

Малолликни муолажа қиладиган ҳамда мудроқ ва дангасаликни қувадиган баъзи нарсалар

Бўшашиш ва малоллик қуйидаги амаллар билан кетказилади:

1. Сақич чайнаш;
 2. Хонадан ташқарига очик ҳавога чиқиш;
 3. Бир хонадан иккинчи хонага кўчиб жойни алмаштириш;
 4. Совуқ ёки иссиқ сув ишлатиб, енгил ҳаммом қилиш;
 5. Ёқимли ичимлик ичиш;
 6. Енгил таомланиш;
 7. Дўсти ёки бирга ўтирган киши билан гаплашиш;
 8. Шеър ўқиш;
 9. Овоз чиқариб Қуръон тиловат қилиш;
 10. Ўтириш ҳолатини ўзгартириш;
 11. Юриш ёки юқорига чиқиш;
 12. Ўқилаётган китоб ёки мавзуни алмаштириш.
- Шу каби амаллар билан малолланиш кетказилиб, яна кўтаринкилик билан дарсда давом этиш мумкин.

Ҳар бир жисмнинг салоҳияти ва ҳар бир тетикликнинг калити бор. Бу нарсалар оқил иштиёқмандларга сир эмас.

"Уламолар наздида вақтнинг қадри" китобидан.