё қисқа вақт ичра дарддан озса бадан,
Унда кўпайт ғизосини илгаридан.

Лекин буни кўп мулойим, аста бажар,
Токи бадан кенгайишин сезган қадар.

Есин булар кўпроқ тутар кучли ғизо,
Тотли таом емоққа-чи, оз-оз раво.

Доимо тут осойишта, айла хушнуд,
Заифлик бор аъзосида, қилма унут.

Ширин суҳбат қуриб доим дил шодон қил,
Майлинг бўлсин, дилкаш улфат-ла хандон
қил.

Дарддан турган кишиларга гулдаста тер,
Гул, сунбулдан, унга хушбўй атирдан бер.

Кўп ўйлашдан, машаққатдан қайтар нуқул,
Шод қўшиқлар, нағма, куйлар тинглаш
маъқул.

Обзан[1] билан ҳаммом тушир, топгай нажот,
Лек у ерда турмасин кўп, бўл эҳтиёт.

Гар илиқ сув топганингда унга ўтқаз,
Аъзоларга мой суртгил, дарддан қутқаз.

Кўп ҳаракат этдирма, қаттиқ ишқалаш
Ҳам чиқорур иситмани, ҳатто уқалаш.

Қариларда соғлиқни сақлаш чоралари ҳақида

Қари бели кучи нурар, нимжон бўлур,
Аҳволида ҳар кун бирор нуқсон бўлур.

---

[1] Обзан – одам бўйи келадиган катта тоғора: унга дорили сув солиб, беморларни муолажа қиладилар.

Кучли емиш бергил, бироқ кам-кам қилиб,
Ҳазми оғирликдан хотирни жам қилиб.

Сурги қилсанг, сафрони ҳеч сурма асло,
Баданларга бўлгай ўша сафро даво.

Одатланган табиатни қилма канда,
Қон олдиргил, гар олдириш одат танда.

Вақти келиб, кимки олтмиш ёшга чиқди,
Зуваласи бўлса пишиқ, гавда миқти.

Ундан қон ол икки марта бир йил бари,
Икки фасл – баҳор, куздан ўтма нари.

Қийфол[1] томирдан қон олмоқдан тий ўзинг,
Қайтар ундан, эътибор бер, очгил кўзинг.

Етмиш ёшга етган эса йилида бир
Мартадан ортиқ оширмай қонин олдир.

Кўрган эсанг бадан узра тўлгандай қон,
Акҳал[2] томирдан қон олишдир қатағон.

---

[1] Қ и й ф о л – қўлнинг елка қисми ташқи тарафи тери остида жойлашган вена қон томири.

[2] А к ҳ а л – тирсак бўғимининг олд сатҳида ташқи ва ички тери веналарини бириктирувчи қон томири.

Босоликдан[1] икки йилда икки бор қон
Олинсин гар етмишдан беш ошган замон.

Қон олишни тўхтат ушбу ёшдан кейин,
Элтур бу иш йўқса ҳалокатга тайин.

Қайтармагил ўтдаги бор шишларни ҳам,
Этма кучли шишни тортар ишларни ҳам.

Пок эт баданни ишқалаб ҳам терлатиб,
Суртгил мойни унга оҳиста таратиб.

Қилма ҳужум танга дору дармон билан,
Тан тозала мулойим хуш таом билан.

Ўқтин-ўқтин мазаси қочган кишининг чораси ҳақида

Ким дардидан шикоятда ўқтин-ўқтин,
Даволагил дарднинг келишидан бурун.

Қайси дарднинг пайдосидан қўрқилса гар,
Ўша дарднинг давоси-ла ишни бажар.

Ким нолигай аъзолари заиф, хомуш,
Худди ўшал аъзо давосига кириш.

[1] Босолик – тери ости вена қон томири.

Дард даволаш қасдига бу айтган сўзим,
Қўллагил, қолдирмагил дарднинг изин.

Бетобликнинг олдини олиш ҳақида

Гар жисмда кўрсанг дарднинг аломатин,
Дархол ўйла дарднинг қандай баромадин[1].

Чун касаллик бадан ичра махфий қаён,
Чорасин кўр то бўлмасидан намоён.

Хавфли бўлган барча дардни сўзлаб ўтдим,
Юз беришин далолатин кўзлаб ўтдим.

Мен айтган дард сабабларин даф эт, кузат,
Давосини ўз бобидан топиб тузат.

Амалий қисмнинг иккинчиси касалларга дори ва овқат бериб дардини тузатиш ҳақида

Соғлиқ сақлаш бўлимини назм айладим,
Тузатишга дардни энди жазм айладим,

Бу амалий қисмлардан бир жинс бўлган,
Касалликда зид нарсалар қарши келган.

[1] Баромад – чиқиш.

Ҳароратдан бўлса гар дард совуқлик тан,
Совуқликдан бўлса даво терси бирлан.

Ё рутубат бўлганда қуруқлик даво,
Ё қуруқлик бўлган эрса акси раво.

Тўлиб кетса хилтлар, эт охиста фароғ
Турли аъзоларингни, ҳам мия-димоғ.

Дорилар таркиб қилиш ҳақида

Дориларни берсанг, агар танҳо ичир,
То кўринсин дори-дармон бирла таъсир.

Сабаблар бор – мен айтаман тартибини,
Шундан топиб ҳозирлагунг таркибини.

Дардлар мураккабли бўлур, қўшгил, тузат,
Тотли қилур қўшсанг анга ширин ғизо.

Берган чоғи ўтмаса гар дори танга,
Ўтказгувчи дори қўшиб бергил унга.

Ютим енгил бўлсин учун аччиқни қўш,
Юмшатишга ёрдам берар – чучукни қўш.

Қўшмоқ эсанг бир нечасин, бўлсин тартиб,
Қоидага мувофиклаб айла таркиб.

Турли хилтни сурадиган сурги дори-
Дармонлардан оз-оз қўшгил, бўлсин мадор.

Ҳисоб бирла билиб қўшгил дона-дона,
Аралаштир истаганча, эт миёна[1].

Сўнг ҳар ўлчам дориларни ютимга бўл,
Дори таркиб этиш йўли худди шу йўл.

Ҳар ютимга қанча тўғри келса саноқ –
Шуни ичир ё асраб қўй, аҳволга боқ.

Оғриқни тўхтатадиган дорилар ҳақида

Оғриқ тўхтатур дорилар эрур доим,
Қизитувчан, очувчан, айлар мулойим.

Бор бир тури – фойда берар увиштириб,
Берган каби дорига афюн қўшдириб.

Дориларнинг ишлатилиши ҳақида

Дори мизожи қувватин таърифладим,
Энди даволаш йўлида этдим одим.

---

[1] М и ё н а – ўрта, мўътадил.

Даволашга ишлатилар нарсаки бор,
Ё ичдан у, ёки сиртдан юборилар.

Гоҳ ўралур ё ичилур дона чунон,
Каф отилур ё ютулур толқонсимон.

Мойлаб, ишқаб, суртиб, ювиб томизилур,
Танга нина суқиб, ўрнига нил қуяр[1].

Кўзга босур, маъжун[2] қилиб суртар ҳаргиз,
Тозаланур, мисвок ила чайқар оғиз.

Малҳам қилиш, суркаш ёки кўзга суртиш,
Бурундан ё пешоб йўлидан киритиш.

Шундай бўлур уруқ дори сурги каби,
Орқа тешикдан юборишдур матлаби[3].

Дори юбор ҳуқна[4] қилиб боз орқадан,
Ичга тутун кирит, тузат этни баъзан.

---

[1] Бу ерда гап укол қилиш ҳақида бораяпти.
[2] М а ъ ж у н – мураккаб дорининг номи.
[3] М а т л а б – мақсад.
[4] Ҳ у қ н а – клизма.

Ёмон аъзони даволаш ва унинг белгилари ҳақида

Бошу сочдан токи оёқ тирноққача,
Баён этдик дард шифосин шу чоққача.

Хоҳ жасаднинг барчасини қамраб олсин,
Ёки битта аъзога хос бўла қолсин.

Модомики, касал дарддан холи эрур,
Ҳайдашга сен уринмагил, у хилт зарур.

Аста-секин ўйла, кириш, топсин ривож,
Мизожининг терси бирла қилгил илож.

Бадан тўлиқ, миқтилиги бунга сабаб,
Билолмагай дард белгисин унга қараб.

Кўрсанг агар дори зарар қилганини,
Дард мизожи, билгил, тўғри келганини.

Дардни олиб келган сабаб борлик учун,
Зидди билан даволаш кўп фойда бутун.

Аъзо агар бўлса заиф, дардга далил,
Қўл-ла ушлаб кўрганинг ҳам бўлар маъқул.

Борган сари касал ҳоли бўлса ёмон,
Нажосати бор дардини айлар аён.

Гар чўкма йўқ пешобида, нечун нохуш,
Чиққан бўлса мўътадилдан томир уриш.

Танда бўлмас тўлаликка хос касаллик,
Ҳатто у дард жинсидан холи шунчалик

Оғриқ агар бир жойга хос бўлур қачон,
Ўша жойнинг дарди борлигидан нишон.

Аниқланур дарду алам ёшга қараб,
Тан мизожи, рангу рўю тошга қараб.

Гоҳида дард кўзир фаслу замонлардан,
Турар жойлар, шаҳар, ўлка, маконлардан.

Айтиб ўтган барча тадбир ҳам чоралар,
Мизож ўзгартиришга у ёрдам бўлар.

Совуқ мизож бўлса киши табъи агар,
Кўргай совуқ нарсалардан албат зарар.

Барча иссиқ нарса унга нафлик қилар,
Ҳар ким уни ушлаб кўрар, дарҳол билар,

Қон олмоқнинг ҳар турида ўнта шарт бор,
Шарт бўлмаса, бу ишларни қилмоқ бекор.

Боққил дардга, дастлаб унинг келишига,
Аниқ билгил қон тўлишдан бўлишига.

Ўсмирликдан ўрта ёшга борган қадар,
Солгил касал одат, қувватига назар.

Мавсумга боқ, кўклам ё куз, билгунг меъёр,
Об-ҳавоси ҳар томондан ўрта диёр.

Ҳам вақтга, иссиқ, хўллик мизожга боқ,
Танда фаровонлик узра иложга боқ.

Қасд айласанг қон олмоқни тўлганидан,
Торт ғалаён бўлган жойнинг яқинидан.

Ё торт қонни қарши аъзо бирисига,
Қон тўлишган жойнинг тўппа-тўғрисига.

Аксар чоғда қон тўлишган ер – жойдан торт,
Дардга шерик бўлган ўша аъзодан торт.

Қориқ қўйсак кўкрак узра гар бир замон,
Тутсин деймиз гўё бор қонни бачадон.

Қон бўшатар зарурати бўлган замон,
Тўлишига айтдим белги, далил, дармон.

Фалағмунали шишдан қон олиш ҳақида

Меъёридан ошар бўлса агар каймус[1],
Томирдан қон олдир дарҳол, дер Жолинус[2].

Сезса танда шундай қоннинг белгисини,
Бадан узра бўртиб чиққан шиш тусини.

Қондан бўлса дард, қон олгил, шундай шарти,
Қон олмагил агар бўлса бошқа дарди.

У қасд этган юмуш бирлан иш тут ҳар он,
У қон олган касалликдан сен ҳам ол қон!

Фалағмунли шишлигини билсанг қачон,
Шундагина фалағмундан олдиргил қон.

Бошнинг ички-ташидаги бўғинидан,
Қон ол дарҳол бўлса унинг йиғинидан.

Икки қулоқ остидаги варам – шишдан
Ҳам икки кўз оғриқ берган шиш –
ташвишдан.

---

[1] К а й м у с – меъда ва ичакларда овкатнинг ферментлар билан аралашиши натижасида ҳосил бўладиган ва ҳазм қилдирувчи модда.

[2] Ж о л и н у с – қадимги Рим табиби ва табиатшуноси Гален (тахминан – 129–201).

Тил шишидан, тиш милкидан ҳам ангина,
Лаклукда[1] бор шишлардан ол қон тезгина.

Қулоқ ости, бодом бездан, томоқ узра,
Қон ол шишса шиллиқ парда, бўлса назла[2].

Зотилжаму[3] ўпка яллиғланганида,
Эмчак, човда гар шиш пайдо бўлганида,

Жигар шишса, ичаклар ҳам ё ошқозон,
Ўтирғич ҳам шишса, дарҳол олдиргил қон.

Талоқ узра ҳам қўш мояк, қовуқ шиши,
Бўлса қон ол, қўш буйракнинг ҳам ташвиши.

Шиш бачадон ё киндикда, ё сарамас
Каби эшакемдан ҳам ол қон, ярамас.

Бошу кўзга тошса яра олинур қон,
Қасмоқ олиб, қулоқ яра бўлган замон.

Оғиз узра яра тошса ҳамда чечак,
Ўпка яллиғ олса ҳам қон олмоқ керак.

---

[1] Л а к л у к – тилча.
[2] Н а з л а – шамоллаш.
[3] З о т и л ж а м – ўпканинг яллиғланиши.

Ичак яра олса, шу ҳол бўлса-чи чин,
Ичак ичра ўсимталар ўсган сайин.

Танда тошса ўшандайин тошма яра,
Ҳўл қўтирдан бўлса ҳам қон олмоқ керак.

Оғиз ҳам кўз узра яра тошса чиндан,
Қон ол, худди ўсган каби ён биқиндан.

Томир тўлиши ва қон отилиб чиқиши пайтларда томирлардан қон олиш ҳақида

Гар бурундан қон келса ҳам, тўлса томир,
Қон илинур бўлса бурунда бавосир.

Тишу милкдан оқар бўлса агарда қон,
Қулоқдан ҳам шунга ўхшаб оқса чандон.

Ўтирғич ҳам бавосирга йўлиққанда,
Ой кўрса ҳам, яра йирингли йиққанда,

Бачадоннинг ёни яра ва бавосир
Бўлса, ҳатто оғиз ҳам, қон олмоқ зарур.

Турли касалликлардан қон олиш ҳақида

Қон кўпидан айланса ҳам оғриса бош,
Тиши оғриб, оғиз бадхид, тўкилса соч,

Лат еб қолса агар аъзо олдиргил қон,
Бўғин оғриғи ҳам тумов бўлган замон.

Тутқанокми, сабал, турфа, тута танда,
Ё негадир иштаҳалар йўқ бўлганда.

Қуймич, ўтирғич ёриғи – иркуннисо[1],
Ошқозонда оғриқ агар шишдан пайдо

Бўлганида жигарида чўнг бир оғриқ,
Қон ол, агар пайдо ўлса унда санчиқ.

Қон касалликлари давоси ҳақида

Қон дардини тузатмоқ бўлсанг, сунухус[2]
Иситмасин йўли сенга анча дуруст.

Қон олингач, енгил тортар сурса сафро,
Совуқликка майл айлагил бўлса ғизо.

Иссиқлик овқатдан асра, тийгил ўзинг,
Қон кўпайтир, таомлардан ўгир юзинг.

Майлинг ортар совуқмизож хурушларга[3],
Буриштирар, нордон-чучук, тиришларга.

---

[1] Иркуннисо – ўтирғич (нерви).

[2] Сунухус – кондан бўладиган иситманинг бир тури.

[3] Хуруш – бакир-чакир, жанжал.

Бўлса қайда бу алам бирла овора,
Қоннинг ғалабаси боби айтар чора.

Моҳир, латиф табибдек ўзни шайлагил,
Совутмоқ-ла қуритмоққа майл айлагил.

Сафроли касалликлар ҳақида

Баъзи дардлар сафродан пайдо, яралар,
Мисли ичак тайғонишидан яралар.

Алаҳлаш ҳам, бўғилиши бачадоннинг,
Иситмалар, кўп кетиши ичдан қоннинг.

Йўтал ҳамда бош оғриқлар бўлмай канда,
Тошма шишлар пайдо бўлганда баданда,

Зўр оғриса икки чакка, икки кулок,
Қўтир бўлиб, кўп кичиса икки кабок,

Бўғин узра тошгай яра, кўп сералам,
Шишлар билан оғриқ бўлур ким бечидам.

Бармоқ ёриқ, пўрсиллаган тирнок аро,
Ясмиқ каби доғ, изи бор чиққай яра.

Сарғиш ўлур ундай касалларнинг тиши,
Қовуқ оғриқ каттиқ бўлур, бўлмас хуши.

Ҳушдан кетар, шишлар юзи пўстлоқ олур,
Қон ҳам оқар, сарғиш тери, тошма бўлур.

Тошма изи нозик қора бўлгай уни,
Тўсиқ бўлур кўпроқ жигарнинг қилгани.

Лўнда мисол бачадоннинг пуфак – шиши,
Беиштаҳа, шуса[1], ичак шилиниши,

Бош айланиш, лаб пўрсиллаш шундан аён,
Оғриш лаклук ё ич суриш белги – нишон.

Яра обдан дубайладек[2] тошиб кетса,
Ўтирғичдан шиши берчдай қаттиқ эрса.

Қичима ё қизамиқ, ё намла[3] мисол,
Ё қизариш, яллиғланиш ўпкада ҳол.

Сафроли касалликларни даволаш ҳақида

Ушбу дарднинг давосига фикринг юрит,
Кун аро бир қўзир безгак мисол, иш тут.

---

[1] Ш у с а – яллиғланиш.

[2] Д у б а й л а – совуқ моддадан пайдо бўлган думалоқ шиш. У тери рангида бўлиб, оғриғи ҳам сезилмайди.

[3] Н а м л а – иситма билан баданга тошадиган ярачалар.

Қон олмайин сафрони сур сезган замон,
Совутмоққа иш тут уни ўртамиён.

Бу ҳам мазкур қон дард каби қасд истагай,
Мослаб тузат хослаб рутубатга атай.

Сафроли дард шерик эрур ҳароратда,
Дуч келган ҳар касалликдан қонли дардда.

Бундай дардга бўлсанг агар даво истар,
Сафро ғалабаси бобдан чора ахтар.

Балғамли касалликлар

Ҳар бир дардга боис агар балғам бўлур,
Ҳоли доим бўшашган шиш – варам бўлур.

Фалаж, бўшашганлик каби совуқ мизож,
Бош оғриғи, беҳуш бўлиш айлар ривож.

Қўтир каби ич сурилар, шишгай бўйин,
Сўгал мисол "тўнғиз" бўлур[1] ўсган сайин.

Қасмоқланур боши, паришон хотири,
Бўлгай совуқ оғриқ кулоқ борган сари.

---

[1] Бу сўгалга ўхшаган эт – қўлтиқ ва бўйинда пайдо бўлади. Кўринишидан оппоқ бўлгани учун шундай аталади.

Сепкил тошар, песлик ошар, юмшоқ йўтал,
Сакта[1] бўлар, юзлар фалаж бундай маҳал.

Қам иштаҳа ҳам фил касал, битлаб кетар,
Ўтирғичи безиллаган кўп бохатар[2].

Кўз гавҳари нурсиз, қорачиқ кенг чунон,
Қўлтиқ таги бадҳид бўлиб, бурқсир ёмон.

Қорин дарди, офатидан кўп беҳузур,
Ичак ичи тайғоноқли, гижжа қўзур.

Бола кўпроқ ушлангандай парда ичра,
Тўлғоқ вақти дард тутганда келмай сира.

Буйрак оғриб, иситма ошиб, ҳоли турлик,
Қора талоқ ҳам жигарда пайдо совуқ.

Киндик бўртиб чиқиши ҳам бунга мисол,
Балғам турлилигидан ҳам дарди ўсол.

Қораяди жисми ёмон, оғрир бўғин,
Кўкаради ҳатто охир ранги сўлғин.

---

[1] С а к т а – мия қоринчаларида, сезувчи ва ҳаракатланувчи нерв йўлларида кучли тиқилма пайдо бўлиши сабабли организмнинг сезгисиз ва ҳаракатсиз ҳолга тушиши.

[2] Б о х а т а р – хатарли.

Сариқ сув касаллик пайдо бундай маҳал,
Зиққий, лаҳмий, таблий билан бўлса касал[1].

Балғамли дардни даволаш ҳақида

Бундай дардга ахтарганда даво, илож,
Даволансин аввал хўл ва совуқ мизож.

Билмак эсанг даволамоқ шундай касал,
Балғам ғалабаси аломати мисол.

Фасодни сур зикр этганим имкон била,
Балғам сурурсан шунда сен дармон била.

Ундай баданга гар ичирсангдур раво
Тан қиздирар дору шояд бўлгай даво.

Жисмин қизит ҳамда курит, хуллас калом,
Майли анинг бўлсин қиздиргувчи таом.

Шундай қилиб, ич ё сиртдан бўлсин илож,
Қиздирувчи дори била топгай ривож.

---

[1] Бу сарик сув касаллиги. Истисконинг турлари: қоринда сув йиғилса, зиккий бўлади; ғўштда сув йиғилса, лаҳмий, учинчи тури "ноғорасимон" билан оғриган касал қорни худди пуфланган мешга ўхшаб шишиб кетади.

Сассиқ дори ичир мисли шол кишига,
Нашотижни[1] ичгандек қил юришига.

Савдойи касалликлар ҳақида

Бадан узра қора ўтдан ким нотавон
Бўлса йўсин ҳам турлари шу ҳар қачон.

Тошгай сўгал ё кун аро безгак тутар,
Ё тутқанок, ё бавосир дарди қўзар.

Бурун учида "қирқ оёқ" дарди ошур,
Сўгал чиқиб, ҳолдан тойиб, тан тиришур.

Гоҳ ичбуруғ, баҳақ[2], саратон[3] йўлиқар,
Сепкил тошар, бош оғриган, уйқу қочар.

Шиш қаттиғи ёхуд мохов шундай бўлур,
Овқат еса сасир, қоринда бузилур.

Еллар чиқар, доим қуруқ йўтал тутар,
Берчлик, дағалликлар талоқ узра ўтар.

---

[1] Нашотиж – балғамни суриш учун ишлатиладиган мураккаб дори.

[2] Баҳақ – баданга тошадиган сепкилга ўхшаш оқлик.

[3] Саратон – рак касали.

Бошда меланҳўлия[1] дард бор ул замон,
Пайдо бўлур пешоб йўли узра тўғон.

Қуланч дарди, "тулки" дарди тутар ҳануз,
Қутурган ит қопгач, савдо беради юз.

Кувабо[2] ҳам пайдо, ивир ичида сут,
Ундай дардда жигар узра совуқлик бут.

"Ит иштаҳаси" касали қўзир гўё,
Шундай кезда ўтирғичда ёриқ пайдо.

Буйрак, қовуққа тош келиб, тургай қўзиб,
Дамлик сабаб қовуқ усти оғрир мижиб,

Қорин, икки биқин оғриб, хўб дам бўлур,
Бошу икки қулоқ аро дам зам бўлур[3].

Шундай маҳал икки оёқ никриз[4] бўлар,
Икки қовоқнинг ичида ҳосил шатар[5].

---

[1] Меланҳўлия – меланхолия. Киши организмида савдо хилтининг ошиб кетиши натижасида юз берадиган касаллик, савдойилик.

[2] Кувабо – қасмоқ, темиратки.

[3] Зам бўлиш – қўшилиш, ортиш.

[4] Никриз – оёқ ва қўл бўғинларининг қақшаб оғриши, подагра.

[5] Шатар – қовоқ ағдарилиш касаллиги.

Савдойи касалликлар давоси ҳақида

Бу хил дардлар топсин десанг агар шифо,
Мохов дарди доруси-ла айла даво.

Шунда ахтар давосини, бергай жавоб,
Савдо ғолиб келганидан сўзлаган боб.

Зикр этганим дору бирла бир чора қил,
Девпечак[1] ё басбойиж[2] дер, дард, пора қил.

Қизитиш ҳам хўллашга ўт дардга қарши,
Шундай қилсанг дард тузалур, бўлар яхши.

Амалиётнинг иккинчи қисми: қўл билан бажариладиган чоралар – бу чоралар уч қисмдан иборат

Бўшаб мен фойдали тартиб баёнидан,
Қўл амалдан сўз бошлайин бу онидан.

Амал бири – қўл теккуси томир узра,
Йўғон ҳам ингичка бўлганлари ичра.

Иккинчида эт-баданга керак тегиш,
Учинчида суяк бирла битар ҳар иш.

---

[1] Девпечак – чирмовиқ.

[2] Басбойиж – чилпоя: кора ва қизғиш рангли, таъми қалампирмунчоқни эслатадиган доривор ўт.

Уч қисмнинг биринчиси томирлар устидаги амаллар ва томирдан қон олишнинг фойдалари ҳақида

Томирлар бор ёриб, ундан олинур қон[1],
Баъзан тортиб, танобини олгунг осон.

Бош-кўкракда шишлар каби ҳар бир оғрик
Бўлса акҳалдан қон олмоқдир йўл-йўрик.

Бош оғриғи ҳаддан ошса, бурундан қон
Келса, секин қийфолдан қон олгин шу он.

Кўкрак, ўпка аро оғрик давоси-чун
Босиликдан қон олмоклик бўлар мумкин.

Жигар, талоқ касал бўлса, ҳоли ёмон,
Икки томир – мозиёндан[2] олинур қон.

Босалиқни тополмасанг қон олишда,
"Тирсак ипи"[3] томиридан ол, бу ишда.

---

[1] Бу ерда томирнинг урмайдиган хилидан – венадан қон олиниши ҳақида гап бораяпти.

[2] М о з и ё н – билак билан букиладиган жой ва кўлтик юқорисидаги иккита вена қон томирининг номи.

[3] Т и р с а к и п и – қийфол томирининг тирсак бўғини яқинида учга бўлишган томирчалардан бири.

Қон олинур доим мия оғриғида,
Чакка узра томирдан зарур чоғида.

Бошда эски яра бўлса ё шақиқа[1],
Қулоқ орти томиридан шу дақиқа

Қон ол, кўзлар бурчаги, қўш томиридан,
Иккала кўз оғриса гар ҳар биридан.

Ёфух[2] узра бўлса яра, бош сатҳида
Бўлган шишда ёфухдан ол алоҳида.

Ҳар хил оғриқ, айниқса, дард мохов чунон
Бўлса, бўйин томиридан олинур қон.

Кўз иложда, кўп бошоғриқ, юз-бош яра
Бўлса, ол қон пешонадан томир аро.

Гар бош оғриқдан кетма-кет тинади кўз,
Бош ортида бор томирдан қон олгин тез.

Яноқ узра юзда яра тошса қачон
Бурун учи томиридан олинур қон.

Тил остида шиш ўлса, оғриса томоқ,
Тил таги томирга қасд қил, қон ол ҳар чоқ.

---

[1] Ш а қ и қ а – бош оғриғи, мигрень.
[2] Ё ф у х – бош тепаси, ликилдоқ.

Киндик ости, ички аъзо бўлса касал,
Тизза томиридан қон олмоқ ҳам афзал.

Икки сон гар бундай дардга чалинганда,
Софин[1] – поча томирдан қон олгил шунда.

Насо томирдан олгил гар иркуннисо,
Панжада дард бўлса томиридан ол қон.

Артериялар иши ҳақида

Бош оғриғи, кўзга илашган ҳар бир дард,
Касалликда артерия кесилур карт.

Гар қўрқилса кўзга сувнинг тушишидан
Ёки бу дард шиддатининг ошишидан

Бирор шишнинг пайдоси гар очилгандан,
Артерия ҳам теградан оқмасдан қон –

Бўлса-чи, ёр ёки кесгил ва ё суғур,
Ё истасанг қон ол, барин кесмоқ буюр.

Қонни тўхтат атрофини боғлаш билан,
Қон оқишдан асраш учун доғлаш билан.

---

[1] С о ф и н – киши почасидаги қон томири.

Мисли жароҳатдек тузат, бергил даво,
То кўрдингки, соҳиб мараз топди шифо.

Қўл амалининг иккинчи қисми эт ҳақида. Биринчи галда тилиш ҳақида

Эт амали тилиш билан, кесиш билан
Ҳамда доғлаш, ёриб дардин тўсиш билан.

Баъзи тилиш қон юргизар, аҳён бу тур
Тилишдан сўнг қортиқ билан қон сўрилур.

Қонлар оқар яра этдан тоза томон,
Шунда тошса этда яра, чиқиқ ёмон.

Қонлар баъзан бошқа ерга олинади[1],
Кўчиролсак тилмай қортиқ солинади.

Баъзан қортиқ бўшлигича ёпишилур,
Баъзан куйган пахта бирла қўйса бўлур.

Ишлатамиз буни бод – ел қувлаш учун,
Қизитиб, аъзо тузатиб товлаш учун.

---

[1] Бу ерда бир аъзодан қон олиб, бошқасига қуйиш ҳақида гап бораяпти.

Этни кесиш билан бўладиган амалиёт ҳақида

Ҳар кесилур этни билгил чун масомир[1],
Сўгал каби ковокда бўлган шатойир[2].

Чакка аъзода сассиқ эт ниҳояси,
Заҳарланган эт ё бурун чилпояси.

Бадан узра ўсиб чиқса ортиқ бармоқ,
Туташ эт кўз аро бўлса мисли қобоқ.

Узум уруғдек бир яра туртиб чиқар,
Пешоб йўли тўсилганда санчиб чақар.

Бўлса бирор-бир ярадин бузилган эт
Ё бузилган яра аро эзилган эт.

Кесилгуси ортиқча эт шу чоқларда,
Хоҳки тилда бўлсин, хоҳки қулоқларда.

Бузилган эт ажратишда, билгил, ҳаргиз,
Найза учи, тиғ ҳам шиша устида кес.

Эркак кўкси аёл мисол чўзилса зўр
Ё оёқлар узра томирлар кенгаюр,

---

[2] Масомир – этда пайдо бўладиган мих қалпоқчаларига ўхшаш оқ тугунчалар.

[1] Шатойир – шатарнинг кўплиги.

Кесилгуси барча бавосир турлари,
Сасиган эт, бўлса агар шиш пардали.

Яра устида гар ёғлар ҳам қораяр
Ё чириган бўлса ҳамки эт, яралар.

Лаклук чўзилса ҳам анга кесмоқни эт,
Милкинг аро гоҳи ўсиб чиққанда эт,

Ришта[1] била оғриса ҳам шу иш зарур,
Беркилса ҳам қулоқ йўли эт кесилур.

Кўз устида ҳар ортиқча эту яра
Ё ичида кўрганларинг юпқа парда.

Барча яра-чақа бўлсин қабоқ ичра
Ҳам хунаса, киндик дабба, олат узра,

Гар қорайса олатдаги парда-тери
Ё тўсилса орқа тешик нардан-бери,

Сен кесар жойнинг барчаси серманфаат,
Булар четдан бўлса агар бергай сиҳат.

Ҳар ёрилган жой иложи тикса ўтар,
Гар шилинган бўлса яра, аста битар.

---

[1] Р и ш т а – томир.

Этни даволаш амали ҳақида

Бўлса агар танлар аро доғлаш қачон,
Тўхташ учун ҳаракатли томирдан қон.

Кесган катта томирдан қон оқса чексиз,
Дори бирла тўхтамаса, табиб ожиз.

Қолса нам тан қуритмоқ-чун чоғланади,
Бўш этларни қаттиқлашга доғланади.

Совиган тан бўлса доғлаш иситади,
Доғлаш билан нам тан аслга қайтади.

Қўл амалларидан бири — этни ёриш ҳақида

Ёриш учун қилган барча иш шу бўлур:
Танадаги хилт чиқармоқ учун зарур.

Йиғилган ҳам сасиб қолган қонни тезроқ
Чиқаришга шишдан йирингларни ул чоқ.

Икки кўзда бўлган ёшни ё барада[1],
Рутубат ҳам тугун ёриш бу борада.

Ҳар бир ичдан олинган тош, ўсимталар,
Артерия, безлар каби қисм танлар.

---

[1] Барада – қовоқ ичида қуйилиб қолган рутубат. Дўлга ўхшашлиги учун шундай номланган.

“Сариқ сув дарди”да жорий бу ҳар қачон,
Сув ва этлик “фил суяги” бўлган замон.

Қўл амалининг учинчи қисми суяклар ҳақида. Энг биринчиси суякни ўз ўрнига қўйиш ҳақида

Бундай ишлар суяк синиш ё чиққанда
Ҳодис бўлса[1], сенинг ишинг эрур танда.

Ҳар бир синиқнинг иложи ҳамда даво
Ўз жойига солиш билан келур бажо.

Барча синиқ нарсаларни аслига мос
Этиб қўйиш бурчинг, тешганин арралаш,

Лозим маҳорат-ла тартиб сақлаш керак
Ҳам сиқмайин, бўш қўй, майин боғлаш керак.

Ўртароқдан бошланади бойлоқ ўраш,
Аста-секин маҳкамланур латта бураш.

Бойлоқ устидан бойланур синган жойи,
Тахтакачга тортилади ҳар жой майиб.

Таомини енгил-елпи айла аввал,
Қуюқ қил гар семирмоғи лозим касал,

---

[1] Ҳодис бўлса – содир бўлса, юз берса.

Эҳтиёт қил, асра уни иссиқ шишдан,
Оқибатда бўладиган қон оқишдан.

Шиш олдин ол, қил илож, ўзни шайлагил,
Совуқликлар бирла уни ман айлагил.

Ўргат уни то битгунча жим ётмоққа,
Мажбур айла узоқ муддат сабр этмакка.

Суяк чиқишини даволаш ҳақида

Ўз ерига тушганича синган суяк
Аста-секин тортиб, уни солиш керак.

Ўз ерига қайтарилгач, боғлагайсен,
Қанча муддат қолмоғини чоғлагайсен.

Буриштирар дори бериб, қилиб тоқат,
Едирасан беморингга нордон овқат.

Токи касал шишдан омон ўтгунгача,
Қон йиғилиб қолиш хавфи кетгунгача.

Тузатмакка керак бўлар кам деганда,
Баъзан бир ой, баъзида ўн кун ўтганда.

Бўлди тамом баён этган барча амал,
Тугатурман энди – сўзимдир мукаммал.

ЗАФАРНОМА

Анушервони[1] одил замонида ҳеч нарса ҳикматдан азиз эмас эди. Бу давр олимлари эътиқодли ва тақводор бўлганлар.

Бир куни Анушервон Бузургмеҳрни[2] хузурига чорлаб деди:

– Фойдали ҳикматларга эҳтиёж сезаяпман. Оз сўз билан кўп маънони бир ерда жам қилсанг, токи дунё аҳли учун нафи тегса.

Бузургмеҳр бир йил муҳлат сўради ва бу ҳикматларни тўплаб, унга "Зафарнома" деб ном қўйди-да, Анушервонга тақдим қилди. Бу ҳикматлар унга ниҳоятда маъқул бўлиб, бир шаҳарни Бузургмеҳрга хусусий мулк қилиб берди ва мазкур ҳикматларни тилла суви билан ёзишларини амр этди. Бу китобни доим ёнида олиб юрар ва кўп вақтини унинг мутолааси билан ўтказарди.

---

[1] Анушервон – сосонийлар сулоласига мансуб Эрон подшоҳи Хисрав I. Шарқ оғзаки ва ёзма адабиётида у адолатпарвар ва маърифатпарвар ҳукмдор сифатида улуғланади.

[2] Бузургмеҳр – Анушервоннинг вазири. Донишманд давлат арбоби, илм-фан ҳомийси сифатида машҳур.

Бузурмеҳр сўзга оғиз жуфтлаб деди:

– Мен ўз устодимдан сўрар ва у жавоб берар эди:

Дедим:

– Эй устод, Худодан нима тиласам, жамики яхшиликларни тилаган бўламан?

Деди:

– Уч нарса: соғлик, бойлик ва тинчлик.

Дедим:

– Кимга хизмат буюрса бўлади?

Деди:

– Муносиб кишига.

Дедим:

– Кимдан эҳтиёт бўлай?

Деди:

– Ҳасадгўй дўстдан.

Дедим:

– Нима кишини жаннатга ноил қилади?

Деди:

– Илм ўрганиш ва ёшликдан Ҳақ иши билан машғул бўлиш.

Дедим:

– Одамлар наздида мўътабар бўлган айб қайси?

Деди:

– Ўз фазилатларидан сўз очиш.

Дедим:

– Нолойиқ дўст учраса, ундан қандай қилиб узилиш керак?

Деди:

– Уч йўл билан: кам кўришиш, ҳол сўрамаслик ва ундан бирор ҳожат тиламаслик.

Дедим:

– Ишлар ҳаракатга боғлиқми ёки тақдирга?

Деди:

– Ҳаракат тақдирга сабаб бўлади.

Дедим:

– Ёшларга нима ярашади-ю, кексаларга нима?

Деди:

– Ёшларга ор ва мардлик, кексаларга ақл ва вазминлик.

Дедим:

– Кимдан узоқ юрсам, нажот топаман?

Деди:

– Давлатга эришган маккор хушомадгўй ва хасисдан.

Дедим:

– Сахий ким?

Деди:

– Саховат кўрсатиб, дили яйрайдиган киши.

Дедим:

– Одам боласи ҳар қанча изласа-да, ҳеч ким охиригача топмаган нарса нима?

Деди:

– Уч нарса: соғлик, шодлик ва ҳақикий дўст.

Дедим:

– Яхшилик яхшими ёки ёмонликдан узоқ бўлиш?

Деди:

– Ёмонликдан узоқ бўлиш барча яхшиликларнинг бошидир.

Дедим:

– Маломат қилинадиган фазилат ҳам бўладими?

Деди:

– Бўлади: агар саховат миннат билан қилинадиган бўлса.

Дедим:

– Илмни нима зиёда қилади?

Деди:

– Тўғрилик.

Дедим:

– Мардликнинг аломати нима?

Деди:

– Қўлдан келса, афв этиш...

Дедим:

– Оқил кишининг қайси иши кўпроқ таҳсинга лойиқ?

Деди:

– Ёмонни ёмонликдан қайтарса.

Дедим:

– Одамларнинг қайси иши зарарлироқ?

Деди:

– Одамларга ошкор бўлган айб.

Дедим:

– Умрнинг энг зое ўтган дами қайси?

Деди:

– Бирор киши учун яхшилик қилиш қўлдан келсаю, қилмаса.

Дедим:

– Қайси амрларни хор қилмаслик керак?

Деди:

– Улар учта: Ҳақ амри, оқиллар амри, отаю она амри.

Дедим:

– Ҳаётда энг азиз нарса нима?

Деди:

– Тинчлик ва хотиржамлик.

Дедим:

– Ўлимдан ҳам баттар нарса нима?

Деди:

– Қашшоқлик.

Дедим:

– Нима энг азиз?

Деди:

– Ҳақнинг розилиги...

Дедим:

– Дўстликка нима рахна солади?

Деди:

– Тўрт нарса: улуғлар – бахиллик, донишмандлар – худбинлик, аёллар – уятсизлик ва мардлар – ёлғончилик қилса.

Дедим:

– Одамлар аҳволини нима хароб қилади?

Деди:

– Золимларга мадҳу сано ўқиш.

Дедим:

– Дунёни нима билан топса бўлади?

Деди:

– Илм-маърифатни ҳурмат қилиш ва қўллаб-қувватлаш билан.

Дедим:

– Нима қилсам табибга ишим тушмайди?

Деди:

– Кам ейиш, кам ухлаш, кам гапириш.

Дедим:

– Одамлар ичида донороғи ким?

Деди:

– Кам гапириб, кўп эшитган ва кўп билган киши.

Дедим:

– Нима кишини хор қилади?

Деди:

– Дангасалик ва ахлоқсизлик.

Дедим:

– Нима азоб келтиради?

Деди:

– Ёлғизлик.

Дедим:

– Нима кишини номусдан жудо қилади?

Деди:

– Тама.

Дедим:

– Дунёда нима яхшироқ?

Деди:

– Миннатсиз хоксорлик ва тамасиз саховат.

Дедим:

– Дунёда нима ёмонроқ?

Деди:

– Шоҳларнинг тезлигию бойларнинг бахиллиги.

Дедим:

– Тавозенинг асоси нима?

Деди:

– Эл ичида обрў-эътиборга эга бўлиш ва бундан ўзига розилик ҳиссини туйиш.

Дедим:

– Кимдан чора излай?

Деди:

– Қуйидаги уч фазилат бўлган кишидан: поклик, яхшилар муҳаббати ва юксак маърифат.

Дедим:

– Яхшилик нималарда кўринади?

Деди:

– Самимий хоксорлик, беминнат саховат ва бетама хизматда.

Дедим:

– Нимадан одамлар эҳтиёжсиз эмаслар?

Деди:

– Уч нарсадан: ақлли кишилар донолар билан маслаҳатлашиш, жанг одамлари ҳийла ва айёрлик қўллаш, зоҳид ва тақводорлар ибодат қилишдан.

Дедим:

– Одамлар нимани яхши кўрадилар?

Деди:

– Уч нарсани: ўзаро муомалада қўполлик қилмасликни, ёлғон гапирмасликни ва тили билан бировни ранжитмасликни.

Дедим:

– Агар илм ўргансам, нимага эришаман?

Деди:

– Агар кичик бўлсанг, улуғ ва машҳур, агар қашшоқ бўлсанг, бой ва бадавлат ва агар машҳур бўлсанг, янада машҳуррок бўласан.

Дедим:

– Бойликдан мақсад нима?

Деди:

– Одамлар ҳақини ўз бўйнингдан соқит қилиш, ота-она таъминотини таъминлаш... душманларни дўстга айлантириш, дўсту душман билан муросаю мадорада бўлиш.

Дедим:

– Ейилмаса ҳам танга роҳат бағишлайдиган нарсалар қайси?

Деди:

– Яхшилар суҳбати, ёр дийдори, юмшоқ тўн, мўътадил ҳаммом ва хушбўй ҳид.

* * *

Луқмони ҳакимдан сўрадилар:

– Донороқ киши ким?

Деди:

– Дунё ва охират неъматига боқмайдиган киши.

Дедилар:

– Бойроқ киши ким?

Деди:

– Ақлга бой киши.

Дедилар:

– Шараф нима?

Деди:

– Ўзи охиригача етказиши керак бўлган ишни бировларнинг бўйнига юкламаслик.

Дедилар:

– Одамлар ҳар қанча интилсалар-да, ҳеч ким билмайдиган нарса нима?

Деди:

– Ишларнинг оқибати.

Дедилар:

– Охир-оқибат ўз тотувчисини ҳалок қиладиган ширинлик қайси?

Деди:

– Ҳасад.

Дедилар:

– Қандай бино заволни билмайди?

Деди:

– Адолат биноси.

Дедилар:

– Охири ширин бўлган аччиқ нима?

Деди:

– Сабр.

Дедилар:

– Охири аччиқ бўлган ширин нима?

Деди:

– Шошқалоқлик.

Дедилар:

– Сира эскирмайдиган либос қайси?

Деди:

– Яхши ном.

Дедилар:

– Барча дўстлардан азиз душман қайси?

Деди:

– Нафс.

Дедилар:

– Одамлар давосига ожиз бўлган касаллик қайси?

Деди:

– Аблаҳлик.

Дедилар:

– Одамлар қочмайдиган бало қайси?

Деди:

– Ишқ.

Дедилар:

– Жамики тубанликлардан тубанроқ бўлган баландлик қайси?

Деди:

– Кибр

Дедилар:

– Эркагу аёлга бирдай ярашадиган зийнат қайси?

Деди:

– Тўғрилик ва поклик.

Дедилар:

– Уйқу нима?

Деди:

– Енгил ўлим.

Дедилар:

– Ўлим нима?

Деди:

– Оғир уйқу.

Дедилар:

– Барча шодликларга сабаб бўладиган нарса нима?

Деди:

– Буюклар сўзи.

Дедилар:

– Ҳеч бир хотиржамлиги бўлмаган йўл қайси?

Деди:

– Бечора ва мазлумларга зулм ўтказиш.

ҲИКМАТЛАР

Фаросат илми фойдаси нақд бўлган илмлардандир. Сен бу илмни билиб олсанг, у сенга кишиларнинг ўзлари яшириб юрган феълу атворларини билдиради. Мана шу фаросатнинг билдириши натижасида ўз билгинг билан унга бойланиб қоларсан ё ундан юз ўгирарсан. Фаросат илми сенинг ўзингни аслингда бор бўлган инстинктив яратилмаларинг, ўзгартирилмаган табиатларингни кўз ўнгингга келтириб қўяди. Агар сенга фаросатнинг тузатувчи қўли тегса, сен жуда ўткир бўлиб кетасан.

* * *

Бахт учун белгиланган вақт бор – сен у вақтдан олдин бахтга эришолмайсан.

* * *

Агар дўстлик савдо-сотиққа ўхшаб, эҳтиёж талабига қараб исталса, унга зарурат бўлмаганда назарга илинмай тарк этилса, унда қандай дўстлик бўлади?

* * *

Дўст ўз дўстини бирон кулфат юз бергандан ўзга вақтда ҳеч зиёрат қилмаса, зарур бўлиб қолгандагина эслаб, бошқа вақт эслама-маса, шу ҳам дўстлик бўлдими, ахир?

* * *

Баъзиларингиз баъзи нарсаларни ўрганишларингиз ва баъзиларингиз баъзи нарсалар билан камол топишларингиз учун орангиздаги ҳар бир киши ўз биродарига нисбатан дилидаги пардани холис очиб ташласин.

* * *

Агар шайтон одамларни оркадан алдай олмаса, у ҳеч қачон алдашга муяссар бўла олмайди.

* * *

Одамларнинг ботири келажакдаги мушкулотдан қўрқмайди. Камолга етишдан четланган киши одамларнинг энг қўрқоғидир.

* * *

Фаришта ёмонликка юз тутса ёки ҳайвонлар хунук иш қилса, ажабланиш керак эмас. Мабодо, инсоннинг вужуди ақл билан мунаввар бўла туриб, шаҳватларга берилса-ю,

бу йўлда ўз инсонлигини йўқотиб, тоатини тарк қилган бўлса, бундай инсонга ажабланиш керак бўлади. Одам фариштаси шаҳвоний ҳисларни йўқотишда собитқадамдир. Унинг оёқлари жимога юрмайди. Агар кишидаги инсонийликнинг ёмонликка тортадиган шаҳватни қайтаришга қурби етмаса, у ҳайвондан ҳам паст туради.

* * *

Сўзнинг энг ёмони амал қилинмай зое кетганидир.

* * *

Зулм қилганлар келгусида қаерда ағдарилишларини билишади.

* * *

Худонинг тақдиридан қочиб қутуладиган одам ҳам, қочадиган жой ҳам йўқ.

* * *

Илоҳим, сен хотинларни менинг устимдан хўжайинлик қилишига йўл қўйма.

* * *

Яхши ва ёмон хулқнинг ҳаммаси шароит, тарбия, одатланиш натижасида вужудга келади. Яхши хулққа ҳам одат туфайли эришилади.

* * *

Шеър ижтимоий бурч мақсадлари учун ёзилади.

* * *

Ҳис ички руҳга қаттиқроқ таъсир этади ва уни ҳаракатга солишда ақлдан кучлироқдир.

* * *

Таҳсинга фақат бадиийлик ва ижодийлик сазовор бўлади.

* * *

Мен юксак мақсадларнинг энг чўққисига чиқиб юксалишни истайман. Паст мақсадларга ҳеч рози бўлмайман. Ё истаган бу мақсадга эришаман, ё ўлим мени бу йўлда ҳалок қилади.

* * *

Нуқул кўп жонсиз нарсалар юқорига кўтарилишда давом этади. Ажабо, у ҳам жонсиз бўлса, ҳам ўсса.

* * *

Мен кўп жойларни кездим ва олам аҳволига қарадим: унда ҳайронлик кафтини иягига тировчидан ёки пушаймонлик бармоғини тишлаб турувчидан бошқани кўрмадим.

* * *

Яхшилик ҳаммага бевосита севимли. Агар шундай бўлмаганда эди, ҳар ким ўз истаган ёки орзу қилган ва ёки ўзича яхшилик деб тасаввур қилган бирор нарсасини ўз олдига мақсад қилиб қўймаган бўларди.

* * *

Тўғрилик, агар у тўғрилиги исботланаётган нарсанинг бевосита ўзида топилса, у ҳолда у ўша нарсани мустаҳкамлайди, яхшилайди.

* * *

Тўғри деб ўйланилган қанчадан-қанча нарсалар бўладики, улар аслида тўғри бўлмай, балки фақат хатолардан иборат бўлади.

* * *

Хулқнинг мувозанатда бўлиши бадан саломатлигини сақлайди.

* * *

Жаҳлинг чиққан тақдирда ҳам бировга қаттиқ бақирма.

* * *

Кек аслида азият берган нарсанинг фикрда такрорланиши билан ҳамда ундан ўч олиш орзу-хаёлининг такрорланиши билан пайдо

бўлади. Унинг пайдо бўлишига ғазабнинг бир қадар давом этиши ҳам сабабдир.

* * *

Билгинки, агар ғазаб тез ўтиб кетса, унинг сурати хаёлда такрорланмайди ва йўқ бўлиб кетади, натижада кек ҳосил бўлмайди.

* * *

Ҳар ким ҳодисалардан ибрат ола билса, боши қаттиқ отга ўхшаган бу фалак унга бўйсуна беради.

* * *

Қуруқ гапнинг ўзи ҳеч қачон лўнда далил бўлолмайди.

* * *

Агар сирингни сақласанг, у сенинг асирингдир, агар ошкор бўлса, сен сирингнинг асири бўлиб қоласан.

* * *

Ҳар бир ишда эҳтиёткорликни қўлдан чиқарган ва билиб-билмай пала-партиш бир ишни бошлаган кишининг пушаймон қилиши турган гап.

* * *

Тароқ аслида сочни тартибга тушириш учун ишлатилади-ю, лекин шу билан бирга у сочларнинг баъзиларини жойидан юлиб туширади.

* * *

Бир киши сен билан бўлган муносабатда хато қилса-ю, сенга узр баён этса, узрини қабул қилишни кечиктирма.

* * *

Кундалик ризқ учун кўп қайғуравермa. Шу билан бирга мол орттираман, деб ўзингни кўп қийнайверма, чунки ҳар ким ўз насибасидан ортиқ битта ҳам дон ея олмайди.

* * *

Мол-дунёинг сени алдамасин. Асраган мол-дунёинг бошқаларники бўлади, уларни сарф эта олсанг, ўша сеники бўлади.

* * *

Бойликни топишибди-ю, ақл-идрокни йўқотишибди. Ажабо, топган нарсалари билан йўқотган нарсаларининг баҳоси бир хилмиди?

* * *

Ринд кишининг бойлиги – бор-йўғи бир ютум шароб, аммо сархуш бўлганда у ҳам қўлдан кетади.

* * *

Бизга юксалмоқ ва кўклар муҳитига чиқмоқ ярашади.

* * *

Ориф[1] ботир одам бўлади, шундай бўлмай ҳам бўлармиди? У ўлимдан ҳам қўрқмайдиган, саховат эгаси бўлади. Шундай бўлмай ҳам бўлардими! У барча бехуда нарсаларга ҳирс қўйишдан узоқ ва барча адашганларга меҳрибондир. Шундай бўлмай ҳам бўлармиди! У ўз нафсонияти билан улуғвор бўлади. Шундай бўлмай ҳам бўлардими!

* * *

Ҳақиқий илмда аниқ бўлганки, ҳар бир нарсани билиш унинг сабабларини, агар шундай сабаблари бўлса ва туб асосларини ўрганиш билан ҳосил бўлади. Агар сабаблари

---

[1] Ориф – маърифат соҳиби, Оллоҳни таниган киши, комил инсон. Оллоҳнинг зоти, сифатлари ва исмларини мушоҳада этадиган завқий ва важдий илмлар эгаси бўлган зот.

бўлмаса, ҳолатига қараб ва ўзига хос нарсаларни ўрганиш билан илм тугалланади.

* * *

Табиатда бекорчи нарсалар бўлишининг ўзи бўлмаган нарсадир.

* * *

Санъат табиатдан заифроқдир.

* * *

Ҳар бир табиий нарса ўлчанган бўлади, лекин ҳар бир ўлчанган нарса табиий бўлавермайди.

* * *

Маъруф ва машҳур бўлмаган нарсаларни одат этишга кўпроқ интилинади. Чунки одат бўлган нарсалар кўпинча сезилмайди.

* * *

Толе юз кўрсатишининг на учи, на қулоғи ва на юмшоқ-қаттиқлиги ва қарори бўлади.

* * *

Ҳужум қилиб келаётган қўшинлардан қўрқиб қочиш, инсонлардаги қўрқоқликнинг бошқалар томонидан фош этилиши, бойликни ерга кўмиш, адолатсизликнинг кўринишлари, ифлосликка бефарқ қараш, шубҳали жойлар-

да бўлиш, разилликни исташ, ахлоқий тубанликка бориш, камбағални талаш, ўликлар кафанини қазиб олиш, гадойчилик қилиш, ҳаддан ташқари зиқналик қилиш, судхўрлик қилиш, кечирим сўраганлар илтимосини рад этиш, суд олдида туришгача бориш, мурувватсизлик кабилар шармандаликка киради.

* * *

Инсонларнинг доимий тобе бўлиб яшашлари, бошқалар томонидан ўз нафсини масхара қилинишига чидаш, жабр-зулмда тоқат қилиш, етишмовчилик кабилар кишининг қизиққон бўлишига сабаб бўлади.

* * *

Рақибларим мени фазилат соҳиби бўлган бир ҳаким бўлганимни кўришолмаяпти. Уларнинг жоҳилликлари туфайли бу фазилатларни кўриш уларга оғир тушаяпти. Улар ўзларининг калтафаҳмликлари билан мени чиқиштирмайдилар, менга ёмонлик қилишга уринадилар. Менимча, уларнинг бу ғийбатлари худди тоғ эчкиларининг тоғни ағдараман, деб тоғни сузишларига ўхшайди.

* * *

Агар менинг улуғлигим улар қалбида бунчалик ҳайиқиш пайдо қилмаганда эди, улар мени кўп кечириб ўтирмай, ёмонлаган бўлардилар. Мен шердек бардамман. Одатда, агар шердан қўрқилса, унга ҳеч ким яқинлаша олмайди, узоқдан унга чуқур қазибгина ушлайдилар, холос. Итлар шерни кўрганида акиллайди. Шунга ўхшаб, улар менга кўзларини ўқрайтириб қарайдилар. Чунки мен улуғлик йўлида ухламай тонглар оттирдим, улар бўлса эрталабгача ухлайдилар.

* * *

Агар уларнинг кўзлари дўстлик назари билан қараганда эди, ёмон деб юрадиган нарсаларини ёмонламасдан, яхши деб ҳисоблаган бўлар эдилар.

* * *

Менга ҳасад қилган кишилар билан алоқамни уздим, ҳатто уларнинг номларини ҳам эсламадим. Улар бўлса бир умр менга ҳасад қилиб кун кечирдилар.

* * *

Кишининг ақли зиёд бўлса, замонасидаги етишмовчиликдан унга зиён етмайди. Етиш-

маслик бўлишига қарамай, ундай киши оқиллиги соясида яхши кун кўра олади.

* * *

Улуғлик инсонга энг ёмон ҳодисаларнинг яқинлашишига йўл қўймайдиган бир матонатни жамловчи кучдир.

* * *

Фаросат деб сезгидан келадиган ишоранинг асл маъносига тезда етишмоққа айтилади.

* * *

Илм – нарсаларнинг инсон ақли ёрдами билан ўрганилишидир.

* * *

Баён – инсон фикрига келган маънонинг яхши ифодаланишидир.

* * *

Инсондаги сир сақлай билиш хислати ошкор қилиш хавфи туғилганда уни ушлаб тура билувчи кучдир.

* * *

Бошқаларда кўрганни жуда қаттиқ истамаслик ҳам қаноат ҳисобланади.

* * *

Ўз кучини зарур бир меъёрда ушлаб туриш ҳам қаноат саналади.

* * *

Қаноат деб ўзига кифоя қиладиган нарсага эришишга айтилади; буни бўшашганлик ҳам дейишади. Қаноат камтарлик ва унча-мунча нарсани назарга илмайдиган хислат билан ҳирс ўртасида бўлади.

* * *

Сабр деб инсон бошига тушган алам ва чидаб бўлмайдиган оғриқни то енггунга қадар ушлаб туришга айтилади.

* * *

Очкўзлик, яхши овқат, ичкилик, хотинхалажга берилишдан ўзни тутиш иффат саналади.

* * *

Кишини қабиҳ ва бемаза ишларга қадам қўйишдан тутиб турадиган ва уни яхши хулқ ва ишларга ундайдиган кечинмага ҳаё дейилади.

* * *

Ёрдам беришнинг гўзаллиги ундан кишининг тасалли топишида кўринади.

* * *

Шижоат – довюраклик эса кўрқоқлик билан қўполлик ўртасида бўлади.

* * *

Хулқларнинг барчаси ўз табиати билан гўзал бўлади, ёмон хулқ-атворларга эса кейин эришилган бўлади.

* * *

Биз гўзал бир нарсага одатланадиган бўлсак, бу одатимиздан гўзал хулқ-атвор юзага келади.

* * *

Камтарлик шундай бир хислатки, бу билан инсон билим-маърифати, куч-кудратини яшириб, ўзини табиатдан ожиз, эзилган ва ўз жинсида юқори даражага кўтарилишда бирор камчилиги бордай сездирадиган бўлади. Яна бир хил одамлар бошқа бировдан нафсоний ёки жисмоний томондан ўта ортиқлигини яшириб келадиган бўлади.

* * *

Олижаноблик кишида шундай бир ажойиб фазилат ва шон-шарафни оширадиган хислатки, ҳатто бунга эришган одам ундан ҳам юқори даражалардаги шон-шуҳрат мақомига эришишга интилади. Бундай интилиш ундайларда чекланмаган бўлади.

* * *

Киши бирор ёмон аҳволга тушиб қолганда ё бўлмаса бирор қайғу-алам етганда унга меҳр-шафқат кўрсатишга раҳмдиллик дейилади.

* * *

Эҳтиёткорлик деб келажакда бўлиши мумкин бўладиган ҳодисаларнинг олдини олишга айтилади. Бу билан киши ютуқ ва муваффақиятга яқин ва зарардан эса узоқ бўлади.

* * *

Зийраклик ва тийраклик деб сезги органлари ёрдами билан нарсаларнинг ҳақиқий маъноларига тезда етишишга айтилади.

* * *

Бир куни табобатдан хабари бор кишидан:

– Соч-соқолнинг оқариши нимадан? – деб сўрадим.

– Балғамдан, – деди у.

Мен унга жавоб бериб:

– Сўзингда хато бор, соч-соқолнинг оқариши балғамдан эмас, балки ғамдандир, – дедим.

* * *

Яхшиликларнинг энг фойдалиси садақадир.

* * *

Кишидаги энг яхши хулқ-атвор одамларнинг мотам (яъни қайғу) ва ҳасратига шерик бўлишдир.

* * *

Инсон ўзини токи майда гап, ўчакиш, жанжал, шикоят, норозилик, оҳу воҳлардан озод қилолмагунча, у ифлос ва пастлик табиатидан озод бўлолмайди.

* * *

Ҳар бир инсон севинишга ҳам, қайғу чекишга ҳам қобил, лекин шуниси ҳам борки, баъзиларнинг кайфияти фақат шодликка, баъзиларнинг кайфияти эса фақат ғамгинликка мойил бўлади.

* * *

Хурсандчиликнинг кетма-кет бўлиши рухни шу хурсандчилик учун ҳозирлайди, ғамнинг кетма-кет бўлиши эса ғамга киши табиатини ҳозирлайди. Қувноқ бўлган кишига ғам келтирувчи сабабларнинг энг кучлисигина таъсир қилгани ҳолда, шодлик келтирувчи сабабларнинг энг кучсизи ҳам таъсир қилади.

* * *

Ҳар бир юраги зўр киши кўп шод-хуррам яшагани каби, ҳар бир севинчга сазовор бўлган зотнинг юраги зўр бўлавермайди.

* * *

Ғазаб иродаси кучли одамга рўпара келолмаганидек, иродаси кучсиз одамга ҳам рўпара келолмайди.

* * *

Ҳамма вақт боланинг истаган нарсасини муҳайё қилишга, истамаганини узоқлатишга тайёр туриш керак.

* * *

Ёш бола сезгирлик қувватида катта одамга тенг келади.

* * *

Дили бегидир киши чин дўст саналади.

* * *

Шодлик ва қайғулик пайтларида дилини кудуратдан тозалаб, соф дўстликни сақлаб қолган киши чин дўст ҳисобланади.

* * *

Қайғуларимдан бир озини эшитишга қулоқ тутадиган биродарларимиздан бормикан? Ага шундай дўст топилса-ю, менга ўртоқлик қилиб кўнглимдаги дардимни эшитса, менинг баъзи оғирликларимни кўтаришга шерикчилик қилган ва менга ҳамдард бўлган бўларди.

* * *

Дўстлар ҳақиқатга кўрар кўз билан қарайдилар, кўнгилдан ифослик ва шак-шубҳа зангини кетказадилар, чунки уларни холисанлиллоҳ дўстликдан бошқа ҳеч нарса бирлаштирмаган.

* * *

Дўстлик инсоннинг шундай бир ҳолатидирки, бунда бошқа бировга яхшилик истаслади. Шунда инсон яхшиликни ўзи учун истамайди, балки уни бошқа биров учунгина

истайди, холос. Шу ҳолатда кишида бошқага нисбатан яхшилик қилишга чақирувчи хусусият пайдо бўлади. Дўст бу яхши кўрувчидир. Дўст ўз дўстининг хурсандлигида ҳам, бахтсизлик кезларида ҳам қайғу ва шодлигига шерик бўлади.

* * *

Инсонлар ичида сени яхши кўрувчилар бўлса, бу сенга ва сенинг яқинларингга яхшиликни истовчилар бўлади. Мабодо шундайлар топилиб қолса, у ҳолда бу илтифот мунтазам равишда чин кўнгилдан ҳамда беминнат бўлиши керак. Ҳақиқий дўст сенинг дўстингга дўст, душманингга душман бўлади. У дўстининг душманидан узоқлашади, дўстининг дўстига яқинлашади. Бунинг акси бўлиши мумкин эмас. Чунки бунинг акси бўлса, душманлик саналади.

* * *

Ошиқнинг маъшуқини аниқлаш уни даволаш йўлларидан биридир.

* * *

Ишқнинг аломатлари: кўз чуқур тушади ва қуруқлашади, йиғлашдан бошқа вақтда кўз ёшланмайди, кўз қовоқлари муттасил ҳаракат

қилиб туради, киши ёқимли бир нарсага қараган ёки шодлантирувчи бир хабарни эшитган, ё бўлмаса ҳазил қилаётган каби кулади, унинг нафаси кўп узилиб, яна жойига қайтади ва кўп оҳ-воҳ тортади.

* * *

Шодлик, ашула ва мусиқа эшитиш баъзи кишиларга тасалли берса, баъзиларнинг иштиёқини кўпайтиради.

* * *

Хурсандлик бир турли лаззатдир.

ТИББИЙ ЎГИТЛАР

Ҳар бир нарсани билиш у нарсанинг сабаблари бўлса, шу сабабларни ўрганиш орқали илм ҳосил бўлади ва камолга етади.

* * *

Ёшлар умуман тўрт қисмдир:

1. Ўсиш ёши. Бунга ўсмирлик ҳам дейилади – бу ўттиз йилча давом этади.

2. Ўсишдан тўхташ ёши – бу ўттиздан ўттиз беш ёки қирқ ёшгача бўлган давр.

3. Қисман қувват бўлатуриб, чўкиш ёши – бу ўртача ёшдаги кишиларга мансуб бўлиб, олтмиш ёшгача давом этади.

4. Кучсизлик билан чўкиш ёши – бу умр охиригача чўзилиб, қариларнинг ёшидир.

* * *

Жинслар (эрлар ва хотинлар) эътибори билан мизожларнинг айирмасига келсак, хотинлар эркакларга нисбатан совуқ мизожлирокдирлар. Шунинг учун улар тузилишда эрларга қараганда кучсиздирлар. Яна уларнинг мизожлари ҳўлроқ ҳамдир.

* * *

Билгинки, касалликларнинг кўпчилигида тўрт давр бўлади: бошланиш даври, зўрайиш даври, зўрайишда ниҳоятга етиш даври ва пасайиш даври. Бу даврлардан ташқаридаги вақт соғлиқ ҳисоби.

* * *

Яхши ҳаво ҳеч бир буғ ва тутун каби ёт нарсалар аралашмаган ҳаводир.

* * *

Йил фаслларининг ҳар бири ўзига муносиб соғлом мизожда бўлган кишига мувофиқ келади ва ўзига муносиб бўлмаган ёмон мизожли кишига тўғри келмайди.

* * *

Фасллари доимо бир турли кайфиятда бўлган йил ёмон йилдир. Масалан, йилнинг ҳамма фасллари ҳўл ё қуруқ, иссиқ ёхуд совуқ бўлса, бундай йилларда ўз кайфиятларига муносиб касалликлар кўпаяди ва бу касалликларнинг муддатлари ҳам узун бўлади.

* * *

Баҳорда узоққа чўзиладиган касалликлар қўзғалади, чунки (баҳор) туриб қолган хилтларни юргазиб оқизади.

* * *

Турар-жой танловчи киши қуйидагиларни билиши керак: ернинг тупроғи, баландлик ва пастлиги, очиқ ва ёпиқлиги, суви, сувнинг моддаси, оқиб чиқиши ва очиқлиги ёки унинг баландлик ва пастликдан оқиши; у ерда шамоллар эсадими ёки у жой чуқурликдами, шамоллар қанақалигини.

* * *

Сув озиқлантирмайди, балки овқатли моддаларни ўтказади ва уларнинг қуюқ-суюқлигини (ҳазмга) мослаштириб беради.

* * *

Сувларнинг энг яхшиси булоқ сувидир. Лекин ҳамма булоқнинг эмас, балки ери тоза ва тупроғида биронта чет хусусият ва кайфият бўлмаган булоқнинг сувидир.

* * *

Олимларнинг шоҳидлик беришларига кўра қайнаган сув (қоринни) кўп шиширмайди ва тез ўтиб кетади. Табибларнинг нодонларигина қайнатилган сувдан латиф қисми учиб кетиб, оғири қолади, демак, қайнатиш сув оғирлигини орттириши учун ундан фойда йўқ, деб ўйлайдилар.

* * *

Билгилки, ҳаммомнинг табиий иши одамни ўз ҳавоси билан қиздириши ва ўз суви билан ҳўллашидир. Ҳаммомнинг биринчи хонаси совитувчи ва ҳўлловчи бўлади, иккинчиси қиздирувчи ва ҳўлловчи, учинчиси қиздирувчи ва қуритувчи бўлади.

* * *

Айтамизки, соғлиқни сақлашда асосий нарса қуйидаги умумий ва зарурий сабабларни мўътадил қилишдир. Бунда, асосан, қуйидаги етти нарсани мўътадил қилишга кўпроқ эътибор берилиши керак: мизожни мўътадил қилиш, ейиладиган ва ичиладиган нарсаларни танлаш, гавдани чиқиндидан тозалаш, тўғри тузилишни сақлаш, бурунга тортиладиган ҳавони етарли ва яхши қилиш, кийимлик нарсаларни яхшилаш, жисмоний ва руҳий ҳаракатларни мўътадил қилиш; шу ҳаракатлар жумласига маълум даражада уйқу ва уйғоқлик ҳам киради.

* * *

Соғлиқни сақлашнинг асосий тадбири – бадантарбия.

Мўътадил равишда ва ўз вақтида бадантарбия билан шуғулланувчи одам бузилган

хилтлар туфайли келган касалликларнинг ва мизож ҳамда илгари ўтган (касалликлар) туфайли келувчи касалликларнинг давосига муҳтож бўлмайди.

* * *

Қишда иссиқ, ёзда совуқ ёки илиқ (овқат) ейиш лозим.

* * *

Билгинки, фаровончилик йилларида кўп еб, қаҳатчилик йилларида оч туришдан ва бунинг аксидан ёмонроқ ҳолат йўқдир.

* * *

Жуда тўйиб, тўлиб овқат ейиш ва ичиш ҳамма ҳолда ҳам ўлдирувчидир.

* * *

Гавдага энг зарарли нарса меъдада овқат етилмасдан ва ҳазм бўлмасдан туриб яна овқат киритишдир. Меъда бузилишидан, хусусан, ёмон овқатлардан бўладиганидан зарарлироқ нарса йўқдир.

* * *

Уйқу вақтида дастлаб бир оз муддат ўнг томон билан, кейин чап томон билан, сўнгра яна ўнг томон билан ётиш керак.

* * *

Етарли даражада ҳазм қилолмайдиган киши овқатланиш вақтини кўпайтириб, овқат миқдорини озайтириши керак.

* * *

Ўрганилган овқат, бирмунча зарарли бўлса ҳам, одат қилинмаган яхши овқатдан мувофиқроқдир.

* * *

Энг ёмон нарса бир-бирига келишмайдиган овқатларни аралаштириш ҳамда овқатланиш вақтини узайтиришдир.

* * *

Жуда лаззатли бўлган овқатнинг зарарларидан бири шуки, уни кўп ейиш мумкин бўлади.

* * *

Овқат устига шароб ичиш энг зарарли нарсалардандир, чунки шароб тез ҳазм бўлувчи ва тез ўтувчидир. У овқатни ҳазм бўлмаган ҳолда ўтказиб юборади.

* * *

Ширинликлар тиқилмаларни тез олиб келади, чунки (одам) табиати уларни ҳазмдан илгари ўзига тортади.

Узоқ ёшга борган кишининг гавдаси йигитлик маҳалида ейдиган (миқдордаги) овқатни қабул қилмайди.

* * *

Билгинки, кабоб ҳазм бўлса, энг кучли овқат ҳисобланади, бироқ унинг пастга тушиши суст бўлиб, кўричакда узоқ қолади. Шўрва яхши овқат бўлиб, пиёзли бўлса, ичдан елни қувлайди. Агар пиёзсиз бўлса, елни қўзғатади.

* * *

Билгинки, нон ҳазм бўлмаса, зарари кўпдир, ҳазм бўлмаган гўштнинг зарари эса ундан камроқдир.

* * *

Билгинки, наҳорга (сув ичиш), бадантарбиядан кейин, ҳаммомга тушгандан кейин, айниқса, оч қоринга (ичиш), шунингдек, кечаси маст ва хумор кишиларда пайдо бўладиган ёлғондакам ташналикда ҳамда табиат овқатнинг ҳазми билан овора бўлиб турган вақтда сув ичиш зарарлидир.

* * *

Ҳар бир овқат устидан шароб ичиш бирон касалликни туғдиргани учун ёмондир; овқат

ҳазм бўлиб, синггигандан кейингина ичиш мумкин.

* * *

Кетма-кет маст бўлиш ёмондирки, жигарнинг ва миянинг мизожини бузади, асабни кучсиз қилади. Асаб касалликлари, сакта ва тўсатдан ўлишга сабаб бўлади.

* * *

Ҳавоси совуқ ўлкалар шароб ичишни кўтаради, иссиқлар кўтармайди.

* * *

Оч қорин билан ухлаш ёмон ва қувватни сусайтиради. (Қорин) тўлиқлиги билан ва қориннинг юқори қисмидан тушишидан илгари ухлаш ҳам ёмондир. Чунки бу ҳолатда (уйқу) чуқур уйқу бўлмайди, балки безовта уйқудир.

Кундузги уйқу ҳам ёмондир; у рутубатлардан бўладиган касалликларни ва назла касалликларини вужудга келтиради, рангни бузади, талоқ касалини пайдо қилади, асабларни бўшаштиради, кишини ланж қилади, иштаҳани пасайтиради, шиш ва турли иситмаларга сабаб бўлади.

* * *

Уйқудаги ҳолатлардан энг яхшиси ўнг томонни босиб, кейин чап томонга айланиб ётишдир. Қоринни босиб ётиш ҳазмга яхши ёрдам беради. Чунки бундай ётиш туғма иссиқликни тўплаб ва (гавда ичига) қамаб кўпайтиради. Чалқанча ётиш ухлашнинг ёмон шакли бўлиб, (кишини) сакта, фалаж ва босинқираш каби ёмон касалликларга тайёрлайди.

* * *

Қишда соғлом кишилардан камдан-кам киши касал бўлади.

* * *

Секин ва узоқ вақт юриш ҳам оғриқни колдирувчилардандир. Чунки (юришда) бўшаштириш ва юмшатиш таъсири бор.

* * *

Энг яхши гўшт қўй гўштидир, чунки у иссиқ ва юмшоқдир. Улоқ, бузоқ ва ёш ҳайвонларнинг гўшти ҳазм учун энг яхши бўлиб, ғизоси жуда латифдир.

* * *

Шароб маст қилади, ухлатади, эслаш қувватини йўқотади ва нафсоний қувватларни

туширади. Шаробни доимий ичиш асабларга зарарли бўлиб, қалтироқликни пайдо қилади; узоқ вақтгача ҳар куни маст бўлиш асабларда сустлик ва кучсизлик туғдиради. Ўртача ичилган вақтда овқатга иштаҳа туғдиради. Кўп ичилган вақтда жигар ва буйракларда тиқилма ҳосил бўлади. Шароб кам ичилса, овқатни ўтказади, ҳазмни яхши қилади, овқатнинг қонга айланишини тезлатади ва заифланган иштаҳани оширади.

* * *

Нон тоза, тузли, хамири яхши ишланган, оширилган ва тандирда яхши пиширилган бўлиши ва бир кеча тўхтатилиб ейилиши керак. Иссиқ нонни киши табиати яхши қабул этсада, уни иссиқ ҳолида ейиш яхши эмас.

* * *

Сут ичган киши тинч ҳолда туриши керак, акс ҳолда сут меъдада ачийди ва бузилади. Сутдан истеъмол қилгач, пастга ўтмагунча ухламаслик ва унинг устига бошқа овқат емаслик керак. Сут иссиқ мизожли ёшлардан кўра ёши улғайган кишиларга кўпроқ ёқади. Чунки у ёшларда сафрога айланиб кетади. Сут кекса кишиларга уларнинг табиатида хўллик ҳосил қилгани ва уларда бўладиган қичимани

йўқотгани сабабли фойда қилади. Аммо уларнинг сутни ҳазм қилишларига асал билан ёрдам бериш керак. Сут кўпинча ўз ишини ични суриб, ичаклардаги чиқиндиларни чиқариб ташлашдан бошлайди.

* * *

Бош оғриғи сабабининг тўхтатиш зарурлиги ва зидди билан унга қарши туриш зарурлиги жиҳатидан бошқа касалликлар билан бир қаторда туришини сен биласан. Бош оғриғини кетказиш учун ундан кейин қиладиган фойдали тадбирлар оз ейиш, оз ичиш, айникса, шаробни оз ичиш ва кўп ухлашдан иборат. Кўп ейиш чўзилган бош оғриғида зарар бергани каби ҳаддан ташқари оз ейиш ҳам иссиқ мизождан бўлган бош оғриғига зарар етказади. Бош оғриғини йўқотиш учун осойишталикдан, шунингдек, жинсий алоқа ва узоқ фикр қилиш каби моддани ҳаракатлантирувчи нарсаларни тарк қилишдан кўра фойдали иш йўқдир.

* * *

Ичкиликка келсак, буни қорин тўлгунча ичиш жуда зарарлидир, ози эса кишини шодлантиради, руҳни кучли ва зийрак қилади, кўп сув ичишга ҳожат қолдирмайди.

* * *

Ишқ васваса ва меланхолияга ўхшаш бир касаллик бўлиб, киши у касалликни кўпинча маҳбубнинг баъзи бир кўриниш ва хулқларини яхши кўришга ўз фикрини бўйсундириш орқали ўзига чақириб олади.

* * *

Ошиқни турли ишлар ва тортишишларга, қисқаси, ишқни унуттирадиган нарсаларга овора қил. Бу тадбир кўпинча уларни қийнаётган нарсани унуттиради.

* * *

Тутқаноқнинг сабаби тиқилма пайдо бўлишидир, кўпинча у миянинг олдинги қоринчасига етган зарардан пайдо бўлган умумий тиришиш сабабли вужудга келади.

* * *

Тутқаноқни қўзғатувчи сабабларга гоҳо сиртқи сабаблар ҳам ёрдам беради. Масалан, ҳаддан ташқари кўп ейиш, ичиш ва меъда бузилиши; офтобда кўп бўлиш моддани миягга тортади, чунки бу иш моддаларнинг гавданинг бошқа томонига боришига монелик қилиб, уларни юқорига томон қўзғатади. Жинсий алоқани кўп қилиш, нозу неъмат-

ларга чўмиб тинч ётиш ва бадантарбияни кам қилиш ҳам тутқаноқ сабабларидандир.

* * *

Юрак аҳволини далиллар орқали билиш йўллари саккизтадир: томир уриши, нафас, кўкракнинг тузилиши, кўкракдаги мўйлар, баданнинг ушлаб кўрилгандаги ҳолати, баданда пайдо бўладиган ҳоллар, хулқ, баданнинг кучли ёки кучсизлиги ва турли хаёллар.

* * *

Хафақон юракда пайдо бўладиган учганга ўхшаш бир ҳаракатдир. Унинг сабаби юракка азият берувчи ҳар бир нарса бўлиб, у юракнинг ўзида, ё унинг ғилофида бўлади, ёки юракка у билан ёнма-ён турган ва ҳамкор аъзолардан келади.

* * *

Дориларни кўп истеъмол қилиш ҳам яхши эмас, бунда меъда ўз ишида дорининг ёрдамига одатланиб қолади.

* * *

Билгинки, меъда касалликларининг кўпи ҳазм бузилишидан келиб чиқади. Шунинг учун ҳазм бузилишидан саклан, унинг сабабларидан, яъни миқдори ва табиати тўғри

келмайдиган ва одат бўлмаган овқатлардан ҳамда яхши ҳазмга тўсқинлик қиладиган ҳаводан сақлан. Тўлиқлик меъданинг душманларидандир. Шунинг учун очофат кишининг бадани семирмайди, чунки унинг егани ҳазм бўлмайди ва ундан баданга ҳеч нарса қўшилмайди. Аммо ҳали иштаҳаси бўла туриб, овқатдан ўзини тортувчи киши семиради, чунки меъдаси овқатни яхши ҳазм қилади.

* * *

Ҳамма мазаси ёмон нарсалар меъда учун ёмондир.

* * *

Меъда кучсизлиги деб меъданинг шундай ҳолатига айтиладики, у овқатни яхши ҳазм қила олмайди ва овқатга боғлиқ сабаблардан бирортасининг ҳам бўлмаслигига қарамай, ейилган овқат кишини жуда беҳузур қилади.

Билгинки, меъда кучсизлиги деярли гавданинг ҳамма касалликларига сабаб бўлиши мумкин.

* * *

Меъдада яра борлигига гохо кекирикнинг сассиқлиги ва тилни қуритадиган буғнинг кўтарилиши ҳам далолат қилади.

* * *

Билгинки, овқат устига овқат ейиш ва овқатланиш тартибини бузиш жигарга энг зарарли нарсалардан саналади.

* * *

Ширинликлар жигарга ёқади, уни семиртиради, улғайтиради ва кучли қилади, лекин улар жигарда тезда тиқилмалар пайдо қилади, чунки жигар уларни бошқа хилтларга қўшиб қаттиқ тортади. Шунинг учун жигарида шиш бор киши ширинликлардан сақланиши керак, чунки ширинликлар тезда ўтга айланади ҳамда тиқилмалар пайдо қилади. Тиқилмалар пайдо қилиши сабабли қуюқ ширинликлар, ўтга айланиши сабабли мазаси ўткир ширинликлар жигарга жуда зарар қилади.

* * *

Кишининг ранги кўп ҳолларда жигар аҳволига далолат қиладиган нарсалардандир. Тажрибали табиб жигар ва меъда касаллигига учраганларнинг ҳамасини рангидан билади ва у бошқа бир далилга муҳтож бўлмайди.

* * *

Сариқ касаллигига учраган кишилар учун

сариқ нарсаларга қараш фойда қилади, чунки бу нарса табиатни савдоли моддаларнинг ҳаммасини терига қараб ҳайдашга қўзғатади ва шу билан даволаш иши енгиллашади, дейдилар.

* * *

Соғлиқни сақлаш санъати ўлимдан омон қолдиришга ва гавдани сиртқи офатлардан қутқаришга кафил бўлолмайди.

* * *

Одамларнинг саломатлиги ташқи шароит билан чамбарчас боғланган.

* * *

Агар ҳавода чанг ва тутун бўлмаса эди, киши минг йил яшаган бўларди.

* * *

Соғлиқни сақлашнинг асосий тадбири бадантарбия бўлиб, кейин овқат ва ундан сўнг уйқу тадбиридир.

* * *

Жисмоний машқлар билан доимо мўътадил шуғулланиб борган киши ҳеч қандай давога муҳтож бўлмайди.

* * *

Бадантарбия соғлиқни сақлашда улуғвор усулдир.

* * *

Бадантарбия билан машғул бўлмай қўйган киши тез-тез касалга чалиниб туради, чунки ҳаракатсизлик натижасида кишининг аъзолари заифлашади.

* * *

Бадантарбияга одам иш жараёнида қиладиган ҳаракатлари ва махсус бадантарбия ҳаракатлари киради.

* * *

Уқалаш тўрт хил бўлади: гавдани бакувват қилувчи – кучли, гавдани юмшатувчи – кучсиз, оздирувчи – давомли, гавдани ўстирувчи – ўртача бўлади.

* * *

Уқалашни қаттиқ ва дағал ҳаракатлар билан тамомламаслик керак, чунки у ҳолда аъзолар қотади, бола эса ўсишдан тўхтайди. Аммо балоғатга етган кишиларга бунинг зарари унча эмас.

* * *

Баданнинг ташқи кўриниш офатлари ўтакетган ориқлик ва ўтакетган семизликдир.

* * *

Иссиқ шамол вақтида кимки ташна бўлса, оғзини сув билан чайқаш кифоя қилади, тўйиб ичмайди, тўйиб ичса, ётган жойида ўлади.

* * *

Совуқда сафар қилувчи киши йўлда оч бўлмаслиги керак. У тўйгунча овқат еб, сув ўрнига шароб ичсин. Булар қоринда жойлашиб қиздиргунча сабр қилиб, кейин йўлга чиқмоғи керак.

* * *

Ўсмирларда овқат талаб қилиш ва ҳазм кучлироқдир. Бу ҳам иссиқлик билан бўлади. Аммо иштаҳа иссиқлик билан эмас, балки совуқлик билан бўлади. Шунинг учун "ютоқиш" кўпинча совуқликдан пайдо бўлади.

* * *

Қўлмак сувлар қандай бўлишларидан қатъи назар, меъдага мувофиқ келмайди.

* * *

Шимолда овқат яхши ҳазм бўлади ва кишилар узоқ умр кўрадилар. Тутқаноқ касали у ерларда учрамайди. У ерларда яралар жуда тез тузалиб кетади, чунки у ердагиларнинг гавдалари кучли ва қонлари яхши бўлади.

* * *

Кимки семирмоқчи бўлса ва у тиқилиш пайдо бўлишига мойил бўлмаса, ҳаммомга овқатдан кейин борсин.

* * *

Албатта, қари кишилар қувватларида орқага кетиш бор. Ҳар куни аҳволларида нуқсон бўлади.

* * *

Овқатланишда одатга риоя қилмоқ керак.

* * *

Хомсемиз гавда пишиқ гавдадан кўра оғирроқ овқатни кўтарувчан бўлади.

* * *

Соғлиқни сақловчи киши ўз овқатининг асосий қисмини сабзавотлар, мевалар ва булардан бошқа даво бўладиган овқатлардан бўлишига аҳамият бермоғи лозим.

* * *

Агар таом устига таом тиқиштирилса, кўпинча у оғирлашади, пастга тушади ва ҳазм бўлмай тушиб кетади.

* * *

Ортиқ даражада тўйиб кетиш табиий ҳароратни қамраб олади ва бадан совишига сабаб бўлади. Узоқ давом этган қийин ҳаракатлар ҳам руҳни бўшаштиради, натижада жасад совийди.

* * *

Илиқ сув ҳазмни бузади, таомга бўлган иштаҳани сўндиради, ичган замони чанқовни босмайди. Баъзан истиско, қотмалик ва тананинг сўлишига ҳам олиб келади.

* * *

Агар сув илиқ бўлса, кўнгилни айнитади, ундан иссиқроқ бўлса ва оч қоринга ичилса, кўпинча меъдани ювади ва ични бўшатиб юборади, лекин кўп ичиш ёмон, чунки меъда қувватини бўшаштиради.

* * *

Аъзога ёмон хилт йиғилишидан кўркканнингда, унга ёрдам бериш учун риёзат қилдир.

* * *

Овқатли дориларнинг баъзилари дориликка яқин бўлса, баъзилари овқатликка яқин бўлади.

* * *

Ёмғир суви ҳам яхши сувлар жумласига киради, хусусан, ёзда момақалдироқли булутлардан ёққан бўлса.

* * *

Ёмғир суви энг яхши сув ҳисобланса-да, лекин тез сасийди, чунки у жуда суюқ бўлиб, ер ва ҳавонинг бузилиши тез таъсир қилади.

* * *

Гўшт танани мустаҳкамлайдиган таом бўлиб, у бошқа овқатларга нисбатан қонни тезроқ кўпайтиради.

* * *

Балиқ гўшти ўз табиати жиҳатидан совуқ бўлса ҳам, тузланса қаттиқ қиздирадиган бўлади.

* * *

Таом устига таом тиқиштириш уч важҳдан зарар қилади: унинг дастлабкиси шуки, биринчи овқатдан бўшамасдан туриб, иккинчи

овқат уни ишлашга мажбур қилади. Бу ҳол эса қувватнинг заифлашувига олиб келади.

Иккинчиси – ҳазм бўлган овқат ҳазм бўлмаган овқат билан аралашади ва у билан бирга томирларга ўтиб кетолмай тўхталиб қолади, натижада туриб қолишнинг табиий зарур вақтдан ортиқ бўлиши туфайли овқат сасийди.

Учинчисига келсак, ҳазм бўлган овқат ҳазм бўлмаган овқат билан аралашади ва шу ҳолда томирларга ўтади ва натижада тиқилмаларни вужудга келтиради.

* * *

Овқатни фақат иштаҳа билангина емок ва иштаҳани қайтармаслик лозим.

* * *

Иштаҳа бўла туриб оч туриш меъдани зардобсимон ёмон хилтлар билан тўлдиради.

* * *

Кўп таом ейиш жавҳарда ортикча бўлган овқатдан фойдаланишни камайтиради, майда тешикларда тиқилмалар пайдо қилади, табиий қувватларни сусайтиради. Иситмалар, турли сасишлар, никриз ва бўғин оғриқларини келтириб чиқаради.

* * *

Овқат еб, тўйиб олишга шошилмаслик керак.

* * *

Овқат ҳазм бўлмаслик натижасида бўладиган, шунингдек, қусиш билан бирга давом қиладиган ич кетишдан беҳушликка учраган кишига ҳаммом мувофиқ келади.

* * *

Қувватнинг тушиши гоҳо ҳушдан кетишга олиб келади.

* * *

Уйқу нафсоний ва ҳиссий қувватларнинг ҳаракатлардан дам олишидир.

* * *

Уйқу кучни қўзғатади, баданни чиқиндилардан тозалайди.

* * *

Уйғоқлик узайиб кетса, уйқусизлик пайдо бўлиб, нафсларда ғам ва безовталикни вужудга келтиради.

* * *

Уйқусизлик руҳни ва баданни оздиради, кўрк ва рангларни бузади.

* * *

Уйқусизлик кўзни ич-ичига туширади, овқат ҳазмини бузади. Тафаккур қилишни йўққа чиқаради ва жисмни ориқлатади.

* * *

Уйқу доимо ўз вақтида бўлсин.

* * *

Ҳаддан ташқари кўп уйқу, шак-шубҳасиз, семиз, тўлиқ баданларга зарарлидир.

* * *

Қўрқинчи тушлар ҳамда эсда қолмайдиган тушлар кўпинча совукликка ва ҳўлликка далолат қилади.

* * *

Тишлар ўттиз иккитадир. Гоҳо баъзи кишиларда ақл тиши, яъни тўртта чеккадаги тишлар бўлмайди, унда тишлар йигирма саккизта бўлади.

* * *

Доимо ухлаш олдидан тишларни ёғлаб туриш керак.

* * *

Тишларнинг соғлом туришини севган кишиси саккиз нарсани кўз ўнгида тутиши кекиши

рак. Улардан бири овқат ва ичиладиган нарсанинг меъдада бузилишидан сақланишдир. Иккинчиси, қусишни, айниқса, нордон қусиш одат бўлса, узоқ вақт давом эттирмаслик. Учинчиси, ҳар бир ёпишқоқ нарсани, айниқса, ҳолва ва ёпишқоқ анжир каби ширин нарсани чайнашдан; тўртинчиси, қаттиқ нарсани тиш билан синдиришдан; бешинчиси, тишни қамаштирувчи нарсалардан; олтинчиси, жуда совуқ нарсадан, айниқса, уни иссиқ нарсадан кейин тишга тегишидан ва жуда иссиқ нарсадан, айниқса, уни совуқ нарсадан кейин тишга тегишидан сақланиш; еттинчиси, тишлар орасидаги нарсаларни доимо тозалаб туриш, лекин тишни жуда чуқур кавламаслик ва шу билан тиш илдизидаги ва оралиғидаги этларга зарар етказмаслик керак – ундай кавлаш ораликдаги этни сиртга чиқариб ёки тишларни қимирлатиб қўяди; саккизинчиси, ўз хусусияти билан тишларга зарар қиладиган нарсалардан сақланишдир.

* * *

Болани безовта қиладиган нарса билан унга муомала қилинмасин, чунки у нарса уни ухлашга қўймайди ёки уйқусини ўчириб юборади.

* * *

Сен боланинг ухлашини истасанг, уни юмшоқ бешик ё беланчакдан айирма, яна унга қоронғилик тушиб турсин.

* * *

Агар бола эмишдан кейин ухласа, меъдасидаги сутни чайқатар даражада кўполлик билан бешикни қаттиқ тебратмаслик, балки секин тебратиш лозим.

* * *

Овқатланишнинг энг яхши вақти бола баданига ёғ суриб, иссиқ сувга чўмилтиришдан кейинги пайти бўлади.

* * *

Овқат ҳазм бўлмасдан олдин тушиб кетмаслиги учун болага мумкин қадар овкатдан кейин сув бермаслик керак.

* * *

Болани жуда тўйган ҳолда ухлатмаслик керак.

* * *

Бола организмини мулойимлик билан силаш керак.

* * *

Гўдакларни илиқ сув ичига ўтказ ва аъзоларига мой суртиб тур.

* * *

Гўдакларга қаттиқ жисмоний ҳаракат қилдирма, чунки бу иш иситма чиқаради.

* * *

Мастлик ойда бир марта бўлса, нафсоний қувватлар енгиллашади, ортиқча хилтларни, айниқса, меъдадан тарқатиш билан фойда қилади.

* * *

Қари кишига шароб бериладиган бўлинса, кўтара оладиган миқдорда бер!

* * *

Совуқ сувда чўмилиш ҳар жиҳатдан соғлом кишилар учун фойдали. Ёш, қувват ва ташқи сифатлар ҳамда йил фасли бунга мос бўлиши керак. Совуқ сувда чўмилмоқчи бўлганлар сувнинг унча совуқ бўлмай, ўртача бўлишига аҳамият берсинлар.

* * *

Шифокорда бургутнинг кўзи, шернинг юраги, илоннинг донолиги, аёлнинг қўли бўлиши керак.

* * *

Бемор борки, сўз билан даволаса бўлади.

* * *

Агар таом чексиз лазиз бўлса ҳам,
Кўп емагил, келтиради дарду ғам.

* * *

Эрта саҳарда анор, тушда пиёзли овқат, ётиш олдидан асал есанг, қонинг кўз ёшидек беғубор бўлади.

* * *

Ҳар киши анжир тановул айласа тун-кун мудом,
Кўксидан балғамни ҳайдар, бартараф килғай тамом.

* * *

Гар саримсоқ пишириб, турп бирла еса ҳар киши,
Буйрак тошидан унинг бўлмас ҳеч бир ташвиши.

* * *

Сабзи олиб, сувга солиб, қайнатиб сўнгра уни,
Ким еса асал билан бўлғай уни тоза хуни.

* * *

Шолғом уруғини туйиб, майдалаб,
Асал билан қўшиб қилсанг истеъмол.
Ичингни юмшатар, заҳарни кесар,
Белингни бақувват қилади дарҳол.

* * *

Сурма қўйса ҳар киши кўзига лайлу наҳор,
Кўзидан сув оқмагай ва нури бўлгай беғубор.

* * *

Гар кишининг оғзи куйса, чорасин билмоқ керак,
Тезда кашнич суви бирла ғарғара қилмоқ керак.

* * *

Ҳар кишида барча аъзо зирқираб оғриб юрар,
Ул киши кашничу новвотни еса, дардин қувар.

* * *

Бўлмай десанг гар хомсемиз, кўпроқ ҳаёт,
Сен учга бўл қорнинг ичин – топгунг нажот.

Учдан бир жой нафас учун зарур ҳар он,
Учдан бири емоқ, боқий сувга макон.

* * *

Уйқуси унча яхши бўлмаган кишига баъзан чарчаш, бадантарбия қилиш, ҳаммомга тушиш, овқатдан олдин баъзи бир бошни айлантирадиган дориларни ичиб, кейин овқатланиш ҳам кифоя – у бир зумда ухлаб қолади.

* * *

Кўп ҳолларда бетнинг ранги жигар туфайли сариқ ва оқликка, талоқ туфайли сариқ ва қораликка мойил бўлади, аммо бу доимий бўлмай, баъзан ўзгариб туради. Уриб турган ва тинч турган томирларнинг мизожини билиш учун тилнинг ранги кучли далилдир. Миянинг мизожини билиш учун эса кўзнинг ранги кучли далилдир.

* * *

Тиб шундай бир илмки, у билан одам гавдасининг аҳволи соғлик ва касаллик жиҳатидан ўрганилиб, унинг мавжуд соғлиги сақланади ва йўқотилгани қайтарилади.

* * *

Шоир тилнинг амири бўлганидек, табиб баданнинг шоҳи.

* * *

Мизожни билиш даволаш ишида ёрдам беради.

* * *

Бекорчилик ва айш-ишрат фақат нодонликка олиб келади, айни вақтда, касалликнинг туғилишига ҳам сабаб бўлади.

* * *

Майнинг ози – даво, кўпи – зарар.

* * *

Ўз вақтида, меъёри билан бадантарбия қилган одамга дард яқин йўламайди.

* * *

Бадантарбия кўплаб дори-дармоннинг ўрнини босиши мумкин, лекин бирорта дори ҳам бадантарбиянинг ўрнини босолмайди.

* * *

Жуда тўйиб шароб ичишни тилаган киши овқатни жуда тўйиб емасин, ширин нарса ҳам емасин, балки жўжа гўшти каби енгил гўшт

ва дон солиб пиширилган ёғлиқ оқ шўрвадан озгина ичсин.

* * *

Сафардагилар ҳам манзилнинг сувидан қолган қисмини олиб, уни келган манзилнинг суви билан аралаштириши керак. Мўлжалланган жойга етгунча шундай қилиш энг яхши тадбирдир.

* * *

Бўза ёки совуқ сув кабилар киши ҳаммомдалик вақтида ичилиб қолинса, бадан тешиклари очилиб турган ва йўллар бўшашиб ғоваклашганлигидан, совуқ нарса дафъатан жигар ва юракка ҳужум қилади ва иккаласини қаттиқ совитиб юборади, шу билан ҳар иккисининг туғма ҳарорати тушиб кетади. Ички аъзоларининг барчасини кучсизлантиради ва истисқо касаллигига замин тайёрлайди.

* * *

Шаробнинг хосиятлари рух хосиятига қарама-қарши: у ҳаракатчан, иссиқ, юмшоқ, суюқ, оғир, бўшаштирувчи, куруқ ва ёпишқоқ эмас. Бадан ва руҳнинг роҳати озгина шароб билан бўлади.

* * *

Маст кишидан ақл, ҳаё ва сабр кетади. Мо домики, инсон шулардан ажралар экан, одам гарчиликдан чиқади.

* * *

Шароб заҳарларнинг бири. Агар узоқ оч юрган киши овқат ва ичкиликлардан ҳадда таш қари истеъмол қилса, уларнинг ҳаммаси заҳар бўлади.

* * *

Агар инсон кўп истеъмол қилаверса, заҳар ҳам овқат ўрнини ўтайди.

* * *

Агар шаробдан кўтара оладиган миқдор-да ичилса, овқат едиради, юракни роҳатлан-тиради, рангни тоза қилади, кувват, шижоат ва журъатни оширади, нутқни равон қилади, ақлни мустаҳкам қилади, гина ва бахиллик-ни йўқотади, хушбўй нарсаларни сезувчан ва куйларни эшитишдан лаззатланадиган қи-лади, зеҳнни ўткирлаштиради ва дўстларни эслаттиради.

* * *

Шаробнинг миқдори ичувчининг ўз гавда-сини тута оладиган даражада бўлиши керак.

* * *

Ақлли киши наҳорда шароб ичишдан сақлансин.

* * *

Мияси кучсиз киши тез маст бўлади.

* * *

Балоғатга етмаган болаларни шароб ичишлари ёнаётган кучсиз ўтиннинг алангасига аланга қўшиш кабидир.

* * *

Шаробнинг зарари кўпроқ мияга уради.

* * *

Мия ишининг яхши эканлигини кўрсатувчи белгиларидан бири шуки, у киши шаробнинг буғидан ва биз унга қўшиб баён қиладиган бошқа нарсалардан таъсирланмайди ва шаробнинг латифлаштиришидан ва иссиқлигидан таъсирланиб, зеҳни ортади.

* * *

Табиат жиҳатидан ўзи мойил бўлган ҳар бир нарсага энг кучсиз сабаб ҳам етарли бўлади. Масалан, олтингугурт ёнишга мойил бўлади, шунинг учун у жуда оз олов билан ҳам ёнади, ҳолбуки, ўтин унга қараганда икки баробар кўп олов билан ҳам ёнмайди.

* * *

Нафс шодлантирувчи омиллардан таъсирланишга мойил бўлиб, тайёр руҳга эга бўлса, у энг кичик сабаб билан ҳам севинади. Шунинг учун шароб ичган кишининг хурсандчилиги ошади, ҳатто у ўз-ўзидан севинаяпти деб ўйлайдилар, ҳолбуки, бундай эмас. Чунки бирон нарса таъсир этмаса, бир асар юз бермайди.

* * *

Мастлик вақтида рутубатланиш ортади, натижада нафсоний қувватлар ақлга бўйсунмайди, шу билан бирга, мияга мавжланиб кўтарилувчи буғлар билан аралашиб нафсоний қувват ҳаракати ортади.

* * *

Табибларнинг айтишича, сезгиларнинг бошланиш ўрни миядир.

* * *

Соч мия чиқиндиларидан ўсади.

* * *

Ҳамма дорилар бир-бирига зид қувватлардан тузилгандир.

* * *

Агар барча асаб толалари бош миядан ўсиб чиққанда, бош ҳозиргидан кўра кўп маротаба катта бўлган бўлар ва шубҳасиз, танага уни кўтариб юриш оғир бўлар эди. Ундан ташқари асаб толаларига гавданинг энг узоқ чеккаларига етмоқ учун узоқ масофани ўтишга тўғри келар ва у зарарланиш ва узилиш хавфига дуч келар эди. Асаб толалари узун бўлганда унинг оғир органларини ўз бошланиш жойларига тортиш қобилияти сусайган бўлар эди.

* * *

Агар кишининг ҳаракати енгил, чаққон бўлса, миясининг мизожи аслида иссиқ ё курукдир. Агар у бир оз ялқов ва бўшашган бўлса, миясининг мизожи совуқ ё ҳўлдир. Агар кишида бирон касаллик бўлиб, ҳаракатлари изтиробли – беқарор бўлса, миясининг мизожи бир оз совукдир.

* * *

Баданга дори билан ҳужум қилишдан ўзингни сакла.

* * *

Юракка шодлик берувчи ва уни кувват-

лантирувчи барча дорилар тарёклик[1] хусусиятига эгадир. Бироқ барча тарёкли дори ҳам шодлантирувчи бўлавермайди, чунки уларнинг кўпи жуда иссиқликдир.

* * *

Мушк дориси юракни хурсанд ва қувватли қилишда тарёкдан кўп орқада эмас, бутун аъзони қувватли қилишда эса камчилиги бор, чунки у таъсирни кўпроқ юракка кўрсатади. Унинг кўпроқ қиладиган иши юракка шодлик бериш ва руҳни оёққа турғазишдан иборат.

* * *

Дори агар ширинроқ ва яхши ҳидлироқ бўлса, у фойдалироқ бўлади. Чунки жигар ва бошқа аъзолардаги тортиш қуввати уларни кўпроқ қабул қилади: агар улар овқат хилидан бўлса, руҳ улар билан озиқланади; агар улар дори хилидан бўлса, руҳ улардан тезроқ таъсирланади.

* * *

Агар куз қуруқ келса, касалликлар кўпаяди. Айниқса, куз олдидан иссиқ ёз келган бўлса, чечак кўпаяди.

---

[1] Т а р ё к – заҳарни даф қиладиган дори.

* * *

Енгилроқ сув кўпинча сувнинг сифати яхшилигини билдиради.

* * *

Ғам қуйқа ва хира руҳдан, ғазаб руҳнинг ҳарорати билан тезда алангаланишдан пайдо бўлади. Ғазабнинг тарқалмай туриши қоннинг қуюқ бўлишидандир. Агар куюқ нарса қизиса, тез совимайди.

* * *

Қон қуйқа бўлмасдан, куюқ ва ҳарорати юқори бўлса – бундай қон камдан-кам учрайди – унинг эгаси хафа бўлмайдиган бўлади. Яна ундай киши шижоатли, кучли юракли ва ғазаби оз бўлади. Чунки кўп севинувчи бўлиш ғазабни синдиради, хафачилик эса уни тайёрлайди, чунки ғазаб ҳайдаш ва қайтаришга қаратилган ҳаракат бўлиб, жуда шод бўлиш, лаззатга муносибдир. Лаззатдаги ҳаракат тортиш тарафига йўналган бўлади.

* * *

Шодликнинг кўп бўлиши баданнинг яйраши демакдир. Баъзан ортиқча семириш унга озор беради.

* * *

Хафалик – қайғу баъзан орик кишини ўлдиради ва у озишга мухтож кишига фойда қилади.

* * *

Ҳакимлар кувват билан хакикий истеъдод орасини нозик бир сувратда айирганлар: кувват икки зидда баробар сувратда бўлади, истеъдод эса икки зидда баробар суратда бўлмайди.

* * *

Табиий рух яхши ҳидли нарсалар томон интилади, улар билан кувватланади ва улардан озиқ олади. Табиий кувватлар эса, шубҳасиз, табиий руҳнинг куввати билан кувватланади.

* * *

Ҳайвоний кувват сезгилар ва ҳаракатларнинг эгаси бўлган рух ишини тартибга солади: у рух мияда ҳосил бўлганида, уни сезги ва ҳаракатларни қабул қилишга тайёрлаб, ҳаёт юз берадиган ҳолатга етказади. Бу кувватнинг ўрни ва иши юракда пайдо бўлади. Лекин буюк файласуф Аристотель бу кувватларнинг ҳаммасининг бошланиш ўрнини юрак деб билади.

* * *

Гул хушбўйлиги билан рух жавҳарига ёқимлидир, хусусан, руҳнинг мизожи иссиқлик бўлса, шундай бўлади. Чунки кейинги ҳолда у ўзидаги совуқлиги билан руҳга фойда қилади. Буриштириш руҳни мустаҳкамлайди. Шунинг учун гул суви – гулобни оз-оз тўплаб ичирилса, иссиқдан бўлган беҳушликка ва хафақон касалида жуда фойда қилади.

* * *

Гул барча ички аъзоларга ҳам фойдадир.

* * *

Заъфаронда рух жавҳарини кучли қилишда, нурлантиришда, яхшилашда ва мустаҳкамлаш билан хурсанд қилишда гулнинг кучли хосияти бор.

* * *

Одам мизожи одамдан бошқада бўлмайди.

* * *

Қуруқ ерда яшовчиларнинг мизожлари қуриб кетади, уларнинг териси куриб ёрилиб кетади, мияларига ҳам қуруқлик тез боради. Уларда ёз иссиқ ва қиш совуқ бўлади.

* * *

Очиқ тошлоқ ерларда ҳаво ёзда жуда иссиқ ва қишда совуқ бўлади. У ерда яшовчиларнинг баданлари қаттиқ ва пишиқ бўлиб, мўйлари кўп бўлади. Бўғинлари кучли ва мизожларида қуруқлик устун бўлади. Улар кам ухлайдилар.

* * *

Кўпинча қуёш сафардагиларнинг мияларига зарар қилади, шунинг учун улар бошларини қуёшдан яхши бекитишга ҳаракат қилишлари керак.

* * *

Сафарда иссиқдан зарарланганларнинг кўпи совуқ сувда сузиш ва чўмилиш билан ўз ҳолига қайтади. Лекин совуқ сувда чўмилишга шошилмаслиги, балки озгина сабр қилиш, кейин аста-секин чўмилмоғи керак.

* * *

Маҳси ва қўлқоп оёқ ва қўл қимирламайдиган даражада тор бўлиши тўғри эмас, чунки аъзонинг қимирлаб туриши унда совуқни қайтарувчи сабабларнинг биридир. Сиқилган аъзога совуқ қаттиқ таъсир қилади.

* * *

Куз фасли қотмалик билан оғриган кишилар учун энг зararлик фаслдир.

МУНДАРИЖА

Ал-Алавийга жавоб

«Тиббий маснавий»дан

“Уржуза”дан

Зафарнома

Ҳикматлар

Тиббий ўгитлар

Адабий-бадиий нашр

Шарқ мумтоз шеърияти
дурдоналари

Абу Али ибн Сино

МЕН АНГЛАГАН ДУНЁ

"Sharq" нашриёт-матбаа
акциядорлик компанияси
Бош таҳририяти
Тошкент – 2015

Муҳаррир *Нигора Ўролова*
Бадиий муҳаррир *Толиб Қаноатов*
Техник муҳаррир *Раъно Бобохонова*
Саҳифаловчилар: *Ҳ. Шарипова, М. Атхамова*

Нашр лицензияси AI № 201, 28.08.2011 й.

Диапозитивдан 25.09.2015 да босишга рухсат этилди. Бичими 70x90 $^{1}/_{32}$. «Times New Roman» гарнитураси. Офсет босма. Шартли босма табоғи 9,94. Нашриёт-ҳисоб табоғи 8,36. Адади 3000. 4039-сонли буюртма. Баҳоси келишилган нархда.

**"Sharq" нашриёт-матбаа
акциядорлик компанияси босмахонаси,
100000, Тошкент шаҳри, Буюк Турон, 41.**

ISBN 978-9943-26-404-5