

РАЗМЫШЛЕНИЕ

ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХИКИ И ДУШИ ЧЕЛОВЕКА

МАЛИК БАДРИ



С введением

ДЖЕРЕМИ ХЕНЦЕЛЬ-ТОМАСА

Малик Бадри

РАЗМЫШЛЕНИЕ

Исследование психики
и души человека

Санкт-Петербург
2022

УДК 130.3

ББК 88в

Книга издается под патронажем
Института интеграции знаний

**Б15 Малик Бадри. Размышление. Исследование психики
и души человека** / пер. с англ. Руфат Гулиев. – СПб.:
Издательство LitoBook, 2022. – 208 с.

ISBN 978-5-6048234-3-9

Contemplation. An Islamic Psychospiritual Study.

ISBN 978-1-56564-566-0 (англоязычная версия)

Малик Бадри в данном исследовании делает попытку рассмотрения игнорирования западной психологией духовного измерения и утверждает, что идея и практика размышления (*тафаккур*) есть мощное средство, соединяющее разум с сердцем и душой.

Данная работа с новаторской парадигмой привлечет широкое внимание и вызовет интерес среди специалистов для анализа и дальнейшего развития идей и теорий представленных и обсужденных в данной книге.

*Взгляды и мнения, выраженные в данной книге, принадлежат
автору и могут не совпадать с мнением издателя*

ISBN 978-5-6048234-3-9



© Институт интеграции знаний,
издание на русском языке, 2022
© The International Institute of
Islamic Thought, 2018

ПРЕДИСЛОВИЕ

«...Мы знаем только то, чему Ты нас научил...»
(Коран 2: 32)

Западная психология развивалась на протяжении десятилетий, позволяя анализировать состояния человека, особенно детские переживания и их влияние на последующую жизнь. Однако это знание человеческой души все еще скорее продукт исторического культурного окружения, т. е. светского гуманистического видения, которое предпочитает видеть разум как машину, которая может быть «понята» и которой могут подражать алгоритмы искусственного интеллекта в компьютере. Разум – куда большее, чем «сумма его частей», не обязательно нечто таинственное, но более связанное с сердцем и «душой», чей значительно больший потенциал и работа внутри человеческого тела требуют дальнейшего изучения.

Ограниченное понимание разума подобно машине видится как безопасная территория, в то время как неисчисляемое может быть несколько пугающим для тех, кто обучен научному методу применительно к области психологии. В западной психологической традиции всегда были высоки ожидания, что со временем загадка человеческой природы будет раскрыта. Некоторыми великими учеными были предприняты похвальные труды на пути понимания разума, но многие вопросы остались все еще неразрешенными. Учитывая рост по всему миру психологических расстройств, таких, как депрессия, беспокойства, страх, самоубийство и многие

РАЗМЫШЛЕНИЕ

другие, с предсказанной тенденцией ухудшения ситуации, совершенно очевидно, что требуется куда больше исследований для понимания человеческой природы. Относительно людей с психологическими расстройствами, требуется развивать более эффективную поддержку и терапию для лечения страдающих. В традиционной западной психологии понимание разума как машины отрицает «духовное» измерение человеческой природы, но некоторые западные психологи начинают признавать то, во что что мусульмане и верующие всегда верили, – человеческий «дух» и его важность для человеческой жизни. Это означает зарождение чрезвычайно вдохновляющей области исследований, которая может принести надежду многим – не только тем, кто страдает от психологических бед, – и поможет другим понять, что такое быть человеком и в лучшие времена, и в самые темные часы.

Малик Бадри в этом впечатляющем исследовании делает попытку рассмотрения игнорирования западной психологией духовного измерения и утверждает, что идея и практика размышления (*тафаккур*) есть мощное средство, соединяющее разум с сердцем и душой. Через размышление, особенно в Боге, мы можем достичь глубин души, чтобы принести утешение и исцеление психологических расстройств, поражающих человечество, которые лучше воспринимать как «болезнь души». Бадри описывает многие элементы размышления, включая его исторический упадок, его особенности в восточных традициях и зарождающийся интерес к этим философским аспектам в современной психологии. Однако именно в исламской традиции размышление становится *тафаккуром*, оно трансформируется в нечто большее, чем исцеление через подавление негативного, в путь самопознания, который становится поиском исцеления через внутреннее видение Бога как объекта наших

поисков и поклонения и внимание на концептуальном понимании и нашем месте в бескрайней Вселенной.

Тафаккур, хотя было бы все же преждевременно называть его дисциплиной, безусловно занимает свое важное и весомое место. Потому что это во всех отношениях как интеллектуальное, так и философское духовное упражнение. И в терминах последнего, для Бадри, это не только путь к исцелению, но и путь к Богу.

В первой арабской редакции *Ат-Тафаккур мин ал-Мушахадах ила аш-Шухуд*, изданной в 1991, как и в первой английской редакции (изданной в 2000) вызвала позитивный отклик и временами оживленные замечания ученых. Многие признавали, что книга усовершенствовала их практику поклонения и верили, что это может иметь тот же эффект и на других. С этих пор книга переиздавалась и пользовалась большим спросом. Она также использовалась как справочник по исламской психологии и образованию для аспирантов в некоторых университетах.

Мы верим, что эта работа с новаторской парадигмой и идеями не только сделает важный вклад в область поведенческих наук, но также привлечет более широкое внимание и вызовет больший интерес среди специалистов для анализа и дальнейшего развития идей и теорий, представленных и обсужденных здесь. Тем не менее следует подчеркнуть, что эта книга не только для специалистов, ученых и интеллектуалов, но интересное и полезное чтение для заинтересованных читателей в общем. Конечно, эта книга для всех, кто интересуется исламским подходом к чрезвычайно актуальной потребности в повторном открытии давно забытых и заброшенных духовных аспектов жизни, которую испытывает современное общество.

Там, где даты проставлены по исламскому календарю (хиджре), они проставлены как г. х. В прочих случаях по григорианскому календарю проставлено н. э.,

РАЗМЫШЛЕНИЕ

где необходимо. Арабские слова записаны латиницей, кроме тех, которые получили общее использование. Диакритические знаки добавлены только в тех арабских именах, которые нельзя считать современными. Английский перевод арабских ссылок принадлежит автору.

С момента своего образования в 1981 г. МИИМ служит основным центром для развития серьезных научных усилий. С этой целью он десятилетиями проводит многочисленные программы исследований, семинары и конференции, публикует научные работы в области социальных наук и теологии, которые на данный момент насчитывают 700 названий на английском и арабском, многие из которых переведены на другие основные языки.

Мы хотели бы поблагодарить Малика Бадри за его сотрудничество на всех этапах издания и Джереми Хенцель-Томаса за его бесценное введение, как и всех тех, кто прямо или косвенно были включены в создание этой книги. Да воздаст им Бог за их усилия.

МАРТ, 2018

ВВЕДЕНИЕ

ДЖЕРЕМИ ХЕНЦЕЛЬ-ТОМАС¹

Переиздание книги Малика Бадри «Размышление: исследование психики и души человека», впервые опубликованной МИИМ в 2000, не могло бы быть более своевременным.

Размышление – спокойная, тихая практика, которая очищает духовное восприятие, повышает осознание божественного присутствия и успокаивает душу. При этом

¹ Джереми Хенцель-Томас – научный сотрудник (и бывший приглашенный научный сотрудник) в Центре исламоведения Кембриджского университета. Член Королевского общества искусств и член исполнительного комитета Ассоциации мусульманских социологов (AMSS UK), он был первым председателем Форума против исламофобии и расизма (FAIR), а также основателем и бывшим исполнительным директором Book Foundation (Книжного фонда), зарегистрированной в Великобритании благотворительной организации, которая работает с партнерскими организациями в Великобритании и США для улучшения понимания Ислама на Западе. В настоящее время заместитель редактора в Critical Muslim, он также на протяжении многих лет ведет регулярные колонки для журналов Islamica и Emel и колонку Credo в The Times. В прошлом преподаватель прикладной лингвистики в Эдинбургском университете, он стремится применить свои академические специальности в области филологии и психолингвистики к современным проблемам, касающимся общественного восприятия Ислама и мусульман, и к продвижению критического осознанного диалога и полилога в социокультурном и образовательном контексте.

РАЗМЫШЛЕНИЕ

она рождает мировоззрение порядка, благоговения и здравомыслия, так необходимые в эти все более смутные и безумные времена. «...о да! ведь поминанием Аллаха успокаиваются сердца...» (Коран 13: 28)

Слово «размышление» выбрано Бадри как перевод арабского *тафаккур*. Он объясняет, что слова «размышление» и «медитация» – «часто используемые синонимы в английских словарях», но слово «медитация» так часто используется в отношении духовности восточных религий, что его применение при объяснении термина *тафаккур* может быть ошибочным». В то время как практика медитации в восточных религиях имеет тенденцию отказа от сознательного мышления, чтобы вызывать «измененные состояния сознания», *тафаккур* есть «когнитивная душевная активность, в процессе которой сознание, чувства и душа объединяются». Хотя эта форма «медитативного размышления» включает «глубокое раздумье и обдумывание», она «исключительно духовная по своей природе». Это утонченная форма исламского поклонения, которая отражает настойчивый призыв Корана к людям думать глубоко и задумываться над видимыми «знаками» (*аят*) Красоты и Величия в Творении и «отраженной Книги Природы», которые доступны человеческому восприятию как доказательства существования Бога и скрытого измерения «Невидимого» (*гайб*). «Мы покажем им Наши знамения по странам и в них самих, пока не станет им ясно, что это – истина» (Коран 41: 53). Высшая познавательная способность *тафаккура* может охватывать такие способности как *тадаббур* (глубокое раздумье) и *тавассум* (наблюдение и понимание знаков природы) и напрямую соединено с развитием высших проницательных способностей восприятия (*албаб*) или «видение сердцем». То есть он идет глубже логических и аналитических процессов, включенных в «критическое мышление» (*ал-тафкир*

ал-накди), т. к. его основное направление есть развитие духовной уверенности или память и сознание Бога (*таква*).

В западной культуре принято ассоциировать грех уныния (один из «семи смертных грехов» в христианской традиции) с ленью и праздностью, но, как Брайан Торн напоминает нам, нужно понять, что скорее обозначало забывчивость «единственной необходимой вещи», памяти о Боге. Существенно, что арабское слово для забывчивости, *нисьян*, родственно слову для обозначения человеческих существ (*инсан*), отмечая, что тенденция забывать укоренена в человеческом состоянии. Торн говорит о «слепом сне», который все более укореняется в жизни современных западных мужчин и женщин, который «быстро становится коллективным неврозом нашей современной культуры», и он пишет о некоторых жертвах, которые попадают в его кабинет для терапии. Можно быть колоссально занятым и находиться очень далеко от состояния лени, но при этом все еще – в состоянии тотальной забывчивости относительно божественно назначенной цели жизни на земле и чувства более глубокого смысла, который оно дает нам. И, конечно, не только «западные» люди страдают этим недугом, потому что он одинаково присущ не только проблемам, с которыми сталкиваются западные общества во власти безудержного материализма, но также многим другим обществам в современном мире.

Книга Торна была опубликована в 2003, и теперь есть неопровержимые доказательства того, что упомянутый им «коллективный невроз» резко обострился из-за стресса и психических заболеваний, включающих тревогу, депрессию, обсессивно-компульсивные расстройства и самоубийство. На самом деле, как Юваль Ной Харари написал в своем последнем бестселлере *Номо Деус*, в настоящее время человек с большей вероятностью совершит самоубийство, чем погибнет в вооруженном конфликте. Это может быть удивительно ввиду

РАЗМЫШЛЕНИЕ

сенсационного освещения насильственных конфликтов в СМИ, которое может создать впечатление, что мы живем в особо опасные времена. Ясно, что существует насущная необходимость признать важность поиска лечения не только для победы над множасьимися случаями насилия, но также над крайним проявлением тревоги, беспокойства, несчастья и отчаяния, которые происходят от несбалансированного стиля жизни во множестве современных обществ, и на Западе, и на Востоке, из-за их отключения от духовных нужд человеческого души.

Первоочередная потребность состоит как раз в использовании более высокого потенциала человеческой души в рамках возвышенного видения духовной психологии, к которой с такой преданностью обращается Малик Бадри в этой книге и которая как никогда актуальна в наше время. Практика медитативного размышления, несомненно, может сделать многое для преобразования людей и создания лучших обществ в рамках этой продвинутой духовной психологии.

С тем уровнем внимания, которое уделяется искажениям Ислама радикальными экстремистами, лишенными гуманизма и даже базового уровня психологического, эмоционального и духовного развития, существует острейшая нужда в том, чтобы возродить целостное понимание богатой традиционной исламской мудрости, которая охватывает в полной мере человеческие способности и гуманистические ценности. Самое главное, это высшие способности разума и сердца, пробужденные через глубокое рассуждение, медитацию и размышление и направленные к поминанию и осознанию Бога, которые точно отражают высший потенциал нашей божественно предопределенной человеческой природы.

В то же время высшие способности размышления должны быть задействованы не только как средства излечения «коллективного невроза» в обществах, которые потеряли чувство высшего смысла и назначения,

или как средства противодействия нетерпимости, фанатизму и жестокости, которые ассоциируются с экстремизмом во всех формах, но также как методология практической духовности для расширения горизонтов тех, чье духовное понимание практики Ислама часто упрощается и ограничивается мелочными устаревшими юридическими постановлениями и ограничительными табу.

Это также имеет особенную важность в те времена, когда очевидная необходимость образовательной реформы для предотвращения распространяющейся интеллектуальной стагнации в мусульманских обществах часто сводится к панацее, которая якобы может быть обеспечена введением «критического мышления». Но, как верно утверждает Малик Бадри, «одной из проблем мусульманского мира является зависимость от Запада во всех сферах современных знаний». В худшем случае мусульманские учителя, как и мусульмане во многих других областях, видят свою миссию как «хромую утку» в постоянных попытках «догнать» «превосходящие» западные разработки и достижения.

Конечно, нельзя отрицать, что существует, безусловно, насущная потребность в возрождении образовательной культуры, которая включает критическое мышление в мусульманском мире, хотя важно добавить, что такая культура определенно не так сильно укоренена и в западных системах образования, как многие думают. Исследования среднего образования в Великобритании и США (двух странах, которые доминируют в мировом рейтинге высшего образования) открыли, что только десять процентов аудиторного времени посвящено любому виду познавательной деятельности высшего порядка, такой как открытие альтернативных перспектив, которые могли бы возникнуть в групповом диалоге. Большинство вопросов направлено только на получение «правильных ответов» в рамках строго предписанной учебной деятельности. Предположения и построения,

РАЗМЫШЛЕНИЕ

на которых строится современная западная образовательная система, являются объектом множества критических отзывов, как например Нила Постмана и Джона Тэйлора Гатто, описавших путь, которым эта система продвигает ложных богов экономической целесообразности и консюмеризма и руководит программой, призванной превращать детей в винтики экономической машины – детей, которые зависимы, подчинены, материалистичны, которым недостает любопытства, творческой жилки, воображения, самопознания, силы интеллектуального запроса и размышления и способности к уединенности.

Всегда есть опасность, что предположительно усиленные навыки «мышления», обозначенные «критическим» или «творческим», отделенные от высшего видения человеческих интеллектуальных и духовных способностей, будут скорее поставлены на службу тем же материалистическим и утилитарным целям, которые лежат в основе школьного процесса и превалирующей идеологии.

Конечно, без понимания полного списка человеческих интеллектуальных способностей, без знания моральных и духовных измерений, которые оживляют подлинное видение человеческого совершенства, обучение способности мыслить редко может выйти за пределы редукционизма, который ориентирован на оттачивание низших интеллектуальных функций – уровня логического рассуждения, аргументов и анализа, которые были и остаются продуктивными на поле научного и технологического совершенствования, но не могут удовлетворить глубинные нужды человеческой души и духа.

Как Мухаммад Асад красноречиво напоминает нам в предисловии к своемуopus магнум «Послание Корана», сам дух Корана и был окончательным источником динамичного возрождения культуры вопрошания в Европе: «Через настойчивый призыв в понимание и

знаниям, он породил среди последователей дух интеллектуального любопытства и независимого вопрошания, результатом чего стала великолепная эпоха обучения и научных исследований, которая отличала мир Ислама на пике его культурной мощи; и культура, т. о. продвигнутая Кораном, проникала бесчисленным множеством способов и дорожек в умы средневековой Европы и дала рост возрождению западной культуры, которое мы называем Ренессансом, ставшим приметой времени и во многом ответственным за рождение того, что мы называем «эрой науки»: эры, в которой мы сейчас живем». Бадри описывает, как «историки, такие как Роберт Брифф, Джордж Сартон, Густав Ле Бон и Уильям Дюронт», признали степень вклада Ислама в развитие западной цивилизации, и отрадно видеть, что за десятилетие с того момента, как он написал это, появилась целая серия влиятельных книг, далее исправляющих европоцентричный уклон в преобладающее мнение о подъеме Запада. Эти меняющие точку зрения исследования включают успешную критику исторических предубеждений Джека Гуди, открытие «того, как арабы изменили западную цивилизацию» Джонатана Лайонса и безупречное исследование Джона Хобсона о «восточных истоках западной цивилизации», включающее ассимиляцию восточных (в основном китайских) изобретений.

Но давайте всегда помнить, что динамичный процесс обучения и вопрошания, порожденный духом Корана, не был ограничен только «рациональной» и «научной» концепцией «просвещения». Еще меньше можно было бы его ограничить только вниманием к техникам рассуждения и аналитического мышления в рамках современных западных моделей обучения «навыкам мышления», даже если лучшие из них действительно стараются включать моральное измерение, которое охватывает то, что психолог Барри Шварц и педагог Роберт Фишер описывают как ряд «интеллектуальных добродетелей»,

РАЗМЫШЛЕНИЕ

которыми обладают идеальные критические мыслители. К ним относится прямота в поиске истины, интеллектуальная честность, приверженность поиску доказательств без предвзятого основания, уважение достоинства и ценности других, умение внимательно прислушиваться к альтернативным взглядам. С мусульманской точки зрения принцип, по которому несогласие попадает в сферу плюралистического дискурса, в котором различные мнения могут быть законно выражены, закреплён в рамках собственно исламской этики и этикета (*адаб ал-ихтиляф*) для участия в вежливых дебатах и спорах в многообразном мире многообразного Ислама, даже если сейчас есть острая нужда для восстановления и более широкого внедрения этого.

Важно отметить, что в исламской традиции способность интеллекта (*акль*) не ограничена основанными на языке коммуникационными или рациональными способностями, которые позволяют нам думать, исследовать, анализировать, определять, различать, концептуализировать, теоретизировать и спорить. Конечно, это не отрицает фундаментальную важность данного измерения *акль*. В конце концов, в Коране сказано, что Бог «И научил Он Адама всем именам...» (2: 31). Мухаммад Асад интерпретирует знание имен как способность логического определения, которое даёт человечеству уникальную возможность приходить к точным и четким концепциям, и именно эта независимая сила концептуализации возвышает Адама и его наследников на уровень выше ангелов. В то же время, однако, способность *акль* охватывает гораздо больше, чем дискурсивное и спекулятивное мышление или *интеллектуализация* (лат. *ratio*, греч. *dianoia*), но достигает высшей функции интеллекта или духовного интеллекта (лат. *intellectus*, греч. *nous*), в которую низшая рациональная способность должна быть иерархически включена. Карим Кроу показал, что один из ключевых компонентов концепции

«интеллекта», выраженного термином *акль*, был «этико-духовный, обучающий тому, как исправить собственную целостность и способствовать процветанию человеческих импульсов, способностей и скрытых сил, с очищенными эмоциями, содействующими работе высшего интеллекта». По Кроу комбинация знаний и понимания и эмоционального, социального и морального интеллекта, который традиционно связывают с термином «мудрость», выражается в «личной порядочности, совести и эффективном поведении». Титус Буркхардт отмечает, что слово *акль* на практике применяется более чем к одному уровню: на высшем уровне оно может обозначать «универсальный принцип интеллекта, принцип, который выходит за рамки ограничивающих условий разума через прямое отражение Универсального Интеллекта». Сирилл Глассе также отмечает, что «в своем наивысшем и метафизическом смысле, как он используется в исламской философии», *ал-акль* есть трансцендентный интеллект, «*интеллект* или *нус*, как он понимается в платонизме и неоплатонизме, и через который человек способен познавать Реальность». Это та способность, которую Коран называет *ал-Рух* (дух), и «делает возможным прямое знание», или «откровение на уровне микрокосма».

В Коране есть ряд стихов, которые увещевают нас в должной мере использовать способности «слуха, зрения и сердца», которые мы обрели для получения знаний о Боге и Его Творении: «И Аллах вывел вас из недр ваших матерей (такими, что) вы ничего не знаете. И Он дал вам слух, зрение, сердца, – может быть, вы будете благодарны!» (16: 78). «Скажи: «Он – тот, кто вырастил вас и даровал вам слух, и зрение, и сердце. Мало вы благодарите!» (67: 23)

Эти способности существуют на разных уровнях: первичные внешние чувства, слух и зрение, взаимодействующие напрямую с окружающей средой через восприятие

и наблюдение, и внутренние способности познания, интуиции и понимания, обозначенные термином *аф'ида* (ед. *фуад*). Мухаммад Асад объясняет, что существительное *фуад* обозначает комбинированную способность «разума-сердца», и сам же дает разные варианты перевода термина в разных стихах как «разум», «сердце» и «знающие сердца». Подобным образом Юсуф Али иногда переводит термин как «сердце и интеллект». «Сердце» здесь – это намного больше, чем сердце настроения и эмоций, оно включает в себя высшие когнитивные и перцептивные способности проницательности, воображения, интуиции и вдумчивого размышления.

Несмотря на все преимущества, которые дает «Век Разума», и то, чем он обязан духу независимого исследования и эмпирического наблюдения, уходящего корнями в исламскую цивилизацию, возвращенную Кораном, Малик Бадри оказывает нам большую услугу, напоминая, что сердце Ислама охватывает прежде всего духовное просвещение, под которым все другие уровни просвещения относятся к природному порядку, а высшее просвещение является одновременно источником и целью подлинного исламского образования в самом широком смысле, как и для всех целостных систем образования в любой культуре, которая стремится воспитывать и «развертывать» (или «развивать» в его первоначальном значении) нашу полную человечность. Это комплексное видение человеческих способностей, которое никогда не отделяет рациональные силы от непосредственного опыта, моральной оценки и духовного развития.

Таким же образом подзаголовок («Исламское исследование психики и души человека») к работе Бадри раскрывает его центральный тезис о том, что «психология превратилась в одну из общественных наук, которая смогла извлечь пользу из исламского вклада», относящийся к «изучению человеческой души во всем ее потенциале». И наконец, Бадри показывает жесткие

ограничения и противоречия влиятельных модернистских школ психологии, отрицающих существование души, воспринимающих людей скорее как машины, реагирующие на внешние раздражители.

Как объяснено в блестящем Введении к первому изданию книги, «автор решил освободить себя от всякого давления и влияния поведенческих школ психологии», которое «значительно ограничивает человеческое интеллектуальное поле деятельности в комплексе с его остальными способностями и сводит их к простому стимулу и реакции... чтобы превратить психологию в строго экспериментальную науку». Бадри подтверждает то, что сказал известный британский ученый Сирилл Берт, а именно, что «современная психология лишилась рассудка, после того как потеряла свою душу и свою сознательность». Первоначальное Введение добавляет, что «автор осуждает попытку материалистов превратить психологию в материальную науку... и заключить человеческое поведение в узкие теоретические рамки», опровергая их утверждение что «разум есть не что иное, как отражение внутренних процессов в химии мозга и его электромеханических реакций».

В то время как Бадри признает, что парадигма стимул-реакция «может объяснить некоторые аспекты простого обучения», он проясняет, что она может предложить немного или вообще не предложить помощи в нашем понимании таких полей, как «социальная психология, гуманистическая психология, восприятие, изучение языка», и «глубокие внутренние и комплексные аспекты человеческого поведения». Точно так же и традиционная нейропсихиатрия «уменьшает значимость сознательного мышления, свободы выбора» и моральных и духовных стандартов, лежащих в основе того, что значит быть человеком в полной мере. Как он отмечает, «биологический детерминизм в своей преувеличенной форме утверждает, что все нормальное и ненормальное

РАЗМЫШЛЕНИЕ

из того, что совершают люди, полностью управляется унаследованными генами, нервной системой и врожденной биохимией».

В добавление к развенчиванию бихевиористских и нейропсихиатрических школ «светской» западной психологии, которые сводят людей к «простым механизмам, находящимся под властью природных стимулов», Бадри также решительно отвергает «чрезмерное упрощение всего комплекса когнитивных действий и чувств», представленное «фрейдистским психоанализом», исходя из которого «наши сознательное мышление и чувства есть всего лишь обман защитных механизмов подсознания и эгоизма».

Так же как критика Бадри ограниченного подхода трех западных школ бихевиоризма, нейропсихиатрии и психоанализа, важно и то, что он идет дальше, привлекая внимание к тому факту, что даже многообещающая «современная когнитивная революция» все еще ограничена «тройкой компонентов: психологического, биологического и социокультурного, объясняющих поведение человека и его ментальный процесс», и продолжает игнорировать «духовный компонент» в рамках внутренней сознательной познавательной деятельности. «Реальная революция в психологии, включает он, произойдет тогда, когда она обретет свою “душу” и высвободит себя из рамок ограниченных научных и медицинских моделей», чтобы стимулировать «повторное открытие давно забытого и упущенного духовного аспекта» жизни людей в светских «современных обществах». Титус Буркхардт в полном согласии с этим в своем эссе о «Современной психологии» в сборнике «Зеркало интеллекта» пишет: «Современной психологии совершенно не хватает мерила, позволяющего помещать аспекты или тенденции души в их космический контекст».

Иллюстрация этого ограничения представлена работой шведского клинического психолога Жана Пиаже.

Работая вне рамок бихевиоризма, Пиаже оказал ключевое влияние на поле психологии развития. В его теории человеческого развития, основанной на его длительном изучении мыслей, языка и интеллекта детей и взрослых, он очертил ряд стадий, начиная от инфантильного уровня «сенсомоторного интеллекта», который доминирует на протяжении первых двух лет жизни и заменяется и трансформируется с возрастом более мощными, отвлеченными, интеллектуальными путями познания – в частности, «формальными операциями» гипотетико-дедуктивного мышления и построения теории. Когнитивный психолог Гай Клакстон отмечает, что есть неявное предположение в «теории стадий», развитой Пиаже, что высшая форма интеллекта – это владение разумом и логикой, и его влияние на ряд поколений педагогов привело к тому, что школы, даже начальные школы и детские сады, видят свою работу в отучивании детей зависеть от своих чувств и интуиции и побуждать их как можно быстрее становиться «рассуждающими и объясняющими». Некоторые психологи, занимающиеся вопросами развития и педагогики, выделяли диалогическое рассуждение и диалектику как вершины познавательного развития в силу достоинств пути, на котором критическое взаимодействие с рядом аргументов и точек зрения придает толерантность двусмысленности и принятию противоречий, конструктивных противостояний, парадоксов и асинхронностей.

Эти интеллектуальные способности, безусловно, крайне важны, особенно в наши времена, когда разумные аргументы находятся под растущей угрозой, исходящей от дезинформации и бинарного мышления, которое приводит к идеологической поляризации, но они все еще игнорируют то, что Бадри называет «духовный компонент». С исламской точки зрения и, конечно, с позиции любой духовной традиции вершина человеческого когнитивного развития не может быть сведена только к уровню

РАЗМЫШЛЕНИЕ

абстрактного рассуждения, логики и диалектического мышления, не важно насколько «тонкого и сложного», хотя, как я предположил в свое время, определенные достижения когнитивной психологии могут способствовать восстановлению «духовной психологии», которая уважает человеческие способности в полной мере.

Относительно «реальной революции в психологии», которую с надеждой ожидает Бадри, мне полагается сослаться кратко на «глубинную психологию» Карла Юнга, работа которого (после разрыва с Фрейдом) вполне может рассматриваться как «ложная заря» такой революции, несмотря на его признанное влияние на философию и религиоведение. Бадри обсуждает «принижение сознательного мышления» в классическом фрейдистском психоанализе, который «видит поведение человека как полностью определяемое бессознательными половыми и агрессивными импульсами» и отмечает, что «Фрейд считал саму религию иллюзией и массовым неврозом». Однако, как объясняет Буркхардт, хотя «Юнг нарушил определенные строго материалистические рамки современной науки, влияния, которые просочились через эту брешь исходили от низшей сферы психики, а не от Духа». Даже для Юнга «метафизика была всего лишь спекуляцией в пустоте, а точнее – иллюзорной попыткой психического выйти за пределы себя». Другими словами, нет признания «Я» как трансцендентного принципа, но только лишь как результата психологического процесса. И надежда, что Юнг, возможно, стал предвестником высшей духовной психологии, окончательно разбита его заявлением, что психоанализ представляет «единственную форму инициации, все еще пригодную в современные времена!».

Так же, хотя Юнг пошел намного дальше Фрейда в своем понимании важности снов, его видение никогда не достигало духовного горизонта, который может охватить высший уровень снов как божественного

вдохновения. Конечно, видение Юнга пошло дальше, чем обедненный психоаналитический взгляд на сны, описанный Бадри как «желание исполнения бессознательных импульсов» или как «способ, которым мозг избавляется от ненужной информации», или «бессмысленные, случайные нервные импульсы, которым мозг пытается придать смысл». Тем не менее, даже хотя это более амбициозно, он может достичь только «архетипического» уровня, все еще крепко укоренного в «коллективном бессознательном», а не в трансцендентном измерении метафизического.

Это приуменьшение духовного потенциала человеческого существования, который Бурхардт рассматривает как превалирующий «психологизм» редукционистских западных подходов к описанию человеческих способностей, решительно противоположен выразительным стихам Корана, которые противопоставляют бессознательные импульсы сознательному разуму, пониманию и восприятию. «И пришла всякая душа, а с нею погонщик и свидетель, Был ты в небрежении об этом, и Мы сняли с тебя твой покров, и взор твой сегодня остр» (50: 21–22). Здесь мы призваны сдерживать наше эго и свидетельствовать о нашем высшем призвании, чтобы полностью осознавать, как отмечает Мухаммад Асад, соперничающую (*ка'ид*) природу «двух основных движущих сил внутри человеческой природы».

С одной стороны, есть то, что «погоняет» (*са'ик*), – наши первичные инстинктивные побуждения, чрезмерные аппетиты и безудержные желания, включенные, как предлагает Асад, в современный психологический термин «либидо», и можно добавить, что это не нужно понимать в узком фрейдистском смысле «сексуального влечения», но может быть определено в более широком юнгианском смысле как «психическая энергия», проявляющаяся в виде бессознательных импульсов побуждений и желаний. Асад дальше отмечает что это «либидо»

РАЗМЫШЛЕНИЕ

часто символизируется как *шайтан*, и его можно идентифицировать с низшим уровнем *нафс*, *нафс ал-аммара*, принуждающее или повелевающее «я».

С другой стороны, в этом противостоянии двух противоборствующих сил есть, как объясняет Асад, наш разум, «и интуитивный, и рефлексивный», наше свидетельство (*шахид*) истины через пробуждение более глубоких слоев нашего сознания, «поднятие покрывала, которое приводит к внезапному и яркому восприятию собственной моральной реальности». И это сознательное пробуждение охватывает всю совокупность наших высших способностей – рациональных, эмоциональных, перцептивных, моральных и духовных.

Несмотря на ограничения, которые Бадри верно приписывает «современной когнитивной революции» в «светской» психологии, наиболее очевидные из которых это упорная неспособность охватить измерение человеческой души и ее духовные потребности, он действительно отдает должное направлению когнитивной психологии в изучении психических процессов. Как он пишет, «область когнитивной психологии, в своей чистой форме, была в центре внимания ранних школ психологии, до того как бихевиоризм занял доминирующую позицию», и поэтому имела дело с «сознанием людей, их чувствами, содержанием их мыслей и структурой разума». Благодаря достижениям когнитивной психологии было изучено многое о различных человеческих способностях, и новейшей когнитивной науки, в областях внимания, памяти, восприятия, решения проблем, творчества, множественного интеллекта, мышления и использования языка. Вклад этих достижений в ряд других современных психологических дисциплин, таких как психология развития, образовательная, социальная психология, психология личности и психопатология, так же как и психолингвистика, был и остается

очень существенным. На ум приходят работы Гарднера, Гоулмана, Стернберга, Клакстона и Канемана.

Тем не менее, как отмечает Бадри, духовная психология имеет дело с активацией тех способностей, которые отвечают за духовное просвещение, и «если мусульмане желают идти духовным путем истинных верующих в их трансцендентном путешествии к уровню духовного просвещения и глубокого познания (*шухуд*), они не смогут найти занятие лучше, чем глубокое медитативное размышление».

В то же время можно отметить, что духовное развитие также критически зависит от того, что Пророк Мухаммад (да пребудет над ним мир) называл *джихад ал-акбар*, война с низшим я, в терминах ранее упомянутых строк Корана 50: 21–22, битва с *нафс ал-аммара*, принуждающим и повелевающим «я». Принимая во внимание эмпирические открытия когнитивной психологии по выявлению распространенности быстрого, зависимого мышления, основанного на фиксированных идеях и автоматических рефлексках, мы можем обнаружить многое, что поможет нам понять, как наши неисследованные предрассудки, навязчивые идеи и предрассудки мешают нам реализовать полный потенциал человеческих существ, наделенных, как Коран повторяясь говорит нам, «слухом, зрением и сердцами». Более того, «Поистине, Аллах не меняет того, что с людьми, пока они сами не переменяют того, что с ними» (13: 11). Процесс строгого самоанализа может быть облегчен пониманием, полученным из западной когнитивной психологии, но он уже предустановлен в традиционной исламской практике *мухасаба* (самоотчет), ретроспективном процессе честной самокритики, через который мы стремимся взять на себя сознательный контроль над нашим собственным развитием и трансформировать себя для лучшего. Осознание наших обусловленных и компульсивных особенностей с психологической точки

зрения, объединенное с признанием наших недостатков через практику *мухасаба* – это хороший пример пути достижения творческой взаимодополняемости между дисциплиной когнитивной психологии и традиционной исламской психологической и духовной практикой.

Ни одно из этих соображений не предназначено для отвлечения нас от глубокой оценки самой сути книги Бадри – его описание необходимо духовной природы медитативного размышления (*тафаккур*). В Предисловии к первому изданию отмечается, что Бадри считает эту форму исламского размышления предпочтительной перед другими практиками вроде трансцендентальной медитации, которая привлекла многих западных последователей за последние несколько десятилетий XX века, но еще раз стоит подчеркнуть другой, более современный контекст, который требует изучения, а именно, факт возрастающей популярности на Западе практики «осознанности» со времени публикации первого издания.

Корень подлинной «осознанности» – это буддийская практика глубокой медитации, направленная на достижение духовного «просветления», но как и с некоторыми другими духовными практиками, взятыми из восточных религий, вроде йоги, на Западе появилась тенденция ослаблять их трансцендентное духовное назначение, заключающееся в повышении осознания Божественной Реальности, и поворачиваться в сторону терапевтических средств для достижения «хорошего самочувствия» (или, как в случае с йогой, физического набора упражнений на растяжку для улучшения гибкости или «общей силы»). Конечно, нельзя отрицать что практика осознанности все еще имеет значение как способ привлечь внимание к настоящему моменту или даже как средство снятия стресса, депрессии, тревоги и даже психозов и наркозависимости, но его исконное назначение сосредоточено на Боге и превосходит его использование только как светской и научной техники

для снижения стресса и негативного поведения. Менее всего была она предназначена, как получилось в ее самой упрощенной форме, для увеличения «личной эффективности» или достижения большего успеха в мире! Она даже используется в корпоративных и военных сферах, чтобы повысить концентрацию и ясность. Здесь мы видим банальное, материалистическое присвоение возвышенной духовной практики для возрастания человеческой силы, примитивную практику, в которой Бог полностью забыт или не имеет значения.

Обозначив это, давайте не будем вводить неразрешимое противоречие между Исламом и «Западом», даже если есть важные отличия между редукционистскими «светскими» техниками для улучшения «самочувствия» и аутентичными практиками размышления, укорененными в религиозной традиции, которые нужно отметить. Конечно, есть множество западных практиков медитации, которые искренне ищут духовное, стремясь работать на высшем уровне из возможных, так же как есть множество участников общин верующих, включая мусульман, чьи религиозные практики не идут далее формального соблюдения доктрины, предписанных ритуалов и правовых запретов и которые не участвуют в какой-либо форме глубокого памятования Бога или размышлении, как высшей форме поклонения. Ибн Аббас пишет, что Пророк говорил: «Размышление в течение одного часа лучше, чем поклонение в течение целой ночи», в то время как по словам других авторитетов «Размышление в течение одного часа лучше чем поклонение в течение целого года».

Так же как мы хотели бы избежать жесткой дихотомии между Исламом и «Западом», стоит также отметить, что если категорически противопоставлять «восточные» и «исламские» формы медитации и размышления, то можно упустить реальное сходство между ними. Бадри верно оценивает «глубинное познание» как

РАЗМЫШЛЕНИЕ

один из пунктов назначения «трансцендентного путешествия» при содействии *тафаккура*, он также считает, что через такие практики можно достичь «духовного просветления», а это звучит очень похоже на конечную цель медитативного созерцания в буддизме или школах Веданты, которые направляют дух к реализации конечной метафизической реальности.

Такое сближение глубоко исследовано Резой Шахом Каземи в новаторской книге «Общее основание ислама и буддизма». В предисловии к этой вдохновляющей работе Мухаммад Хашим Камали объясняет, что она «развивает свежие идеи в учении Корана и Сунны», говоря, что буддисты могут с исламской точки зрения рассматриваться как последователи явленных Писаний и поэтому могут считаться *ахль ал-китаб* («людьми Писания»).

В своем предисловии к той же работе, Гази ибн Мухаммад лаконично выявляет заметные сходства и параллели между исламом и буддизмом: «Вера в Абсолютную Истину (*ал-хакк*), которая Абсолютно Едина» и «Источник Благодати и Руководства человеческими существами», вера, что «каждая душа подотчетна принципу справедливости в загробной жизни», вера, что «моральным долгом является проявлять сострадание и милосердие ко всем», вера, что «человеческие существа способны к сверхрациональному знанию», источник и спасения в предстоящей жизни и просветления в этом мире; вера в «эффективность и необходимость духовной практики в форме молитвы, медитативного размышления или призывания» и вера в необходимость «отрешенности от эго и страстных желаний».

Относительно монотеизма Шах Каземи демонстрирует, как буддийские писания, *Удана*, подтверждают единство высшей реальности тем же путем, как первое свидетельство Ислама подтверждает, что «нет Бога, кроме Аллаха». То, что описывается как Единый Абсолют

в Коране, метафизически идентично тому, что описано Буддой как «несмешанный».

Таким же образом индуистская философия и религиозная практика адвайта-веданты («не-двойственной»), одного из классических индийских путей духовной реализации, может считаться полностью монотеистической если считать Брахмана вечной, неизменной метафизической реальностью, высшей, окончательной и исходной реальностью, которая создала и поддерживает все, что существует.

Глубокое уважение к практике молитвы и размышления в христианстве было, конечно, предписано мусульманам Пророком, чьи договоры с христианами свидетельствуют (как недавно открыл Джон Эндрю Морроу), что он приказывал мусульманам активно защищать христианские общины «до конца Мира». В меньшей степени отмечается тот факт, что существенные параллели между Исламом, буддизмом и адвайта-ведантой в их вере в эффективность и необходимость духовных практик (не важно, в форме молитвы, медитативного размышления или призывания) подчеркивают то, что есть особые направления в исламских мистических традициях, которые резонируют с медитативной практикой на самом высоком уровне в некоторых восточных традициях. Приходит на ум практика *муракаба*, характерная для большинства суфийских орденов. Она имеет значение «наблюдение», «присматривание», «забота о» и относится к «духовной внимательности» (перевод Джеймса Морриса) или глубокой медитации, с помощью которой послушник наблюдает или заботится о своем духе или духовном сердце, и через нее достигает более глубокого знания и любви Творца. Описание *муракаба* Ибн Араби отождествляет эту способность с внутренней восприимчивостью «слушающего сердца», которое открыто прямому божественному наставлению, отпускает непрерывный поток мыслей и истинно ищет прибежища

РАЗМЫШЛЕНИЕ

только у одного Бога. Это внутренняя тишина и очищение сердца, которые также лежат в основе большинства медитативных практик во многих религиозных и духовных традициях.

С характерно конкретной образностью Джалал ад-Дин ал-Руми уподобляет развитие внутренней чуткости при слушании сердца открыванию «окна» к Богу. Комментируя традиционные описания восторга Пророка от совершения ритуальных молитв, он пишет:

Световое окошко моей души открыто из-за чистоты,
[через него] достигает [меня] без посредничества по-
слание Господа.

Послание, дождь и свет через световое окошко
Падают в мой дом от моего рудника.

Адом бывает тот дом, который без светового окошка;
Корень веры, о раб, в проделывании окошка.

(*Маснави*, III. 2401–2405, перевод по О.М. Ястребовой,
под ред. А.А. Хисматулина).

Это описание окна, которое может быть открыто как через практику поминания (*зикр*) или медитативного размышления (*тафаккур*), так и в полностью сознательной практике ритуальной молитвы. Как ал-Газали говорит: «Когда память о Боге прорастает в сердце, человек достигает состояния искренности (*ихлас*), и вся личность меняется».

Малик Бадри проделал большую работу, возродив глубину и бескрайние границы исламской практики размышления. Введя в оборот высшую степень способностей, включенных в *тафаккур*, он отмечает путь для восстановления духовно возвышенного, полностью человеческого и истинно целостного видения Ислама, которое, помимо всего, имеет потенциал вдохновлять мусульман следовать их высшему призыву и через это служить всему человечеству.

Да приведет нас Аллах к этому вдохновляющему видению и более высокому призванию.

ОТ АВТОРА

Эта работа значительно отличается от оригинала на арабском языке, поскольку я внес некоторые поправки, включая название книги, и дополнения в объеме более пятидесяти двух страниц, а это составляет почти половину от объема арабского оригинала.

Подготовка книги для англоязычного читателя требует некоторого изменения в содержании и стиле: необходимо сделать правильный перевод стихов Корана и высказываний пророка Мухаммада (да благословит его Аллах и приветствует)¹, а также выражений из прекрасной арабской прозы и поэзии. Действительно, арабский язык очень ясный и точный, в нем используются слова и выражения, которых в английском языке попросту не существует. Например, я не смог найти точный английский эквивалент к ряду религиозно ориентированных арабских выражений, описывающих тонкие внутренние чувства, подобно *хушу*. Этот термин происходит от глагола *хаша‘а* и означает состояние полной покорности до той степени, когда человек становится неподвижным, тихим, полным благоговения и подчиненным воле Бога. Для мусульманина это носит элементы чувственной оценки и осознания величия Бога, смешанные с чувством любви, покорности и благоговейного страха. В арабо-английских словарях этот термин часто переводится просто как «покорность», хотя «покорность» в арабском языке – это *истислам*, а не *хушу*, поскольку человек может полностью покориться могущественной силе без чувства любви или

РАЗМЫШЛЕНИЕ

полного понимания ее величия; он может даже ненавидеть ее! Таким образом, *хушу* неизбежно означает «благочестивая покорность» и ничего больше. Другой пример возможной путаницы из-за перевода, это слово *яхбит*. В арабском языке смысл его следующий: признание человека самому себе в том, что есть люди лучше него, что он завидует им и желает походить на них, но при этом он не хотел бы, чтобы эти лучшие люди лишились того, что имеют. Это считается добрым чувством. Но если чувства и мысли человека носят разрушительный характер и он желает, чтобы другой человек потерял то, что имеет, тогда это считается, безусловно, греховным чувством и обозначается по-арабски *хасад*. Точное различие между этими хорошим и плохим чувствами в английском языке не существует, и там невозможно найти подходящее слово для выражения чувства ревности с позитивным смыслом или хотя бы не греховным. Таким образом, мне пришлось пересмотреть много материала, чтобы удостовериться в том, что мои мысли изложены правильно.

Тафаккур, а это является центральной темой данной книги, также не имеет точного английского перевода. Два слова, которые наиболее близки к нему по значению, а именно «meditation – медитация» и «contemplation – размышление», не придают термину *тафаккур* его истинно исламское значение. Читатель позже заметит, что *тафаккур*, подобно «медитации» и «размышлению», означает «глубокое раздумье», но цель этого размышления исключительно духовная по своей природе. Это высокая форма поклонения Богу посредством глубокого понимания и оценки Его творений во Вселенной. Слова «meditation – медитация» и «contemplation – размышление» – часто используемые синонимы в английских словарях, хотя «meditation – медитация» обычно используется в значении размышления в духовной сфере. Тем не менее термин «медитация» так часто

использовался в отношении духовности восточных религий, что его применение при объяснении термина *тафаккур* может быть ошибочным. Это, в частности, тот случай, когда мы знаем, что медитативные процедуры восточных религий склонны жертвовать трезвым мышлением для обретения различных состояний духовного понимания. В то время как *тафаккур*, будучи исламской формой поклонения, есть когнитивная душевная активность, в процессе которой сознание, чувства и душа объединяются. Именно по этой причине я предпочел использовать в названии книги термин «contemplation – размышление» вместо «meditation – медитация». Следует также отметить, что всякий раз, когда встречаются слова «размышление», «медитация», «глубокое раздумье», «обдумывание» или слова, близкие им по значению, они являются наиболее подходящими для выражения термина *тафаккур*.

Я сознательно избежал подробных определений и сложных семантических различий некоторых других арабских терминов, подобно «духу» (*рух*), «душе» (*нафс*) и «сердцу» (*калб*), потому что в этом случае понадобилось бы написать отдельный том, что отвлекло бы читателя от того простого послания, которое я хочу до него донести. Хотя я не подписываюсь под концепцией ал-Газали о том, что все эти термины относятся к одной духовной сути и что разные термины отвечают за разные функции, которые они выполняют, я все же согласился с этим в своей книге.

Я хочу завершить свое вступление, выразив признательность сотрудникам офиса МИИМ в Хартуме (Судан), которые позволили мне для написания оригинального арабского издания воспользоваться источниками из их библиотеки. В частности, я хотел бы упомянуть о директоре Абдаллахе Макки, а также о госпоже Ситтане Хамад, которая записала всю книгу от руки под мою

РАЗМЫШЛЕНИЕ

диктовку, поскольку в 80-х годах никто из нас не имел компьютерной грамотности!

Я признателен руководству МИИМ за принятое им решение перевести мою книгу на английский язык, сотрудникам Лондонского офиса за усердную работу по редактированию книги и за то, что помогли мне обратить внимание на упущения и пункты, нуждающиеся в более ясном толковании. Я также крайне признателен профессору Абдул-Вахиду Лу'лу'а за то, что он взялся выполнить такую трудную работу, как перевод моей книги.

Я бы также хотел выразить признательность Доктору Джереми Хенцель-Томасу за ценное и обширное введение ко второму изданию, предлагающее интеллектуальные и вдохновляющие идеи, из которых читатели почерпнут пользу и которые проложат путь к их собственным открытиям и понимаю аргументов, которые я привожу в работе.

Наконец, я хочу посвятить эту книгу благословенным душам трех женщин, которые сформировали мою жизнь: моей матери Нафисе и двум моим тетям – Маймуне и Сакине.

Малик Бабикир Бадри
СТАМБУЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
САБАХАТТИН ЗАИМ, ТУРЦИЯ

МАРТ, 2018

Размышление: психология в современной перспективе

РАЗМЫШЛЕНИЕ В ИСЛАМСКОЙ ПЕРСПЕКТИВЕ И СВЕТСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Может показаться нелепым обсуждение исламского размышления (*тафаккур*), являющегося одной из самых возвышенных форм поклонения в исламе, с точки зрения современной западной психологии – дисциплины светской и весьма привязанной к культуре, наполненной псевдознаниями и прикрытой престижным покрывалом науки. Тем не менее поскольку основная часть мусульман и большинство мусульманских студентов – будущих психологов на Востоке все еще ослеплены всем тем, что экспортируется им с Запада, я решил начать книгу именно с этой главы. Надеюсь, такая постановка будет весьма полезной мусульманским лекторам, которые все еще преподают исламскую этику по западным психоаналитически ориентированным учебникам на тему психологии религии. Хотя они считают, что тем самым исламизируют психологию, на самом деле, возможно по незнанию, секуляризуют ислам! Поскольку большинство читателей этой книги, вероятно, не знакомы с современной западной психологией, я намеренно упростил мое описание. Подобно этому, я решил, что глубокая критика современной психологии с исламской

РАЗМЫШЛЕНИЕ

перспективы размышления как формы поклонения будет слишком скучной для обычного читателя.

Размышление как исламская форма поклонения может вначале рассматриваться в рамках недавнего интереса западной психологии к медитативным практикам и их способности приводить к измененным состояниям сознания. Хотя исламское размышление может вызывать расслабляющий эффект медитации, что будет показано ниже, тем не менее оно все же отличается от всех других форм медитативных практик, заимствованных из восточных религий, в которых основная цель размышления носит более когнитивный и интеллектуальный характер. В исламском методе размышления измененные состояния сознания не означают конец процесса, поскольку целью является более глубокое ощущение понимания того, что Бог является Творцом и Опорой Вселенной. Поэтому всестороннее психологическое обсуждение исламского способа размышления попадет в рамки когнитивной психологии, где придется затронуть и психологию самого мышления.

Область когнитивной психологии, в своей чистой форме, была в центре внимания ранних школ психологии, до того как бихевиоризм занял доминирующую позицию.

В тот период психологию использовали главным образом для исследования сознания людей, их чувств, мыслей и структуры ума, и процесс изучения рассматривался только с таких позиций. Поведенческая школа представила совершенно новый подход, в котором изучение могло быть рассмотрено через стимулы и видимые реакции и стало основой психологии; чувства, компоненты разума и процесс мышления рассматривали вопросы, которые не могли быть в прямом поле зрения, и методы, используемые для их изучения (такие как самоанализ, наблюдение и описание внутренних процессов) критиковались как неопределенные и ненадежные

и не поддавались контролю с помощью экспериментальных исследований. Таким образом, сторонники поведенческой школы, желавшие превратить психологию в точную экспериментальную науку подобно физике и химии, свели свою работу к явлению феномена, наблюдаемого в лабораторных условиях, и реакциям, которые могли быть подвергнуты контролю и измерению, стать центром их экспериментальных и научных работ. С другой стороны, когнитивные и эмоциональные процессы, протекающие внутри человека, рассматривались подобно закрытому черному ящику, содержимое которого невозможно увидеть, на что, следовательно, и не стоило тратить время. Таким образом, в представлении сторонников поведенческой школы, люди были всего лишь машинами, дающими при определенном стимуле ответную реакцию, которую можно было контролировать и предсказывать. Такой подход автоматически устранял вопрос о размышлении из сферы психологического исследования.

Эта попытка подражания физическим и биологическим наукам путем игнорирования духовных и внутренних когнитивных процессов внутри человека, бесспорно, была начата Дж. Уотсоном – главным основателем бихевиоризма. Он отмечал, что людей следует рассматривать не более чем как животных и что они отличаются от других животных только различными формами поведения.

Чтобы соблюдать рамки научного подхода, психологи должны позволять себе изучать людей методами, не отличающимися от методов изучения животных. Он пишет, что:

бихевиоризм пытается решить один вопрос: применить к экспериментальному изучению человека те же самые методы и тот же самый язык описания, которые многие исследователи нашли

РАЗМЫШЛЕНИЕ

подходящими в течение многих лет при изучении более низших, чем человек, животных. И тогда мы бы поверили, как верим и сейчас, что человек есть животное, отличающееся от других животных лишь формами поведения. Чистый факт говорит о том, что если, будучи психологом, вы хотите сохранить научный подход, то должны описать поведение человека теми же словами, какими описываете поведение быка, которого забиваете¹.

Попав под влияние этого ограниченного взгляда и чувствуя опору, а также следуя учению И.П. Павлова объяснять все условным рефлексом, сторонники поведенческой школы продолжали определять любое умственное или психологическое действие человека через взаимосвязь стимула и реакции. Даже процесс умственной деятельности объяснялся сетью взаимосвязей стимула и реакции и считался не более чем разговором с самим собой.

Основной целью дегуманизации людей было придание этому понятию научного характера. Другими главными целями были секуляризация западных обществ и их освобождение из плена религии. В этой связи Уотсон оказался явно недоволен тем фактом, что люди не желают, чтобы их относили к классу животных, и наивно полагают, что их создал Бог и есть вторая жизнь после смерти. Он отмечал:

Люди не хотят, чтобы их классифицировали как класс животных. Хотя они готовы признать, что являются не просто животными, но и «чем-то еще вдобавок». Это самое «чем-то еще» и является корнем проблемы. В нем заключено все, что классифицируется как религия, жизнь после смерти, нравственность, любовь к детям, родителям, стране и т. д.²

Из всего того, что было сказано, очевидно, что бихевиоризм категорически отрицает, будто врожденная природа людей является благой или злой, и то, во что они верят, не является ни правдой, ни ложью. Подобно сухому листочку в ветреный день, их природа, ценности, убеждения всецело определяются окружающими их стимулами; в бихевиористской концепции нет места каким-либо общим духовным нормам или нравственным ценностям. Она также исключает всякое упоминание о свободе выбора человека и его способности принимать решения на основе осознания духовных и нравственных ценностей. Говорить о размышлении и внутренних когнитивных духовных представлениях и чувствах в рамках такой психологии представляется возможным. Известный британский невролог Джон Эклз поддерживает эту критику бихевиоризма, говоря, что в течение долгой темной ночи господства бихевиоризма «слова – «разум», «сознание», «мысль», «намерение» и «убеждение» считались «грязными», не позволительными для использования в «вежливой» философской беседе. По иронии, самые явные философские непристойности явились новым классом слов из четырёх букв – «mind», «self», «soul», «will» – «разум», «сознание», «душа», «воля»³.

Хотя другие доминирующие взгляды и школы психологии, такие как психоанализ и взгляд биологии, имели и до сих пор имеют сильные разногласия со сторонниками бихевиоризма, они находятся в полной гармонии, когда вопрос заходит о секуляризации и принижении функции сознательного мышления. Классический психоанализ Фрейда, например, видит поведение человека как полностью определяемое бессознательными половыми и агрессивными импульсами. Поведение, означающее, что сознательные идеи людей, размышления, решения и рассуждения их есть ничего больше, нежели побочные продукты глубокого подсознания, о котором

РАЗМЫШЛЕНИЕ

они и не подозревают. Фрейд считал саму религию иллюзией и массовым неврозом!

Традиционная психоневрология, которая основана на органицистском биологическом подходе, также уменьшает значимость сознательного мышления, свободы выбора и неизменных духовно-нравственных качеств человека. Биологический детерминизм в своей преувеличенной форме утверждает, что все нормальное или ненормальное из того, что совершают люди, полностью управляется унаследованными генами, нервной системой и врожденной биохимией. Как отмечает один исследователь, за каждую плохую или извращенную мысль или поступок отвечает извращенная молекула в мозге человека. Теоретически они полагают, что эти внутренние биологические процессы взаимодействуют с окружающей средой подобно программе на жестком диске компьютера: если вам удастся узнать обо всех подробностях и факторах, то вы сможете точно предсказать будущее поведение человека. Следовательно, они объясняют многое из нравственного поведения человека, что религия всегда считала его сознательным выбором и за что он несет ответственность в свете несокрушимого биологического детерминизма. Например, с помощью ряда исследований была предпринята попытка доказать, что сексуальная распушенность, гомосексуализм и лесбиянство – глубоко затаенные биологически запрограммированные стремления человека и поэтому людей нельзя обвинять за следование инстинктам, рожденным их генами.

Если изучение исламского размышления с психологической точки зрения имеет дело с внутренней сознательностью и когнитивными мыслями человека, его чувствами, тогда эти три доминирующие перспективы западной психологии (бихевиоризм, психоанализ Фрейда и нейропсихология) в данном вопросе тоже практически беспомощны. Действительно, две перспективы

рассматривают людей в качестве механических созданий, управляемых внешними стимулами или биологическими и биохимическими факторами, а согласно третьей перспективе наши сознательное мышление и чувства есть всего лишь обман нашего бессознательного и защитных механизмов эго. Таким образом, неудивительно, что эти психологические школы со своими попытками чрезмерного упрощения всего комплекса когнитивных действий и чувств, несмотря на то, что пользовались уважением в течение многих лет, объясняя человеческое поведение научным путем, все же не смогли предоставить удовлетворительных результатов. Оптимизм 50-летней давности сегодня уже рассеялся, а социальные и психологические проблемы западных обществ, вероятно, единственные переменные, в своем резком скачке превзошли экономическую инфляцию. Их поражение неудивительно, поскольку психология человечества, со всем своим комплексом переменных и духовных аспектов, никогда не могла быть принижена до уровня химических и физических данных лабораторных экспериментов.

Точные дисциплины, такие как физика и химия, достигли удивительных успехов не только в результате длительного периода исторического развития – как некоторые психологи уверяют нас, – но также, что более важно, из-за своего чисто материального характера. Эти две дисциплины сформировали основную базу измерений и комплексных теорий для объяснения поведения материи и энергии и их взаимодействия. Два фактора «материя» и «энергия» являются фундаментальными, потому что без концепции атома и его компонентов – протонов и электронов – экспериментальные науки не смогли бы достичь многого. То же самое можно сказать и о клетке как об основной единице в биологии, или о генах – в вопросах исследования наследственности.

РАЗМЫШЛЕНИЕ

Тем не менее в психологии комплексная натура человеческого поведения и его нематериалистический характер не принимают во внимание подобные базовые элементы или концепции, лежащие в их основе. Всякая попытка отвергнуть этот факт неизбежно оканчивалась неудачей и быстро предавалась забвению. В качестве примера мы можем принять концепцию условного рефлекса, чтобы проиллюстрировать эту проблему, т. к. она считалась одной из самых простейших концепций в психологии и поддерживалась многими сторонниками бихевиоризма.

Что такое условный рефлекс? Голодная собака слышит звон колокольчика и сразу же получает немного высушенного мяса. Процесс повторяется до тех пор, пока у собаки при звоне колокольчика не начинается выделение слюны. Это слюноотделение, вызываемое искусственным стимулом – звоном колокольчика, называется условным рефлексом. Он может быть легко применен и к людям, подобно тому, как они учатся рефлекторно реагировать на вспыхнувший свет коленным рефлексом или щуриться при звоне колокольчика. Хотя этот феномен был описан ранними мусульманскими учеными, такими как Ибн Сина и ал-Газали, впервые он был изучен экспериментально известным русским физиологом Иваном Петровичем Павловым.

Познание путем условного определения может однозначно объяснить некоторые аспекты простых учебных навыков, но в психологии это не может считаться серьезной основой, потому что многие области психологии не основываются на таких простых взаимосвязях, как «стимул – реакция». Например, социальная психология, гуманистическая психология, восприятие, изучение языка и подобные сферы не могут быть упрощены до условной парадигмы «стимул – реакция». Точно так же глубокие внутренние и комплексные аспекты человеческого поведения не могут быть объяснены законами

условностей и условным рефлексом. Например, как можно объяснить «любовь», используя стимул и условные рефлексы? В комплексной природе этого явления нет места для подобного разделения.

Те же трудности не позволили психологии сформировать всеобщую теорию подобно теории относительности Эйнштейна в физике или теории эволюции Дарвина. Хотя недавние научные открытия выявили определенные изъяны в теории Дарвина, она все еще служит в качестве общей биологической теории. Некоторые ученые направления в современной психологии, такие как психоанализ, гештальтпсихология и учебная теория пытались сформулировать всеохватную теорию, но безуспешно, и их усилия стали лишь частью истории западной психологии⁴.

Очевидно, что последовательные неудачи были логическим следствием безрассудных усилий современных психологов превратить свою дисциплину в экспериментальную науку путем игнорирования внутренних чувств людей, сознания, разума и ментальных процессов, поскольку ранее они лишили их души и духовной основы. Этому деформированному подходу с самого начала противилась группа дальновидных ученых, таких как часто цитируемый британский психолог Сирил Бёрт, некогда сказавший, что психология потеряла свою душу, затем свой разум, и в конечном счете – свое сознание, как будто готовила себя к окончательной гибели⁵.

ИСЛАМСКОЕ РАЗМЫШЛЕНИЕ И КОГНИТИВНАЯ РЕВОЛЮЦИЯ

Нельзя не удивиться, увидев падение этой искаженной картины человечества в современной психологии, без того чтобы не заметить, как долго западные психологи пытались ее удержать. Психологии пришлось подвергнуться полной революции, чтобы суметь восстановить

РАЗМЫШЛЕНИЕ

свой «разум» и заново обнаружить и проявить свои внутренние сознательные когнитивные процессы. Это есть современная когнитивная революция. Ученые стали проявлять больше интереса к функции мышления и внутренним когнитивным процессам приблизительно с середины XX столетия, но психологии понадобился не один десяток лет, чтобы признать поверхностность бихевиоризма в представлении «стимул – реакция» и антинаучный, искаженный характер теорий сторонников психоанализа. Это ознаменовало возврат к изучению внутренних ментальных процессов, применяемых людьми при анализе и классификации информации, поступающей извне.

Такое новое направление в психологии имеет огромное значение, т. к. показывает ценность размышления как с точки зрения религии, так и с точки зрения науки. Хотя этот когнитивный подход можно считать возвратом к ранним этапам психологии, используемые в нем методы намного более продвинуты и зависят от технологий, специально разработанных для изучения когнитивных проявлений человека, от новых достижений нейронауки и, что более важно, от компьютерной революции. Специальные исследования в этих дисциплинах уже выявили ограниченность концепции человека как машины, принятой бихевиоризмом. Эта концепция была заменена новой, где человек выступает как «информационный процессор».

Когда современные ученые сравнивают способность людей мыслить, их внутренние когнитивные и эмоциональные процессы и человеческую память с компьютером, то они подтверждают факт, что человек получает различные стимулы извне, затем кодирует их, классифицирует и хранит в своей памяти, для того чтобы в случае необходимости обратиться к ним вновь. В этой простой аналогии получение информации извне соответствует печатанию на клавиатуре компьютера или подпункту

каким-то другим образом; центральная обрабатывающая база с загруженной в ней программой соответствует разуму с его внутренней когнитивной деятельностью, подобно мышлению или чувствам. И ответные реакции ментального или поведенческого характера, исходящие от человека, соответствуют тому, что компьютер показывает на мониторе. Компьютер реагирует по-разному, в зависимости от того, какая клавиша нажата согласно специально используемой программе. И точно так же люди реагируют по-разному на каждый стимул, когда этого требует внешняя среда. Следуя той же самой логике, когда мы знаем точно о том, какая программа загружена в наш компьютер, мы должны стремиться узнать, какая «программа» загружена в наше сознание, поскольку именно она заставляет нас думать, чувствовать и верить таким образом, как это происходит. В итоге простая бихевиористская концепция, состоящая в ограничении исследований в психологии до уровня стимулов, приводящих к ответным реакциям, не дала однозначного объяснения.

Интересно отметить, что, хотя психология и другие общественные науки продолжают поддерживать светский редуccionистский взгляд на природу человека, они все же сменили картину представления своего человека в соответствии с прогрессивными достижениями в технологии. Эта компьютерная модель человека явно более реалистична, нежели бихевиористская, поскольку пытается восстановить «разум» и «сознание» современной психологии (хотя ей все же пока не хватает правдивого духовного исламского видения человечества). Западная психология пока находится под влиянием устаревшей ограниченной «научной» модели. Более того, смена парадигмы в психологии, как в других общественных науках, не приводит к реальной революции. Философ Томас Кун, который популяризировал концепцию «парадигмы» и стал автором «Структуры

научных революций», сказал, что более развитые науки имеют парадигмы, а психология – все еще нет⁶.

Это очевидная правда, поскольку в развитых науках «смена парадигмы» приводит к революции, где новая парадигма свергает старую и заменяет ее так же, как теории Эйнштейна полностью преобразовали Ньютонovu физику. В психологии и других общественных науках новые парадигмы – если можно их так назвать – вызывают большой энтузиазм, привлекая к себе много сторонников, но при этом они не вытесняют старые парадигмы, которые продолжают жить и, спустя несколько лет, периодически расцветают. Таким образом, хотя когнитивная революция вызывает большие изменения в современной психологии, ее все же нельзя считать реальным восстанием против ранних концепций.

Реальная революция в психологии произойдет тогда, когда она обретет свою «душу» и высвободит себя из рамок ограниченных научных и медицинских моделей, чтобы создать картину человеческой природы. Действительно, взаимодействие биологических, психологических и социально-культурных факторов для создания «комплексного» человека как существа, обладающего поведенческими и ментальными способностями – утверждаемое западной психологией и поныне, – никогда не сможет быть таким же простым, как взаимодействие водорода, кислорода и углерода, происходящее в процессе фотосинтеза, когда растения получают солнечную энергию для того, чтобы произвести молекулы глюкозы из углекислого газа и воды.

Тем не менее даже революция когнитивной психологии, которая пыталась высвободить дисциплину из рамок ограниченного подхода, все еще ограничивает себя этой тройкой компонентов: психологического, биологического и социокультурного, объясняющих поведение человека и его ментальный процесс. Она также отвергает и духовный компонент, несмотря на рост фактов

в современной науке относительно значимости именно этого компонента. Ограничивая себя этими тремя компонентами, т. к. им легче дать определение по сравнению с духовным компонентом, или просто путем игнорирования духовного аспекта только потому, что он уходит корнями в религию, современная психология будет оставаться сомнительной, неэффективной и потерянной. Это похоже на ожидание образования глюкозы через процесс фотосинтеза при использовании трех элементов – углерода, водорода и кислорода, но при этом, исключая участие солнечной энергии по причине того, что она более «возвышенная» и менее реальная. Тем не менее следует отметить, что, даже не беря во внимание духовный фактор веры и несмотря на развитие знаний, изучение этих внутренних ментальных процессов всегда будет оставаться высокой сферой, где стимулы и их ответные реакции, причины и их эффекты взаимодействуют таким образом, который не поддается любым изощрённым методам наблюдения или измерения.

РАЗМЫШЛЕНИЕ И ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

Изучение внутреннего психологического и ментального мира человека ставит нас лицом к лицу с одним из самых сложных вопросов, возникших перед человеком: как связаны между собой разум и тело? Ответом на этот вопрос является совокупность философских идей, религиозных верований, психологических исследований, биологических и органических исследовательских открытий о человечестве в целом и человеческими разумом и нервной системой, в частности. Обсуждение этого вопроса в любых подробностях не является целью данной книги. Но мы не можем не сказать о главном противоречии, относящемся к нашему изучению вопроса об исламском размышлении с точки зрения нынешних психологических исследований.

РАЗМЫШЛЕНИЕ

Хотя мы знаем очень мало о деятельности человеческого мозга, материалисты считают, что человек не обладает «разумом», если только это слово не используется в значении материального «мозга» внутри черепа. Они также считают, что то, что мы называем «мыслящий разум», есть отражение и преобразование минутных изменений в химии мозга и его электрохимических нервных импульсах. Их оправданием является то, что, действительно, и мышление людей, и весь их образ меняются, когда мозг получает повреждение. Эта позиция явно поддерживается сторонниками бихевиоризма и другими светскими психологами.

Возражающая им группа утверждает, что существует «разум», который контролирует мозг и, конечно, поведение и мышление человека. Во главе этой группы стоит невролог Джон Экклз, который получил Нобелевскую премию за свои выдающиеся исследования нервной системы. Он и поддерживающие его ученые утверждают, что их исследования деятельности человеческого мозга и нервной системы могут быть полностью объяснены существованием «разума», «сознательной души» или, как называет ее Экклз, «самосознания»⁷. Далее, они утверждают, что этот нематериальный объект полностью контролирует нервную и поведенческую активность человека. Если бы мозг был единственным объектом, управляющим человеческими когнитивными процессами и поведением, как заявляют материалисты, то ни один человек не выступал и не смог бы противиться решению, принятому его мозгом. Но это не то, что нас сейчас заботит. Действительно, если, например, мужчине направить электрический импульс в определенную часть двигательной зоны коры головного мозга, он ответит резким движением своей руки; если ему будет сказано не двигать своей рукой и затем электрический импульс повторить, то обнаружится, что его рука снова движется, независимо от него. И если этот

процесс повторять, то человек может попытаться остановить движение с помощью другой руки. Это можно проверить экспериментально. Экклз возражал: если мозг был бы единственным контролирующим органом, тогда субъект не проигнорировал бы то, что ему приказал мозг; тем не менее поскольку суть не в этом, тогда что же заставило руку совершить движение и что попыталось остановить ее? Очевидно: мозг заставил сделать движение, а сознание попыталось остановить ее.

Экклз и ряд других ученых часто рисуют картину взаимосвязи между транслирующей станцией и телевизионным приемником, для того чтобы объяснить взаимосвязь между сознанием и мозгом. Согласно Экклзу, нематериальное самосознание постоянно сканирует, проверяет и контролирует мозг⁸. Если мозг поврежден или если человек находится в бессознательном состоянии, то его мозг будет продолжать выполнять свою функцию, но результат будет зависеть от качества и эффективности получения мозгом информации. Точно так же, если в телевизоре возникает техническая проблема, то создаваемое им изображение будет искаженным или может полностью исчезнуть. Таким образом, считать, что в этом процессе задействован только мозг, – наивная концепция, подобно той, как маленькие дети верят, что люди и изображения, появляющиеся на экране, находятся внутри самого телевизора! То же самое заявила моя четырехлетняя племянница Амина, когда я сказал ей, что наш гость Хамид Умар ал-Имам был выдающимся шейхом, который каждое утро читал нараспев Коран на радиостанции Омдурмана. Она спросила: «Ну, дядя, как же может такой большой человек залезть внутрь нашего маленького приемника?»

В большом труде «Человек и его мозг», который Экклз написал вместе с выдающимся философом Карлом Поппером, автор почти соглашается с религиозной

РАЗМЫШЛЕНИЕ

верой о вечности души. Как и подобает ученому, далекому от необъективности, убежденный в своих исследованиях о существовании самосознания, он спрашивает себя: что происходит с этим сознанием после смерти?

В конечном счете мы подходим к основному вопросу: что происходит после смерти? Мозговая активность полностью прекращается. Самосознание, которое существует автономно, в некотором смысле... тут же обнаруживает, что мозг, который оно сканировало, проверяло и контролировало так эффективно на протяжении долгой жизни, не дает больше никаких сообщений. Что происходит после этого – и есть главный вопрос⁹.

Как утверждал Эклз, то, что происходит в мозге после смерти, есть основной вопрос, продолжающий преследовать ученых и простых людей. Он всегда будет ставить нас в тупик и не иметь ответа, потому что Бог установил, что знание об истинной природе духа, или души, о том, как она взаимодействует с телом и что происходит с ней после смерти, будет строго охраняемой тайной, скрытой от нас в этом мире. Действительно, знание о том, что произойдет после смерти, неизбежно раскрыло бы тайну нашей души, и, если бы это произошло, все религиозное убеждение об этой жизни как о месте испытания не имело бы смысла. Когда пророка Мухаммада спросили о духе, он получил следующее откровение: «Они спрашивают тебя о духе. Скажи: “Дух от повеления Господа моего. Даровано вам знания только немного”» (Коран, 17: 85). Таким образом, знание об истинной природе души недостижимо. И по этой причине ислам побуждает мусульман во время исполнения молитвы концентрировать свои усилия на том, что достижимо. А посему получить полный и окончательный ответ на этот вопрос невозможно.

Некоторые ученые считают, что попытка решить данную задачу путем чисто биологического подхода может быть легче, и с научной точки зрения она решается быстрее, нежели с точки зрения более неуловимых философии, религии или психологии. Тем не менее правда состоит в том, что биологический подход является не менее сложным, а фактически он может быть даже более сложным, поскольку глубокие исследования в биологии и физике часто находят завершение в философии и духовности. В своей ценной книге «Психология ума» В. Уттал говорит, что все современные исследования и открытия о функциях человеческого мозга ни насколько не приблизили нас к решению вопроса взаимосвязи между разумом и телом¹⁰. Фактически они просто добавили новые вопросы, а основные вопросы, задававшиеся во времена Аристотеля, более чем 2000 лет назад, все еще ждут своего ответа.

Другой вопрос, появившийся в результате биологических исследований о взаимосвязи тела и разума, состоит в следующем: какую роль играет сердце во взаимодействии с мозгом и в формировании поведения нервной системы? Согласно Джозефу Пирсу, автору наводящей на размышления книги «Конец эволюции», человеческое сердце рассматривается как нечто большее, чем простая насосная станция; это орган, который направляет ответные реакции мозга. В сердце были обнаружены нейропередатчики, играющие важную роль в функционировании мозга. Пирс говорит: «Действия в сердце предшествуют действиям как тела, так и мозга. Мы знаем сейчас, что сердце контролирует и управляет мозговыми действиями через гормональный медиатор и, возможно, более тонкую связь потоков квантовых энергий»¹¹.

Если это правда, тогда искусственные пластические сердца не смогут выполнить то, что выполняет реальное или трансплантированное сердце. Это также означает,

что человек с трансплантированным сердцем будет вести себя неким образом аналогично своему донору. И наконец, должно быть научное доказательство в пользу предполагаемого нелокализованного воздействия или «дистанционного управления» сердца мозгом и телом.

Касательно первого вопроса Пирс ссылается на авторитет хирурга, оперирующего на сердце, впервые выполнившего операцию по его трансплантации – Кристиана Бернарда. Хирург сказал: «Мы должны забыть об идее искусственного сердца, поскольку это орган, который является намного большим, чем обычная насосная станция»¹².

Касательно второго вопроса Пирс подтверждает, что, хотя сердце управляется энергией более «высшего» порядка (или «духом», согласно исламскому убеждению), поведение «людей, которым трансплантировали сердце, часто определенным образом удивительно напоминает поведение их умерших доноров»¹³. А касательно возможности нелокализации, он указывает читателям на убедительные эксперименты, в которых две клетки, взятые из сердца, рассматриваются под микроскопом.

В первом эксперименте, где клетки изолированы друг от друга, они фибриллируют, пока не умрут. Тем не менее когда подобные же клетки располагаются рядом друг с другом, они координируют и бьются в унисон:

Им не нужно касаться друг друга; они коммуницируют через пространственный барьер... Наше сердце, состоящее из миллионов таких клеток, действующих в унисон, находится под руководством высшего, нелокализованного интеллекта... То есть мы обладаем как физическим сердцем, так и высшим «универсальным сердцем», и наш доступ к последнему... удивительно зависит от предыдущего»¹⁴.

Согласно Пирсу, когда мы находимся в глубоком духовном размышлении, мы извлекаем информацию из нашего духовного универсального сердца, которое воздействует на наше физическое сердце, а оно в свою очередь находится на связи с нашим мозгом и воздействует на наши когнитивные действия. Это в некотором отношении очень похоже на взгляды Абу Хамида ал-Газали в его монументальной работе *Ихья улум ад-Дин* («Возрождение наук о вере»), в которой он ясно заявляет, что хотя духовное сердце (*калб*), которое есть контрольный центр души, отличается от физического сердца человека, его функционирование связано с ним и управляется им. Таким образом, мы можем увидеть, как биологическая тема переходит в религиозный диалог¹⁵.

Тем не менее Уттал считает, что, несмотря на все недавние достижения в науке и технологии, мы все еще находимся в неведении о том, как нервная система обеспечивает людям наличие сознания и ощущение бытия, которые являются для них самыми важными обладаниями. Об этом, как я считаю, действительно следует поразмышлять в свете вопроса о сотворении и сущности самого размышления, всех его психологических, духовных и поведенческих аспектов. Эти вопросы лаконично выразил суданский поэт Юсуф Башир ал-Тиджани, который в своей поэме «Пророки правды» обращается к разуму:

*О Господь, окажи Свою мне милость, как чувствуется
Рука Твоя, подобно скрытому, таинственному
талисману,*

*Тобой ли в вечности разумом названа? Кто же
жизнь придумал и направил?*

*Господь, окажи Свою мне милость: этот разум,
кто же скрытным от нас его сделал?*

*Бытие его от него же и скрыто, стал ли он во времени
чем-то иль остался сущностью?*

РАЗМЫШЛЕНИЕ

О разум, о иллюзия разума, претендуешь ли на большее ты?

*О силы, что стирают, и жизнь создают, и могут мир лишь в пепел и пыль весь превратить*¹⁶.

Язык: ГЛАВНОЕ СРЕДСТВО РАЗМЫШЛЕНИЯ

Несмотря на сложность проблемы, исследования в области когнитивной психологии раскрыли много тайн человеческой внутренней интеллектуальной и ментальной деятельности и показали, как они связаны с языком. С помощью современных компьютерных технологий стала возможной разработка упрощенных программ для того, чтобы разобраться в методах, применяемых в человеческом сознании при классификации информации. Было, например, обнаружено, что язык является не только средством речи и общения, но также и основной системой, используемой в процессе мышления. Без законов, которые контролируют способ передачи через словесные символы – фактические и абстрактные значения, люди не смогут развивать абстрактное представление. Они не смогут использовать ни свои чувственные восприятия, ни способность воображать в памяти различные типы событий, которые они пережили в прошлом, с тем, чтобы связать их с настоящим и извлечь из них возможные решения возникших проблем. Мышление фактически использует такие символы через когнитивные процессы.

Ряд исследователей, подобно Уорфу, который сформулировал «лингвистический релятивизм», считают, что некоторые особенности языка, используемого какой-то группой людей, являются фактором, определившим то, как они мыслят, и то, как они воспринимают реальности своей жизни. Таким образом, структура и другие аспекты языка считаются главными факторами, определяющими восприятие мира каким-либо обществом.

Давайте рассмотрим более подробно идею значимости языка. Если бы это было абсолютной или даже частичной правдой, то мы могли бы точно так же рассмотреть особенности арабского языка, его влияние на арабов и причины Божественного выбора этого языка для ниспослания Корана и донесения Послания ислама всему человечеству. Бог говорит: «Ведь Мы – Мы ниспослали напоминание, и ведь Мы его охраняем» (Коран, 15: 9). Это означает, что Он охраняет откровение, а, следовательно, и арабский язык. В этой связи египетский ученый Аббас Махмуд ал-Аккад обсуждает некоторые аспекты арабского языка, его словарь, фонетику и фонематику:

*Человеческая разговорная система является наивысшим музыкальным инструментом, который ни одна древняя или современная нация не использовала так совершенно, как арабская нация, поскольку при создании своего алфавита она взяла весь фонетический состав. Таким образом, именно эти особенности языка сделали арабскую поэзию совершенным искусством, независимым от других искусств*¹⁷.

Согласно ал-Аккаду эти качества отсутствуют в других языках, ибо «арабское красноречие подняло органы речи человека до такой высшей точки, которая еще никогда не была достигнута им в выражении себя с помощью букв и слов»¹⁸.

В *Ал-фусха: лугат ал-Кур'ан* («Классический арабский: язык Корана»), Анвар ал-Джунди упоминает качества арабского языка и его значимость в распространении ислама:

Действительно поразительно – увидеть, как этот ясный язык (арабский) растет и развивается, достигая совершенства посреди пустыни, и причем

РАЗМЫШЛЕНИЕ

у нации кочевников. Этот язык превзошел другие языки своим богатым словарем, точными значениями и прекрасной структурой. Этот язык был неизвестен другим нациям. Но когда он стал известен, он предстал перед нами в таком совершенном виде, что едва ли претерпел с тех пор какие-либо изменения. Касательно этапов своего существования: у этого языка не было ни периода детства, ни периода старости. Мы едва ли знаем что-либо об этом языке, кроме его непревзойденных завоеваний и побед. Мы не можем найти ни одного языка, подобного этому, который предстал перед учеными в таком совершенном и полном виде и без чередования гласных, сохраняя структуру чистой и безупречной. Распространение арабского языка охватило самые большие территории и самые отдаленные страны¹⁹.

ОТ КОГНИТИВНЫХ ДЕЙСТВИЙ К УСТОЯВИМЫМ НОРМАЛЬНЫМ И АНОМАЛЬНЫМ ПРИВЫЧКАМ

После этого отступления о значимости языка в качестве основной системы для мышления, мы обращаемся к исследованию психологов и ученых, занятых в компьютерной сфере, к результатам их попыток понять внутреннее когнитивные действия человека. Обе стороны заняты исследованием способностей человека анализировать, классифицировать и хранить информацию в памяти, с тем чтобы обращаться к ней в случае необходимости. Эти специалисты провели много детальных исследований, чтобы рассмотреть процессы, используемые человеком во время его мышления, при решении проблем; и затем, используя эти данные, они создали различные программы, имитирующие когнитивную деятельность человека. Некоторые даже создали программу,

которая пытается имитировать образ мышления невротиков и психически нездоровых людей при их восприятии окружающей среды и адаптации к ней. Эти исследования прояснили многие аспекты, которые бихевиористы предпочли проигнорировать, поскольку считали, что невозможно проникнуть в глубины этого процесса. Было даже создано много теорий и разъяснений, бросающих вызов наивной концепции психологии о связи стимула и реакции. Эти исследования также открыли окно мусульманским психологам, для того чтобы последние более серьезно могли изучать вопрос о значимости размышления и поклонения, сопровождающихся при этом связанной с ними внутренней ментально-когнитивной деятельностью. Психотерапевты и психологи извлекли пользу из этих когнитивных исследований, результаты которых раскрывают внутреннее мышление человека, его чувства и правила формирования, поддающегося наблюдению нормального и аномального поведения человека.

Как было упомянуто ранее, бихевиористы отмечают роль окружающей среды как единственного предмета воздействия, ответственного за развитие человеческой личности. Это означает, что они верят: стимулы окружающей среды напрямую ведут к поведенческим ответным реакциям. Когнитивные психологи, с другой стороны, больше заинтересованы значением, которое произвели эти эксперименты. Они считают, что эксперимент не вызывает ответную реакцию автоматически, за исключением случаев с рефлексам – подобно рывку руки при касании горячей поверхности. Различные ответные реакции, влияющие на мысли людей, убеждения, добровольные решения и видимые стороны поведения исходят из предыдущих представлений, эмоций и событий, которые придают смысл последующим внешним стимулам. Другими словами, это именно то, о чем думают люди, что оказывает влияние на их убеждения,

РАЗМЫШЛЕНИЕ

чувства и последующее поведение. Если их мысли о сотворении и щедротах Всемогущего, их вера будет крепнуть, их поступки и поведение тоже улучшатся; если сознание занято мыслями об удовольствиях и желаниях, люди будут отвлекаться от своей религии, и их поведение ухудшится. И если их сознание занято страхами о крушении надежд, неудачах и регулярно находится под влиянием пессимизма, они окажутся в сильной депрессии и в других психологических расстройствах. Поэтому когнитивные психологи концентрируют свою терапию на изменении у пациентов собственного сознания, поскольку это именно то действие, которое обычно предшествует чувствам и эмоциональным ответным реакциям и у нормальных, и у невротических людей. Другими словами, психологи пытаются изменить «программу», используемую человеческим сознанием, поскольку именно благодаря ей люди понимают все, что с ними происходит. Эта внутренняя когнитивная деятельность (непроизвольные мысли) может быть такой быстрой и спонтанной, что человек ее не заметит, если только не подойти к этому процессу с точки зрения анализа или после специального тренинга.

Данное исследование показало, что каждому намеренному человеческому действию предшествует внутренняя когнитивная активность. Также было доказано, что человеческое сознание никогда не прекращает эту когнитивную деятельность, ни днем ни ночью, причем не важно, сознает ли сам человек это или нет. Классическим примером может послужить случай, когда человек не способен найти решение какой-либо проблемы, откладывает это «на потом» и занимается другим делом; позже неожиданно у него в сознании появляется решение проблемы без каких-либо сознательных усилий или ожиданий. Все мы знаем случай, позволивший Архимеду открыть закон вытеснения жидкости. Точно так же мы иногда не можем вспомнить какое-то имя или

слово, а затем неожиданно некоторое время спустя вспоминаем это.

Таким образом, это и есть внутренняя когнитивная деятельность человека, сознательная или нет, которая направляет его видимое поведение. Когнитивные психологи пришли к такому заключению после долгих лет исследований, преодолевая все психологические школы, пытавшиеся загнать сложное человеческое поведение в рамки упрощенных теорий. Более того, этот когнитивный взгляд ясно поддерживает установку ислама: размышление как внутренний мыслительный процесс является основой веры, которая в свою очередь является источником любого доброго дела.

Кроме этого открытия, что всякий поступок начинается с внутренней когнитивной деятельности, будь то идея, память, образ, восприятие или эмоция, также было установлено, что, когда когнитивная деятельность усиливается, она может стать мотивом или стимулом к какому-либо действию, и, если человек совершает этот мотивированный поступок неоднократно, тогда эти внутренние мысли могут очень легко и спонтанно перейти в глубокую привычку. Эта привычка не обязательно может считаться опытом; она может быть эмоцией, душевным чувством или привычным отношением. Таким же образом, если когнитивный терапевт желает вылечить пациента, страдающего от эмоциональной или другой поведенческой привычки, он должен стремиться изменить сознание пациента, которое вызывает это поведение. Если таковой привычкой является, например, боязнь социальной среды, то терапевту следует определить, какое негативное мышление заставляет пациента реагировать на общественные ситуации таким образом. Если пациент думает, что он будет выглядеть глупо, когда он будет выступить с речью перед посторонними людьми или представлять себя им, или если ему придется выступить перед группой знакомых, тогда терапевт

РАЗМЫШЛЕНИЕ

может помочь пациенту изменить негативные мысли, показав ему, что они беспричинны, не имеют реального основания. Что его чувства шли на поводу пессимистических настроений до тех пор, пока они не взяли верх над ним, оказав влияние и на его поведение. Когда эти мысли исчезнут, тогда и поведение изменится соответственно.

Подобный вид терапии может быть проведен также путем стимуляции ответных реакций, противоположных негативным мыслям, фантазиям и внутренним эмоциям, вызывающим привычку. В случае страха перед социальной средой, например, терапевт может стимулировать у пациента появление расслабляющего чувства безопасности и психологического комфорта, и одновременно с этим подвергать его все более и более трудным социальным ситуациям (реальным или воображаемым).

С другой стороны, если негативная привычка вызывает у пациента некоторое удовольствие и психологический комфорт, например, азартные игры, увлечение алкогольными напитками или отклонение в сексуальном поведении, лечение контрмерами заставляет терапевта стимулировать у пациента чувство боли, психологического стресса и страха при каждом повторении действий относительно негативных привычек. При таком виде терапии человеку, зависимому от наркотиков или алкоголя, например, вводится химическая инъекция, вызывающая у него отвращение и головную боль при употреблении алкоголя; он даже может быть подвергнут болезненному, но безвредному электрошоку. Эта терапия «поощрения и наказания» известна как «реципрокное торможение»² и является одной из лучших техник современной поведенческой терапии. Хотя она

² Реципрокное торможение – торможение более слабой из двух несовместимых реакций более сильной реакцией. – *Примеч. ред.*

и была разработана сторонниками бихевиоризма, когнитивные терапевты развили ее, связав с мышлением и сознательными чувствами пациента. Этот союз подходов, основанных на модификации поведения вместе с современными достижениями в когнитивной терапии является последним и самым успешным изобретением в психологической практике.

Таким образом, когнитивная психология подтверждает, что сознательное мышление людей и внутренние беседы (размышления) влияют на их чувства и эмоции и формируют их отношения и убеждения – в какой-то мере они могут даже сформировать человеческие ценности и взгляды на жизнь. Если перевести беседу от когнитивной терапии эмоционально возбужденного человека к когнитивной (познавательной) деятельности обычного мусульманина, то можно ясно увидеть огромное влияние когнитивного процесса в размышлении, и то, как он перестраивает психику человека. Более того, если учесть еще духовный фактор веры – фактор, который является мощной когнитивной силой полностью исключенной современной психологией, то можно представить ту важную перемену, к которой исламское размышление может привести в очищении души и возвышении статуса верующих. Путем размышления мусульмане могут усовершенствовать и очистить свое внутреннее психодушевное поведение по типу «поощрения и наказания» в своем духовном развитии. Они не нуждаются в мирских наградах или в электрошоке, чтобы изменить свои нежелательные привычки и заменить их более полезными новыми. Путем посвящения своих внутренних когнитивных и духовных устремлений размышлению о величии Бога и совершенстве, в отличие от их собственной слабости и недостойного поведения, у людей, несомненно, появятся чувства любви к Богу, возвышенного удовлетворения, счастья и спокойствия, что мы и обсудим более подробно в следующей главе.

Размышление: работы ранних мусульманских ученых

В предыдущей главе новейшие достижения психологии в области человеческого мышления и когнитивной деятельности были изложены в краткой и упрощенной форме, с тем чтобы показать значимость размышления как формы поклонения в руководстве поведением мусульманина и укреплении его веры. Действительно, если осознать, что внутреннее размышление, эмоции, восприятия, воображение и мысли влияют на формирование поведения человека – его склонности, убеждения, сознательные и бессознательные действия, хорошие и плохие привычки, тогда можно будет понять, почему Коран и Сунна уделяют большое внимание размышлению о сотворении небес и земли, поскольку они заполняют сердце и разум ощущением величия Творца и величием его атрибутов. Ибн Каййим ал-Джаузия в своей известной работе *Мифтах Дар ал-Саада* («Ключи к Дому Блаженства») отметил: «Глубокая мысль (размышление) есть начало и ключ ко всему благому, это наилучшая функция сердца и самая полезная для него»¹.

Западной психологии потребовалось более семи десятилетий, прежде чем она вернулась к «здоровому смыслу» или здоровому признанию влияния мышления и когнитивного процесса на формирование убеждений человека, его отношений и внешнего поведения. Но эти достижения были известны еще ранним ученым ислама.

Действительно, когнитивные принципы и практика, которые только недавно повлияли на современную западную психологию, были известны еще несколько веков тому назад таким ученым, как Ибн Каййим ал-Джаузия (Ибн ал-Каййим), ал-Балхи, ал-Газали, Мискавайх и многим другим. В своем шедевре *Масалих ал-Абдан ва ал-Анфус* («Поддержание Тела и Души») Абу Зайд ал-Балхи показал влияние размышления и внутренних мыслей на здоровье – открытие, которое было сделано спустя более десяти веков после смерти автора. Он говорил, что, как здоровый человек держит под рукой лекарства первой необходимости на случай физических недомоганий, он должен так же размышлять и хранить здоровые мысли и чувства в своем сознании для непредвиденных эмоциональных срывов².

Другие ранние мусульманские ученые упоминали о значении намерений, размышлений и мыслей, которые пересекаются в сознании человека и могут превратиться в побуждения и стимулы, воплощенные в реальной жизни, а при повторении могут стать привычным действием. Они также упоминали о непрерывной внутренней когнитивной деятельности людей – деятельности, как они утверждали, никогда не прекращающейся независимо от того, бодрствует человек или спит. Эти ученые давали общий совет тем, кто хотел совершить благой поступок, убеждая их в том, чтобы они наблюдали за своими намерениями и желаниями и внутренними мыслями, – всегда помнить о Боге и размышлять о сотворении небес и земли. Они также говорили, что человеку следует искоренить вредные мысли, внутренние ощущения, до того как они станут желаниями и потребностями, потому что изменить желание или намерение легче, чем остановить поступок, а предотвратить поступок легче, чем пытаться искоренить его, когда он уже стал привычным действием. Далее они отмечали, говоря словами современных поведенческих терапевтов,

что лечение привычки должно осуществляться путем тренировок человека совершать действие, противоположное этой привычке. Все это было отмечено Ибн ал-Каййимом в работе *Ал-Фаваид* («Полезные наставления») и причем в такой подробной форме, будто он был знаком с последними достижениями современной когнитивной психологии.

В этой работе автор ясно говорит, что все, что делает человек, начинается с его внутренней мысли, скрытой речи, или внутреннего диалога, для обозначения которого он использует арабское слово *хаватир*. Слово *хаватир* – это множественное число слова *хатира*, означающего быструю, внутреннюю, скрытую мысль, намерение или голос внутренней мысли, которые могут возникнуть на мгновение. Современные когнитивные психологи могут сравнить это с идеей «непроизвольных мыслей», которая, как считает когнитивный терапевт Аарон Бек, была открыта им в 1970-х годах! В своей классической книге «Когнитивная терапия и эмоциональные беспокойства» он посвящает шесть страниц разделу под названием «Открытие непроизвольных мыслей», где описывает, как он пришел к этому «открытию»³.

После описания этой когнитивной концепции Ибн ал-Каййим подробно рассматривает процесс, через который непроизвольные мысли, в частности негативные, переходят в человеческие действия и видимое поведение. Он предупреждает, что похотливая, грешная или эмоционально вредная *хатира*, в случае если она допускается и не контролируется человеком, может перейти в сильную эмоцию или похоть (*шахва*). Если эту эмоцию поддерживать или довериться ей, то она может вырабатывать столько когнитивной силы, что превратится в намерение или импульс к действию. И если это импульсивное намерение или эмоциональное чувство не уничтожить с помощью противоположного ему чувства или мысли, оказывающей ему сопротивление, оно найдет

выражение в реальном внешнем поведении. Более того, если этому поведению не сопротивляться, то оно будет повторяться так часто, пока не превратится в привычку. По этому поводу Ибн ал-Каййим считал, что эмоциональные, физические и когнитивные привычки развиваются по тому же сценарию – убеждение, так сильно схожее с современным подходом когнитивных психологов. В труде *Ал-Фаваид* он также детально рассматривал другое направление, в котором мимолетные мысли превращаются в реальные действия и укрепившиеся отношения:

Вам следует знать, что началом любого добровольного поступка является хаватиф и васавис («васавис» – есть множественное число от «вас-васа», что означает «скрытое нашептывание»). Оно используется в Коране для описания внутреннего соблазна Сатаны: «васвису фи судури ан-нас»). Эти хаватиф и васавис ведут к сознательному размышлению. Далее, простое размышление перейдет сохранится в памяти, а память превратит его в нарушение и намерение, которое воплотится в реальный поступок. Повторное совершение поступка приводит к сильной привычке. Таким образом, устранить эмоциональную или похотливую привычку легче на начальном этапе, до того как она укрепится⁴.

Ибн ал-Каййим советует мусульманам вести счастливый и праведный образ жизни путем борьбы с негативными *хаватиф* и *васавис* внутренних произвольных скоротечных мыслей до того, как они станут эмоцией или порывом. Действительно, гораздо легче контролировать внутренние мимолетные мысли, нежели бороться с сильным желанием, поскольку легче оказать ему сопротивление с помощью противоположной мысли

РАЗМЫШЛЕНИЕ

или стимула, чем изменить поведение после того, как оно уже сформировалось в виде поступка. Легче воздержаться от действия, совершенного один или пусть даже несколько раз, чем ожидать, когда оно превратится в привычку.

Кроме того, Ибн ал-Каййим дает хорошее описание внутренней когнитивной деятельности и предупреждает своих читателей, что Бог не дал человечеству способности полностью искоренить мимолетные мысли и чувства, поскольку их невозможно остановить, как и дыхание. Тем не менее мудрый человек с сильной верой в Бога может принять хорошие *хаватир* и избежать плохих, несущих в себе потенциальный вред. Бог говорит, что создал человеческий разум очень схожим с вращающимся жерновом, который не останавливается ни днем ни ночью, а постоянно размалывает зерно, и ему всегда нужен материал для размалывания. Некоторые люди подпитывают свое сознание хорошими мыслями и духовным размышлением, они подобны тем, кто забрасывает в свои мельницы кукурузу и пшеницу: они производят хорошую муку. Тем не менее мельницы большинства людей перемалывают грязь да камни. Когда подходит время для выпечки хлеба (в потустороннем мире), каждая группа узнает, что она перемалывала!

Затем Ибн ал-Каййим говорит, что действия и поступки могут быть здоровыми, только если их внутреннее и созерцательные мысли и намерения возникают из теплых духовных отношений с Богом. Он пишет:

Эти (когнитивные) этапы имеют здоровую основу, когда чувства и мысли здоровы, но они развращены, когда эти чувства и мысли развращены. Они здоровы до тех пор, пока обращены к Владыке и Богу, устремлены к нему и к Его довольству. Всемогущий – есть источник верного руководства и блага. Его милосердие – есть источник

праведности, и Его защита Своих рабов – есть источник безопасности. Когда слуга Всемогущего отворачивается и убегает от Бога, он становится на путь гибели⁵.

Это рассуждение читается подобно краткому изложению современной поведенческой когнитивной терапии в учебнике по психологии, с добавлением пункта о духовной вере, которого так не хватает в современной светской психологии. Большая часть этой литературы, принадлежащая ранним мусульманским ученым, основана на знании, извлеченном из Корана и Сунны, в виде сформировавшихся психологических принципов.

Как было сказано ранее, современная поведенческая и когнитивная терапия установила факт того, что самая успешная форма лечения психологических и эмоциональных расстройств состоит в побуждении у пациентов мыслей и чувств спокойствия и безмятежности, оказании им помощи в изменении своих нежелательных привычек, как это и делается в реципрокном торможении – терапевтическом методе, упомянутом также Ибн ал-Каййимом по поводу ряда случаев много веков назад. Фактически эта успешная поведенческая и когнитивная терапия, которая зависит от глубокого сознания и воображения со стороны пациентов и от их способности размышлять. Сказанное, в частности, очевидно в одном из самых успешных методов лечения, известном как «систематическая десенсибилизация» (возвращение к нормальному психическому состоянию), при котором пациенту предлагается расслабиться и представить, что он находится в прекрасном живописном месте подобно морскому берегу или в покрытых растительностью горах с водопадом. В то время как пациент находится в этом состоянии спокойствия, ему предлагается представить ситуацию, которая и вызвала его эмоциональное расстройство. Действие повторяется до тех

РАЗМЫШЛЕНИЕ

пор, пока чувства спокойствия не преодолеют прежних чувств беспокойства. И эта «мыслительная медитативная терапия» может быть более легкой и эффективной, чем систематическая десенсибилизация.

Ал-Газали внес большой вклад в теоретические аспекты различных видов медитативной терапии, он также обратился и к их практическим аспектам, приведя ряд примеров. В *Ихья улум ад-Дин* он говорит, что мусульманин, который хочет иметь добрый нрав и поведение, должен прежде всего изменить свои мысли о самом себе и представить себя в желаемом состоянии. Затем он должен постепенно перенимать хорошие манеры, до тех пор, пока они не станут частью его самого. Ал-Газали утверждает, что взаимодействие между психокогнитивным аспектом и практическим поведением неизбежно. Когда человек начнет вести себя определенным образом, даже если будет притворяться в том, что он делает, его поведение повлияет на сознание и эмоции; а когда его мышление и чувства изменятся, то изменится и видимое поведение, манеры и даже выражение лица. Он описывает этот процесс следующим образом.

Хорошие манеры приобретаются через практику: сначала через притворные действия или симулирующие действия, вытекающие из тех манер, до тех пор, пока в конце концов они не станут частью натуры человека. Это одно из чудес единства сердца и органов – я имею в виду душу и тело. Любое качество, которое появляется в сердце, будет иметь влияние, распространяющееся на органы до такой степени, что органы станут поступать в соответствии с этим качеством. Точно так же влияние любого поступка, исходящего от органов, может достичь сердца. И это продолжается по кругу⁶.

Он также упоминает о терапевтической ценности сочетания метода лечения с использованием стимуляции противодействия вместе с методом постепенного подхода, основанного на внутреннем познании. Он пишет так, будто суммировал последние достижения современной когнитивной поведенческой терапии, используя при этом несколько ясных слов и точных, реальных примеров для того, чтобы сравнить сому с психикой.

Поскольку состояние, которое вызывает изменения в теле и является причиной болезни, может быть вылечено только противодействующими средствами, подобно тому, как при перегреве применяют охлаждение или при охлаждении применяют подогрев, так и зло или порок, являющийся болезнью сердца, лечат противоположными ему благими делами. Болезнь невежества лечится учением, скупость – щедростью, высокомерие – смирением, жадность – умеренным и разумным расчетом, и все остальное – путем противодействующих мер...

Интересный аспект этого утверждения можно наблюдать в том, как ученик не желает оставить какой-либо серьезный проступок или порицаемое действие путем замены его на прямо противоположное. Тогда шейх (учитель) должен помочь ему избавиться от этой крайне нежелательной привычки и перейти к желательной. Подобно тому, как кто-то смывает кровавое пятно со своей рубахи сначала мочой, затем смывает мочу водой, в том случае, когда вода не может смыть кровь⁷.

Далее он приводит пример человека, который обычно жаловался на свой вспыльчивый нрав и приступы гнева: он начал постепенно тренировать себя, проявляя больше терпения и заменяя свои реакции и эмоции

РАЗМЫШЛЕНИЕ

внутренними мыслями и размышлением во взаимосвязи с реальными жизненными ситуациями. Он даже дошел до того, что «платил другому человеку, чтобы тот оскорблял его прилюдно, в ответ же он старался проявлять терпение и контролировать свой гнев путем душевного равновесия, с помощью напоминаний и размышлений до тех пор, пока терпение не стало частью его нрава, и тогда о нем стали говорить»⁸.

Этот пример показывает, что размышление, сопровождающееся поминанием Бога, является основой позитивных изменений, которые мусульмане могут в себе достичь. Без этих изменений, смена привычек и поведения будет маловероятной и неэффективной. Именно поэтому в своем труде *Ал-хикма фи махлукат Аллах* («Мудрость в творении Бога») ал-Газали настаивает на том, что размышление – есть ключ ко всякому доброму делу, потому что оно определяет все когнитивные действия верующего через поминание Всемогущего и признание Его благоволения и милости. Автор говорит:

Путь к познанию Бога состоит в том, чтобы прославлять Его в Его творениях, размышлять о Его удивительном мастерстве, понять мудрость сотворения в различных Его творениях... Это есть средство укрепления чувства счастья и определенности, и таким образом можно различать степени праведности... Всемогущий создал умы и завершил процесс ниспосланием откровения, приказав людям, наделенным сознанием, задуматься о Его творениях, размышлять и извлекать уроки из тех чудес, которые Он поместил в Своих творениях»⁹.

Безусловно, такое размышление охватывает интеллектуальные, эмоциональные, чувственные и относящиеся к темпераменту аспекты верующих – то есть все их

психологические, когнитивные и духовные действия. Трудно представить себе тех, кто вспоминает о Боге и при этом не размышляет о творениях Бога, или тех, кто размышляет о творениях Бога и при этом не вспоминает о Нем. Как говорится в известном высказывании Хасана ал-Басри: «Обладатели знания предавались размышлению, вспоминая при этом о Боге (*зикр*), и прибегали к воспоминанию о Боге, предаваясь при этом размышлению, прося сердце говорить до тех пор, пока сердце не откликалось мудростью»¹⁰.

Когда люди размышляют, это становится святой и здоровой частью их натуры: их сердца становятся покорными, и они реагируют на любое волнение, окружающее их, мягкими эмоциями, контролирующими их интеллектуальную деятельность. Однажды верующему было сказано: «Ты размышляешь в течение долгих часов». Он ответил: «Размышление – есть основа сознания». Суфьян ас-Саури часто цитировал эти поэтические строки:

*Если человек приучен размышлять,
Он из всего уроки сможет извлекать*¹¹.

Поскольку источником любого поступка является когнитивная, эмоциональная или интеллектуальная деятельность, те, кто предается долгим размышлениям, будут исполнять свои акты поклонения и подчинения без усилий. Упоминая этот факт, ал-Газали пишет в *Ихья улум ад-Дин* о ценности знания и внутреннего размышления самым ясным и убедительным образом:

Когда знание входит в сердце, состояние сердца изменяется. Когда состояние сердца изменяется, функции органов также изменяются. Функции подчиняются состоянию сердца, а состояние сердца подчиняется знаниям. А знание подчиняется мысли. Затем мысль становится началом и ключом ко всему благу. Это показывает вам силу размышления, и что оно вытесняет

РАЗМЫШЛЕНИЕ

*воспоминание, поскольку мысль включает воспоминание и все остальное*¹².

В то время как внутренняя когнитивная деятельность является ключом ко всякому благу и правильному делу, она еще является источником любого непослушания, подразумеваемого или явного. Созерцательное сердце, размышляющее о милосердии Бога и знающее о грядущем потустороннем мире, может легко заметить недобрые намерения и мысли, проходящие через сознание как результат удивительной чувствительности, приобретенной им в процессе долгого размышления и продолжительных воспоминаний. Как только недоброе намерение проходит через сознание, доброе чувство замечает его, схватывает его и удаляет его влияние. Так и здоровая иммунная система, обнаружив вторжение в тело бактерий, блокирует и уничтожает их с помощью специальных клеток и антител. Психика или душа тех, кто постоянно размышляет о милости Бога, подобны защищенной башне: как только недобрые намерения пытаются войти, острое и чуткое восприятие, приобретенное в ходе размышления, и воспоминания сразу атакуют и уничтожают их. Коран сообщает: «Те, которые богобоязненны, когда коснется их видение от сатаны, вспоминают, и вот – они видят» (Коран, 7: 201).

Далее, размышление извлекает пользу из всех когнитивных действий, использующихся человеком в мыслительном процессе. Тем не менее оно отличается от светского глубокого размышления, взгляды и представления в нем выходят за рамки этого мира и сталкиваются с бесконечными аспектами мира потустороннего; цель размышления переходит от творения к Творцу. В то время как обычное повседневное размышление может ограничиваться решением мирских проблем, может быть свободно от чувств, страстей и эмоций, размышление в исламском понимании, благодаря своей возможности пересечения мирских барьеров и ограничений материи

и переходу в вечную свободу души, способно мотивировать все внутренние и внешние психодушевные источники верующих. Те верующие, кто погружен в глубокое исламское размышление, постигают все, что их окружает и о чем они размышляют в свете своих ранее пережитых событий и ощущений, а также через символы и выражения, приобретенные из используемого ими языка, и своих представлений о том, кем они были и кем они могли бы стать в будущем. Затем они оживляют весь комплекс мыслей и представлений с помощью полной благоговения любви к Богу. Таким образом, хотя исламское размышление можно рассматривать как смесь мысли, познания, воображения, чувств, эмоций и прежде всего духовности, результатом является совершенно новое ощущение, отличное от элементов, из которых оно состоит.

По аналогии этот процесс можно отнести к фотосинтезу, описанному ранее. Поскольку фотосинтез в растениях не может происходить без таких элементов, как углерод, кислород и водород, исламское размышление невозможно достичь без психологических «компонентов», таких как мысль, воображение и чувства. Солнечный свет падает на зеленые листья, излучая при этом энергию, которая полностью превращает чистый углекислый газ и прозрачную воду в новое вещество – глюкозу, не имеющую сходства ни с водородом, ни с кислородом или черным углеродом. Точно так же излучение духовности освещает душу и изменяет внутренние когнитивные процессы, доводя их до возвышенного состояния.

Эта концепция заставляет нас вспомнить об утверждении ал-Газали о том, что исламское размышление «представляет два типа, данных сердцу для того, чтобы мотивировать третий». Он говорит:

Тот, кто склонен к миру преходящему, и предпочитает жизнь настоящую, и хочет знать, должно

РАЗМЫШЛЕНИЕ

ли потустороннему миру отдавать предпочтение по отношению к миру настоящему, должен знать прежде всего: то, что постоянно, то и предпочтительно; а во-вторых, то, что потусторонний мир является постоянным. Из этих двух источников он приобретет третий, а именно то, что потусторонний мир предпочтителен. Осознать, что потусторонний мир предпочтителен преходящему, возможно только с помощью предшествующих двух источников¹³.

Ал-Газали считает, что развитие данного можно достичь только путем этого соединительного процесса, потому что, по его мнению, знание данного есть продукт предшествующего знания. Он утверждает, что если размышляющий верующий способен организовать свои знания определенным образом, то они смогут бесконечно увеличиваться, и ничто не остановит этот процесс, кроме препятствий жизни или смерти. Таким образом, ал-Газали показывает разницу между материальным размышлением и исламским: человек не обретет знания, приходящего в результате размышления, если он не обладает основными базовыми знаниями, способными помочь ему в процессе размышления. Действительно, невежественный бедуин не может полезно размышлять о предмете электронов и протонов, которые образуют атом; точно так же те, кто отрицает Бога, не могут размышлять о Божестве как Творце, даже если они являются специалистами в физике. Ал-Газали говорит:

Большая часть людей не может пополнить свои знания, поскольку не имеет капитала, что является основным вложением в знания. Подобно человеку, у которого нет товара, и он, следовательно, не может получить прибыль. Или он может иметь товар, но не имеет опыта в бизнесе.

Он может даже обладать тем, что является капиталом знаний, но при этом не знает, как использовать то, что он имеет, для того чтобы объединить имеющееся у него для получения прибыли¹⁴.

Исламское размышление проходит через три взаимосвязанных этапа, к четвертому – последнему, который я называю этапом духовного познания (*шухуд*). Первый этап начинается с того, что знание о созерцаемом объекте поступает через прямое чувственное восприятие – через взгляд, слух, прикосновение, осязание и обоняние – или косвенно, как в случае с воображением. Такая информация может быть чисто ментальной и часто не иметь никакой связи с эмоциональными или чувственными аспектами.

Второй этап размышления наступает, когда человек решает рассмотреть эту информацию более подробно, изучая эстетические аспекты и некоторые особенности. Это смена и переход от простого восприятия к состоянию изумления и интереса в отношении красоты, превосходства, величия структуры и чудесного появления воспринимаемого объекта. Это состояние тонкой оценки, углубленных чувств и сильного душевного переживания.

Третий этап наступает, когда размышляющий человек переходит границу между созданным объектом размышления и его Творцом. Затем он переполняется чувствами покорности и признательности в отношении Того, Кто создал созерцаемый объект и все остальное во Вселенной, в результате размышляющий осознает, что не существует ничего, кроме Творца и всего того, что Он создал.

Когда возвышенное размышление повторяется и усиливается продолжительным поминанием Всемогущего, это приводит верующего к четвертому этапу – духовному познанию. Здесь душевные чувства в сочетании с глубоким размышлением становятся частью натуры верующего и заставляют его полюбить Бога еще больше

РАЗМЫШЛЕНИЕ

и испытывать еще больший благоговейный страх перед Ним и Его возвышенными атрибутами. Эти постоянно переживаемые чувства не поддаются словесному описанию.

Наблюдение за творением является лишь примитивным этапом, который могут пережить как верующие, так и неверующие. Второй этап, подразумевающий оценку красоты формы и структуры, может достичь сердец как верующих, так и неверующих. Но третий этап, который относит эту эстетическую оценку вселенной к Всемогущему Творцу, может быть достигнут только верующими. Что касается верующих, которые достигают четвертого этапа, то они находятся в таком глубоком благоговении и поминании Бога, что уже не могут рассматривать творения Бога отдельно от Него; они видят гармонию, милосердие, красоту и мудрость в структуре мира и становятся как никогда более охваченными благоговением и благодарностью Всемогущему Творцу. Это современное понимание исламского размышления можно отнести к словам ал-Хасана ал-Басри: «Обладатели знания предавались размышлению, вспоминая при этом о Боге (*зикр*), и прибегали к воспоминанию о Боге, предаваясь при этом размышлению, прося сердце говорить до тех пор, пока сердце не откликалось мудростью»¹⁵.

С точки зрения изучения и формирования привычки можно сказать, что верующие, которые постоянно размышляют, достигнут четвертого этапа, потому что размышление, подкрепленное постоянным поминанием Бога, становится глубоко укорененной душевной привычкой. По-иному такой уровень мышления мог бы возникнуть как результат событий, вызвавших глубокие переживания или редкие события, которые полностью нарушают окружающую их среду, такие как землетрясение или кончина весьма уважаемого человека. Для размышляющих верующих период размышления постепенно будет увеличиваться до тех пор, пока они не станут тратить большую часть дня и ночи, находясь в таком

возвышенном состоянии медитации. Знакомые предметы и объекты, которые они привыкли не замечать, проходя мимо них, становятся источником глубокого размышления и поводом к еще большему благоговению и размышлению о милости Бога – и, таким образом, все, окружающее их, становится мотивацией для размышления и толчком к поминанию Бога.

Этап глубокого познания, которого верующие достигают далее, является предметом долгих дискуссий среди многих ученых. Например, Ибн ал-Каййим описывает в *Мадаридж ал-саликин* («Путь ищущих») мусульман, которые достигают этапа духовного познания:

Перед ним открываются врата свидетельства о величии Бога и картина Его владычества... Он видит, как все космические изменения и явления бытия находятся в руках одного Всемогущего. Затем он наблюдает за знаменами Вседержителя добра и зла, творений и пропитания, воскрешения и смерти... Далее, если его глаз заметит какую-либо часть творения, это приведет его к его Творцу и размышлению о Его атрибутах совершенства и величия¹⁶.

Ибн Таймийя называет этот этап размышления «правдивым познанием», когда размышляющий верующий является свидетелем того, как

все творения Бога исполняют Его предписания, направляются Его волей, подчиняются Ему и отвечают на Его обращения. Таким образом, все, о чем верующие будут размышлять, будет улучшать и увеличивать то, что они имеют в своих сердцах касательно религиозного послушания, при этом не забывая отличать Вечное от преходящего, Творца от Его творений и Его единство и независимость от своих творений¹⁷.

РАЗМЫШЛЕНИЕ

Фактически верующие, которые достигают второго этапа и способны дать оценку красоте сотворенного, величине и безукоризненности всего этого, неизбежно смогут приблизиться к своему Творцу и Распорядителю и тогда ощутят свою ничтожность и беспомощность в сравнении со всеми Его знамениями на небесах и на земле. Эта огромная Вселенная действительно является не чем иным, как местом поклонения, к которому имеют доступ только верующие, когда их души очищены, их сердца покорны, и они в состоянии прислушаться и засвидетельствовать истину.

Удивление верующих при виде всего совершенства, красоты и величины сотворенного, осознание того, что их физические и психологические способности крайне ограничены, и являются теми чувствами, которые Творец поместил в людях с тем, чтобы они обращали свои взоры к небесам и земле с целью найти путь к своему Господу. И чтобы они поклонялись Ему с благоговейным страхом и глубоким почитанием. В случае непризнания этого люди пойдут по ложному пути – к неверию и язычеству и будут использовать свою врожденную натуру в противоположном, губительном для души направлении. Действительно, это удивление на протяжении всей истории приводило последователей языческих религий к стремлению чрезмерно увеличивать размеры, красоту и дизайн воздвигаемых ими храмов, украшая их статуями, картинами и вдохновенной музыкой. Можно упомянуть, например, пантеон в Афинах или храм Юпитера в Баалбеке в Ливане, для строительства которого потребовалось два века и пришлось привозить огромные каменные глыбы из Асуана, расположенного в Египте; или храм Амона, который древние египтяне построили в Карнаке, покрывающего территорию 5,8 квадратного ярда и имеющего огромные колонны высотой 78 футов. Эти храмы, построенные последователями языческих религий, были самыми огромными из когда-

либо возведенных людьми при колоссальных усилиях и потраченных средствах. Причина состоит в том, что чародеи и духовенство хотели ошеломить людей и тем самым подчинить их себе, взяв под полный контроль.

При всем этом человек может удивиться простоте Каабы, которая, хотя и расположена в самой почитаемой из исламских мечетей, представляет собой маленькое помещение посреди большой и безводной долины. Сообщается также, что Пророк описывал свою мечеть в Медине как «куски дерева и тростника, домик, похожий на домик моего брата Моисея (Мусы)», что интерпретируется как место, на которое не следует тратить деньги для придания объекту роскошного вида. Действительно, его мечеть была построена из высушенных солнцем кирпичей из глины, а крыша сделана из пальмовых ветвей и тростника, а высота этого сооружения была на несколько сантиметров выше самого высокого из сподвижников. Мухаммад ал-Газали описывает крайнюю скромность и простоту этого сооружения следующим образом:

Мечеть была чрезвычайно простой на вид. Полом ее были песок и галька, крыша – из пальмовых ветвей, колонны – из пальмовых стволов. Во время дождя пол превращался в кучу грязи. Можно было увидеть, как бездомные собаки заходят и выходят из мечети... В стенах этого скромного и простого здания были воспитаны ангелы из числа людей, укротители великанов и будущие цари. В этой мечети Милосердный из Милосердных позволил Пророку воспитывать и вдохновлять людей посредством Корана и избрать тех, кто верил в его Послание, воспитывать их на основе божественных принципов с рассвета до наступления ночи¹⁸.

РАЗМЫШЛЕНИЕ

Судя по всему, чем слабее связь между мусульманами и их Творцом, тем больше возрастает их интерес к возведению и украшению мечетей ценой очищения и возвышения их собственных душ. В этой связи Мухаммад ал-Газали продолжает:

Но когда некоторые люди не стали воспитывать свои души на возвышенных нравах, они нашли себе замену путем возведения высоких мечетей, в которых воспитывались ничтожные и пассивные верующие. А их великие предшественники не уделяли внимания чрезмерному украшению мечетей, а напротив, были заняты воспитанием и очищением своих душ¹⁹.

В этой главе я представил описание четырех этапов, через которые верующие проходят в своем путешествии от восприятия до познания: чувственное восприятие, оценка, затем благоговейное размышление и познание. Тем не менее размышление людей не должно ограничиваться темой о мастерски созданных объектах во Вселенной, среди которых есть прекрасные и неприятные, крупные и незначительные, полезные и губительные. Восприятие может также включать болезненные, устрашающие или беспокойные переживания и события, даже если оценка будет эмоционально неприятная. Размышление может, концентрируясь на уроках, извлеченных из неприятных событий, научить человека тому, как избегать их, бояться их и вызвать чувства отвращения. В этой связи в Коране упоминается история Каруна, который, как и многие злые тираны, был уничтожен Всемогущим, с тем чтобы верующие могли поразмышлять о его судьбе и извлечь из этого урок:

«Карун был из народа Мусы и злочинствовал против них. И Мы даровали ему столько сокровищ, что ключи его отягчали толпу обладающих силой.

Вот сказал ему его народ: “Не ликуй, Аллах не любит ликующих!”

И стремись в том, что даровал тебе Аллах, к жилию последнему! Не забывай своего удела в этом мире и благодетельствуй как благодетельствует тебе Аллах, и не стремись к порче на земле. Поистине, Аллах не любит сеющих порчу!”

Он сказал: “То, что мне даровано, – по моему знанию”. Разве он не знал, что Аллах погубил до него из поколений тех, кто был сильнее его мощью и богаче стяжанием. И не будут спрошены о своих грехах грешники!

И вышел он к своему народу в своих украшениях. Сказали те, которые желают ближайшей жизни: “О, если бы и нам то же, что даровано Каруну! Поистине, он – обладатель великого удела!”

И сказали те, кому даровано было знание: “Горе вам! Награда Аллаха лучше для тех, кто уверовал и творил благое; дано будет встретить это только терпеливым”.

И заставили Мы землю поглотить его и его жилище. И не оказалось у него толпы, которая защитила бы его от Аллаха. И не оказался он получающим помощь.

И наутро те, которые желали его место вчера, говорили: “Горе! Аллах уищряет надел, кому хочет из своих рабов, и умеряет. Если бы Аллах не помиловал нас, то поглотил бы нас. Горе! Не бывают счастливы неверные!”» (Коран, 28: 76–82).

Подобные катастрофы происходят и поныне, и мы даже не подозреваем и не видим в них Божьего промысла, а просто приписываем события к обстоятельствам или року судьбы. Многие диктаторы были свергнуты руками тех, кого они нанимали в охрану. Некоторые современные ученые позже пристрастились к спиртным

РАЗМЫШЛЕНИЕ

напиткам и наркотикам, которые оказали пагубное влияние на их печень и умы и заставили их встать на путь заблуждения²⁰.

Фактически свидетельство ужасающих событий или переживание человеком бед и лишений заставляет его задуматься и извлечь уроки, вероятно, более эффективно, нежели когда человек получает толчок к размышлению через обычное и безмятежное наблюдение за красотой, величиной и изяществом строения.

В этой связи я бы хотел поделиться собственным опытом в отношении уроков, которые могут быть извлечены из болезненных или печальных наблюдений. Молодой человек, живший в мечети неподалеку от нашего дома, умер в четверг, когда мечеть была закрыта на ремонт. Таким образом, факт его смерти стал явным лишь в субботу утром. Когда я пришел туда с группой людей, чтобы забрать тело для захоронения, мы обнаружили место, кишашее червями и наполненное сыростью. Влияние всего того, что я читал ранее и о чем размышлял (смерти и ничтожности жизни) было ничтожно в сравнении с тем, что я испытал в те ужасные мгновения.

После обсуждения вопроса о размышлении с точки зрения осмысления и медитации в следующей главе я собираюсь рассмотреть разные уровни размышления, достигаемые через эти методы.

Исламское размышление и современные медитационные практики

Как было сказано во второй главе, учение об исламском размышлении с точки зрения психологии – это прежде всего изучение медитативных упражнений и их подтвержденной способности оказать помощь размышляющим через позитивное изменение состояния их сознания. Тем не менее как было сказано выше, в исламском размышлении эти измененные полезные состояния не являются концом процесса, потому что главная цель размышления как исламской формы поклонения – познавательная, интеллектуальная и духовная, состоящая в том, чтобы поднять уровень сознания мусульман о Господе. Эти когнитивные аспекты, упомянутые во второй главе, ниже будут рассмотрены более подробно. В четвертой же главе, будет рассмотрена важность и ценность исламского размышления как полезного медитативного упражнения.

Практика трансцендентальной медитации и подобных упражнений стала крайне популярной в Европе и Америке за последние годы – беспрецедентный феномен в истории наций. Это произошло после того, как было установлено, что подобный вид медитации, имеющий древние восточные и индийские корни, оказывает крайне позитивное влияние на лечение болезней, связанных с эмоциональными, когнитивными и физическими

РАЗМЫШЛЕНИЕ

расстройствами. В этой главе будут обсуждаться неоспоримые полезные стороны медитации и их связь с размышлением как исламской формой поклонения.

Если ознакомиться с учением, законодательной базой и предписанными формами поклонения в исламе, можно заметить, что все божественные предписания идут на пользу мусульманам как в настоящем мире, так, надеюсь, и в потустороннем. Современные достижения в медицине и психофизиологических науках основательно подтвердили это утверждение. Ценность и мудрость исламского запрета на алкоголь, наркотики, прелюбодеяние (внебрачную связь), содомию и пр. достаточно очевидны, чтобы останавливать на этом наше внимание в современную эру пандемии (повальной эпидемии) наркотиков и СПИДА¹. Фактически, алкоголь и наркотики являются главными источниками опасности, с которыми столкнулась современная цивилизация как на Востоке, так и на Западе. Американские ученые утверждают, что алкоголизм стал их «проблемой номер один» и третьей причиной смерти, после сердечных заболеваний и онкологии. Они также признают, что их нация каждый год тратит миллиарды долларов на борьбу с алкоголизмом и лечение наркоманов, в дополнение к тысячам несчастных случаев, вызванных пьяными или одурманенными наркотиками водителями. Факт состоит в том, что их нация лишена помощи миллионов сограждан по причине их неспособности работать. В этой связи А.С. Бенгельсдорф, цитируемый Р.С. Карсоном, подтверждает, что употребление алкоголя, а особенно злоупотребление им:

Убило больше людей, отправило больше жертв в больницы, вызвало больше полицейских арестов, разрушило больше браков и домов и стоило промышленности больше денег, нежели злоупотребление героином, амфетаминами (стимуляторами), барбитуратом и марихуаной, вместе взятыми².

Современные медицинские исследования также показали, что все другие исламские предписания, правила и поощряемые формы поведения имеют свою неоспоримую ценность для защиты физического и психологического здоровья верующих. Например, очищение тела, которое верующие выполняют при омовении (*вуду*), перед каждой из ежедневных пятикратных молитв, обрядовое полное омовение тела (*гуслъ*) перед пятничной молитвой и после брачного полового сношения и другие практические предписания Сунны, имеют очевидные гигиенические аспекты. Подобная им бесценная польза содержится в любой практике, выполняемой мусульманами как в форме их поклонения, так и в обычном исполнении исламских предписаний. Например, физический аспект при исполнении пятикратных ежедневных молитв, польза для здоровья при соблюдении поста, избегание чрезмерного переедания, что ведет к ожирению – упомянутые в нескольких высказываниях Пророка и в следующем кораническом стихе: «...ешьте и пейте, но не излишествуйте...» (Коран, 7: 31).

Это неизбежно ведет нас к выводам о ценности размышления и медитации как формах поклонения, о психологическом и физическом здоровье верующих. Даже если подробно не изучать аспекты исламского размышления, следует отметить, что в конце XX столетия были опубликованы сотни книг и исследовательских работ о ценности медитации в совокупности с фактором веры и их пользе при лечении психологических, психофизиологических и органических расстройств, таких как стрессы, беспокойство, бессонница, повышенное кровяное давление, мигрень и повышенный уровень холестерина, и пр. Современные психосоматические исследования подтверждают, что мышление и другие когнитивные виды деятельности, являющиеся основой размышления, играют важную роль в склонности человека к различным болезням и что соответствующие методы размышления

и медитации могут привести к изменению патологического сознания людей, улучшив и даже восстановив их здоровье. Герберт Бенсон называет это «когнитивной реструктуризацией»³. Это подтверждает и старая арабская поговорка: «Не притворяйся больным, ибо ты можешь заболеть на самом деле и в результате умереть».

Влияние настроения и психологических переживаний на органические и физические стороны человека есть вполне наглядное явление в его повседневной жизни. Когда люди находятся в состоянии возбуждения или волнения, биение их сердец учащается, и они переходят в другие физиологические состояния, при которых меняется и выражение лица, связанное с волнением или страхом. Точно так же, когда они переполнены чувством смущения, то заливаются румянцем, который и выдает эту эмоцию (если они белолицые). Тем не менее эти повседневные незначительные физические изменения могут не убедить многих людей, в том числе и органически ориентированных медиков, в отношении фундаментальной роли мышления и когнитивных факторов в формировании физиологии человека⁴.

Более убедительное доказательство исходит от медицинских специалистов, изучающих комплексный физиологический феномен, который происходит в теле человека в результате острого эмоционального и когнитивного стресса. Одним из таких феноменов является ложная, или мнимая, беременность, которая происходит, когда бесплодная женщина сильно желает забеременеть, и ее сознание «дает указание» телу проявить ответную реакцию на физиологическом уровне. И хотя она фактически вбила себе в голову свой недуг, тем не менее происходит как бы оплодотворение: ее месячные периоды останавливаются, живот увеличивается, груди набухают с пигментированными нежными сосками, которые начинают вырабатывать молоко. Согласно Бенсону, некоторые женщины могут испытать ощущение

движения утробного плода в течение четвертого или пятого месяца этого обманчивого феномена!⁵ Но, когда женщины обнаруживают, что их беременность ложная, все эти физиологические изменения исчезают удивительно быстро. Мнимая беременность является одним из самых давно известных психосоматических состояний и впервые была описана Гиппократом, древним отцом медицины. И до сих пор это явление встречается относительно часто. Пол Фрейд и его коллеги в Медицинском колледже Джефферсона и госпитале в Филадельфии подтверждают, что симптомы женщины с псевдобеременностью были настолько выразительными, что группа докторов приняла достоверность этого явления⁶.

Другой значительный феномен наблюдается на примере улучшения физического состояния многих пациентов, которым выдаются пилюли и капсулы, не содержащие активно действующих веществ, о чем самим пациентам неизвестно. Эти капсулы могут содержать лишь некоторое количество сахара, но при этом врач убеждает пациентов в том, что эти препараты достаточно эффективны для лечения. Точно так же врач может ввести пациенту физиологический раствор, утверждая, что инъекция содержит очень эффективное средство для улучшения его физического состояния. Исследование показало, что состояние пациентов, которые прошли подобный курс лечения («эффект плацебо»), улучшается до степени, практически равной тому состоянию, которого достигают пациенты, прошедшие реальное медицинское лечение.

Очень интересное и еще больше раскрывающее значение вышесказанного исследования сообщается С. Вольфом о том, что вера пациента может даже вызвать обратное действие лекарств. Примером были женщины, страдавшие от приступов тошноты и рвоты во время первых месяцев беременности. Он выдавал им препараты в виде сиропа, который на самом деле вызывал рвоту, но при этом он говорил, что это должно улучшить

их состояние. Как и ожидалось, тошнота и рвота прекращались и сокращения желудка проходили⁷.

Ученые в последнее время стали проявлять больше интереса к этому вопросу, особенно после того, как было доказано, что эмоциональные и когнитивные действия человека оказывают прямое влияние на его иммунную систему. Современное исследование окончательно показало, что хронический психологический стресс, который сопутствует состоянию беспокойства, депрессии, глубокого одиночества и потере уверенности, оказывает серьезное влияние на иммунитет человека. Действительно, хронический стресс способствует тому, чтобы надпочечные железы увеличивали выработку гормона, который в свою очередь ослабляет естественный иммунитет. Эти гормоны, которые вызывают чрезвычайное состояние острой стрессовой реакции в теле, могут также повысить кровяное давление и вызвать нагрузку на сердце и даже инсульт из-за разрыва кровяных сосудов.

Подобные исследования привели к появлению новой дисциплины – психонейроиммунологии, которая впервые объединила две разные области специализации, а именно область социальных наук, психологию и химию иммунологии человека⁸. Были проведены интенсивные исследования в направлении улучшения физического состояния, здоровья людей путем изменения их мыслей, чувств и эмоций. Некоторые ученые назвали это «третьей революцией» в современной западной медицине – первой явилось развитие хирургии, а второй – открытие пенициллина и других антибиотиков. Причина в том, что мышление людей и их когнитивную деятельность определяют не события и стимулы, которым они подвержены в окружающей среде, а их оценка и концептуализация тех событий и переживаний. Римский философ Эпиктет, живший в первом столетии до н. э., говорил: «Беспокойство человека вызвано не тем, что окружает его, а теми мыслями, которые он переживает

об этом»⁹. Таким образом, неправильно будет основываться только на арабском высказывании о том, что «в здоровом теле – здоровое сознание», следует добавить, что «в здоровом сознании – здоровое тело».

Как же медитация и сопутствующая ей релаксация (снятие психического напряжения) помогают при лечении физических и психологических расстройств? Указания, которые врачи дают пациентам выглядят несколько простыми и наивными, хотя, в общем, достаточно быстро оказывают положительное влияние. Эти простые предписания были известны, и им следовали индусы и буддисты тысячи лет тому назад. Многие экспериментальные исследования, проведенные в клиниках и медицинских лабораториях с использованием новейших методов психофизиологических изменений, доказали, что медитация, основанная на сосредоточении, подобно трансцендентальной медитации, является действительно революцией в медицине. Медитируя, пациенты используют свои ментальные, когнитивные и духовные силы для лечения болезней и улучшения психологического состояния.

Я приведу некоторые простые указания из одной самой популярной книги в этой области. Ее автор, Г. Бенсон, стал известным специалистом в технике медитации и релаксации, которые заимствовал из йоги и других духовных, психических и физических практик Востока¹⁰. Бенсон предлагает своим пациентам принять удобное сидячее положение и расслабиться в тихом помещении, закрыть глаза и дышать глубоко и размеренно, концентрируясь на процессе дыхания. Затем их просят вспомнить какое-либо слово или короткое предложение в соответствии с собственными убеждениями или религиозной верой и повторять его всякий раз при выдохе, размышляя о смысле сказанного. Если пациенты предпочитают выбрать какое-либо значение или визуальную форму вместо слова или фразы, то они могут проделать

РАЗМЫШЛЕНИЕ

это, следуя той же самой повторяющейся процедуре. Когда американцы заинтересовались трансцендентальной медитацией, они восприняли ее дословно от древних традиций индуизма и повторяли бессмысленное для них слово, но ни хинди, ни древняя восточная мантра не были им известны. Тем не менее позже они осознали, что повторение осмысленных выражений, которые имеют религиозное значение для занимающихся медитацией, или напоминание им об их верованиях имеют еще большее влияние, углубляя их медитацию и усиливая лечебное действие.

Исследование трансцендентальной медитации показывает, что сосредоточение на словах и постоянное их повторение, либо повторное обращение к образам в сознании, в соответствии с верованиями занимающихся медитацией, имеют для них крайне важное значение. Это ведет к более глубокому пониманию и формированию у людей нового концептуального представления об объекте размышления, что способно поднять их на более высокий уровень абстрактных и духовных смыслов, чего бы они не смогли познать из-за монотонности повседневной жизни и скучного однообразия окружающей среды. Отсюда и значение термина «трансцендентальная медитация».

Важное указание, которому должны следовать занимающиеся медитацией, – это игнорирование всех мыслей и ощущений, постоянно проникающих в сознание и мешающих их сосредоточению над объектом размышления. Они должны возвращаться к сосредоточению и относиться безразлично к этим «вмешательствам» до тех пор, пока достигнут момента, когда смогут выполнить это упражнение. Действительно, по мере того как занимающиеся будут повторять эти сеансы, их размышление и медитация будут углубляться, их тела будут более расслабляться и негативные мысли навязчивого характера значительно уменьшатся. В конце концов люди обнаружат, что больше не страдают от стресса, беспокойства

и даже физических симптомов, на которые они привыкли жаловаться. Несколько исследователей, включая Бенсона, обнаружили, что люди, выполняющие эту медитативную процедуру дважды в день, с продолжительностью каждого сеанса от 15 до 20 минут, заметили явное улучшение в своем психологическом и физическом состоянии, стали более оптимистичными, продуктивными и более способными к творческому мышлению¹¹.

Это улучшение можно доказать путем измерения кровяного давления и уровня холестерина, и это позволяет врачам уменьшить или даже отменить назначение препаратов своим пациентам – даже хронически больным, привыкшим принимать лекарства на протяжении нескольких лет до начала практики трансцендентальной медитации. В этой связи Бенсон упоминает о том, что уровень холестерина в крови пациентов, практиковавших упражнения по снижению напряжения и медитации в совокупности с фактором веры, понижался на 35% по сравнению с уровнем холестерина у пациентов, не прошедших подобный вид лечения методом медитации¹². Подобное исследование показывает, что частота пульса у пациентов существенно снижается (на три удара в минуту), а потребление кислорода и глюкозы организмом через кровь сокращается. С другой стороны, альфа-ритм, отслеживаемый на электроэнцефалограмме и обеспечивающий регулярное восстановление организма (меняющиеся под воздействием состояния спокойствия и релаксации пациентов), усиливается.

Второй важный метод, с помощью которого возможно обнаружение изменений психофизиологического состояния – это изменения сопротивляемости кожи под воздействием слабого электрического тока, известное как измерение психогальванического рефлекса кожи. Такая сопротивляемость крайне незначительной величине электрического тока (чтобы пациент мог его заметить) уменьшается по мере увеличения пото-

выделения и влажности ладони человека, и наоборот. Таким образом, когда человек сильно встревожен и потовые железы на ладони работают сильнее, влажная ладонь становится более сильным проводником легкого электрического тока; в то время как сухая ладонь ослабленного человека оказывает большее сопротивление электрическому току. Ответ организма может быть легко зафиксирован путем прикрепления специальных электродов к ладони, результирующий ток посылается на специальный компьютер или измерительный прибор. В своей книге «Как медитировать» Л. Ле Шан говорит, что трансцендентальная медитация приводит к состоянию, прямо противоположному состоянию гнева и беспокойства, и что оно увеличивает сопротивляемость кожи более чем на 400%¹³.

Убедительное доказательство этих психофизических методов измерения сообщается в интересных и удивительных рассказах людей, занимающихся медитацией: головные боли, хронические проблемы пищеварительной системы, боли в груди и другие психофизиологические симптомы – бессонница, стресс и беспокойство – исчезают. Даже если физические симптомы не проходят полностью, они значительно ослабевают, пациенты перестают ощущать какие-либо беспокойства.

Среди важных психологических изменений, подтвержденных теми, кто занимался медитацией, больными или здоровыми, отмечается охватывающее их чувство чрезвычайного спокойствия. Они также сообщают о сильном чувстве самопознания и ощущения гармонии с окружающей средой, теплом чувстве к другим людям, большом оптимизме, а также растущей работоспособности и креативности мышления. Многие, занимающиеся медитацией, также сравнивают это с чувством, которое человек испытывает при возвращении к себе домой после долгого пребывания за границей.

Ле Шан утверждает, что эти неоднозначные чувства, которые находятся за пределами физического мира, не являются фантазией или продуктом самовнушения – это факт, реально подтвержденный сходством рассказов аскетов, верующих и мистиков со всех концов мира на протяжении истории. Чтобы подкрепить следующее доказательство в пользу своего утверждения, Ле Шан обращается к физике. Он пишет:

Если мы что-то и узнали из современной физики, так это то, что вокруг одного вопроса может быть два взгляда, противоречащие друг другу, и, однако, при этом оба будут оставаться «верными». В физике этот принцип называется «комплементарность». Он означает, что для полного понимания какого-либо феномена мы должны рассмотреть его с двух разных точек зрения. Каждый взгляд при этом сообщает лишь половину правды¹⁴.

В поддержку этого высказывания мы должны вспомнить о том, что теория относительности Эйнштейна и квантовая физика разрушили представление о Вселенной как часовом механизме, сформулированное Ньютоном. Фактически новая физика показала: то, что кажется решенным в одном вопросе, завтра может получить прямо противоположное решение. На субатомарном уровне то, что можно экспериментально показать в виде частиц и организмов, которые очень малы в объеме, также можно показать в виде волн, простирающихся на большом пространстве. Существует серьезное доказательство в пользу обеих противоречащих друг другу концепций – факт, сбивший с толку многих физиков, когда он впервые был обнаружен. Теория относительности Эйнштейна также опровергла нашу концепцию о массе и времени. Первую сейчас можно наблюдать в виде концентрированной энергии, которая может

РАЗМЫШЛЕНИЕ

сдетонировать словно гриб атомного взрыва, а последняя просто стала «четвертым измерением». Если все это может происходить на материальном уровне знания, тогда не стоит удивляться, что Ле Шан утверждает: существуют знания более высокого уровня о Вселенной и о жизни, которые люди могут достичь посредством медитации.

До сих пор я обсуждал негативные и позитивные влияния страстей, эмоций, убеждений и других когнитивных видов деятельности, которые заставляют процесс размышления воздействовать на психофизическое здоровье человека. Я суммировал несколько исследований, которые показывают, как люди могут вызвать в себе психофизиологические болезни или ослабить иммунную систему и тем самым подвергнуть себя влиянию микробных заболеваний, или как они могут вылечить себя и подняться на более высокий уровень бытия. Я также отметил роль медитации на Западе и упомянул несколько простых методов, которые можно адаптировать для практики медитации в качестве терапии.

Мусульманину нетрудно заметить сходство этого вида терапевтической медитации с размышлением о небесах и земле, восхвалением и поминанием Бога. Действительно, обе практики включают сосредоточение на объекте размышления и попытку устранить или уменьшить внешние и внутренние вмешательства – все, что может отвлечь сознание, – будь то внешний шум или внутренние ощущения. Они также включают контроль и повторение того, на что направлена медитация, в регулярном ритме до тех пор, пока занимающийся медитацией или размышляющий верующий не обнаружит новый смысл, пока не достигнет нового уровня или не испытает ранее неизвестное видение. Они оба используют глубокое размышление, чтобы освободить «спящее» чувственное восприятие из тюрьмы повседневной рутины материальной жизни и границ привычного, чтобы затем

свободно двигаться к новым горизонтам и более широким просторам знаний.

Предписания, выдаваемые терапевтами в книгах и учебных записях по размышлению и релаксации в сочетании с использованием фактора веры, что стало популярным в Европе и Америке, схожи с теми методами, которые применяет верующий мусульманин в ритуале сидения после выполнения ритуальной молитвы (*салаат*), погруженный в размышления о величии и милосердии Бога и безупречности Его творения, при этом непрерывно повторяя слова восхваления и возвеличивания Всемогущего. В то время как мы упоминаем об этом явном сходстве, интересно также отметить, что Г. Бенсон не только советует последователям всех религий использовать его медитативные методы, но также предлагает сами слова или фразы, которые они могут повторять, будучи расслабленными во время медитации. Например, он пишет: «Мусульмане могут повторять следующие слова:

- *Называть Бога Аллах.*
- *Некоторые слова, с которыми Аллах впервые обратился к Мухаммаду и наказал повторить их: «Твой Господь – Самый великодушный...»*
- *Слова первого мусульманина, призвавшего верующих к молитве. Хотя хозяин подверг его мучениям, лишив воды и бросив в пустыне, он продолжал повторять слово «ахад», то есть «Единый (Бог)» до тех пор, пока хозяин не уступил¹⁵.*

В своей последней рекомендации, Бенсон упомянул про Билала, любимого сподвижника Пророка, хотя он неправильно прочитал арабское слово *ахадум* вместо *ахадун*. Несомненно, мусульмане, соблюдающие учения Пророка, регулярно расслабляясь и предаваясь размышлениям после ежедневных пяти молитв, знают на каких словах следует сосредоточивать свое внимание и произносить их так, как указывал Пророк. Эти слова

РАЗМЫШЛЕНИЕ

и короткие фразы включают «Слава Богу» («Субхан Аллах»), «Хвала Богу» («Ал-хамду ли Ллах») и «Бог велик» («Аллаху Акбар»).

Интересно, что Бенсон утверждает: после того как пациенты приобретают больше опыта в вопросе размышления в сочетании с фактором веры, они уже не нуждаются в принятии специального лежачего или сидячего положения, или в достижении состояния релаксации; они могут спокойно расслабиться и поразмышлять, повторяя свои основные слова веры во время прогулки, пробежки или плавания. Это напоминает нам об одной исламской форме размышления, как это упоминается Всевышним в Коране в адрес верующих, «...тех, которые поминают Аллаха, стоя, сидя и на своих боках...» (Коран, 3: 191).

Если рассмотреть явное сходство между медитацией, уходящей глубоко корнями в древние восточные религии, и исламским размышлением, то можно принять теорию, выдвинутую Абу Аля ал-Маудуди о том, что, возможно, буддизм и индуизм были некогда ниспосланы Богом, но затем как и многие другие древние религии постепенно потеряли свою чистоту и верность Одному Единому Богу. Таким образом, по прошествии веков обнаружилось, что от этих религий не осталось ничего, кроме ложных убеждений и актов поклонения¹⁶. Например, они сохранили некоторые обряды, такие как медитация, хотя этот обряд уже не преследует свою главную и истинную цель в поклонении Богу и размышлении о Его творении. Светский и прагматичный западный мир затем заимствовал эти неполные практические упражнения, после того как была установлена их медицинская и психотерапевтическая польза, однако при этом упустив их основную религиозную цель и даже их отклонившиеся от правды восточные источники.

Как было отмечено выше, все исламские обряды и формы поклонения, а также все предписания и запреты

шариата, имеют полезные стороны для людей как в этом мире, так и в потустороннем. Эти полезные стороны известны одним и неизвестны другим. Например, ясно, что сосредоточение и серьезная глубокая медитация на тему духовности и нравственности приносит пользу любому человеку. Далее подобная польза может увеличиться, в случае если размышление будет сопровождаться повторением слов и значений, связанных с убеждениями самого занимающегося медитацией человека. Медитация также облегчается, если занимающиеся ею погружаются в состояние безмятежного спокойствия, посредством чего они отбрасывают повседневные дела и занятия, пытаясь перестроиться на то, что находится вне материи, и проникнуть за границу чувственного мира. Они могут также извлечь пользу, сосредоточив свои утонченные чувства на естественных звуках и окружающих их движениях, таких как щебет птиц, шелест деревьев при легком ветерке, или даже внутренних обычных физических движениях, таких как их собственное дыхание или биение сердца, – процесс, называемый «медитативная концентрация». Эта способность извлекать пользу из медитации является особенностью, которой Бог наделил человека, с тем чтобы дать возможность последнему узнать о Нем, поклоняться Ему и прославлять Его. Если люди будут использовать этот дар должным духовным образом, они достигнут тех психофизиологических полезных свойств, которые заложены в нем, а также получат ожидаемую награду от Бога. В противном случае они все же смогут получить базовую пользу.

Эта польза, получаемая немусульманами, практикующими медитацию, подобна той, которую они могли получать, если бы соблюдали различные формы гигиены, такие как чистка зубов несколько раз в день, умывание несколько раз (подобно мусульманскому *вуду* и *гусль*) и уход за ногтями. Или если они будут исполнять некоторые легкие физические упражнения, подобно исламским ежедневным молитвам, или будут избегать

РАЗМЫШЛЕНИЕ

употребления алкоголя, наркотиков, занятий прелюбодеянием, содомией, а также переедания. Практикующие мусульмане выполняют все эти полезные действия в форме религиозных обязанностей как последователи Сунны их Пророка и воздерживаются от перечисленных примеров негативного поведения. Они получают удовольствие от выполнения всех этих полезных предписаний в этом мире и надеются на довольство Бога в мире последующем, в то время как немусульмане просто получают удовольствие от выполняемых ими гигиенических упражнений и полезных действий лишь в этом мире. Иногда эти полезные упражнения привлекают тех, кто независимо от их расовой принадлежности и окружающей их среды, имеет естественную внутреннюю тягу к подобному образу жизни; так же как их привлекают текущие реки, растительность и физическая красота. Таким образом, размышляющие верующие ощущают все эти полезные эффекты на своем здоровье – психологического и физического характера, – а также испытывают более глубокий и продвинутый уровень медитации благодаря своей правильной вере, глубокой проницательности и ясности религиозного видения.

Более того, практикующие мусульмане часто находят размышление занятием относительно простым и не требующим усилия, поскольку они привыкли исполнять его с самого раннего детства во время ежедневных пятикратных молитв. Хотя языком Корана является неподражаемый, подобно симфонии, арабский язык, короткие главы в нем воспринимаются при чтении детьми довольно легко, они могут размышлять над стихами, восхваляющими Бога. Конечно, они размышляют в пределах своего ограниченного познания и опыта и своей неполной зрелости. В связи с этим будет очень кстати упомянуть и том, что обнаружил Бенсон: эти ранние духовные и медитационные упражнения и обряды имеют крайне полезное воздействие на здоровье детей по мере их роста, даже если, повзрослев, они перестают практиковать. Он пишет:

Сохраненные в памяти благие молитвы делают религиозные обряды чрезвычайно сильным инструментом. Есть некая удивительно действенная сила в обряде, который вы выполняли еще в детстве, в регенерации нервных проводящих путей, сформировавшихся в период юношеского опыта веры. Этот факт подтвердился в моей медицинской практике, я мог бы добавить – об этом говорили многие взрослые, которые отказались от религии, хотя практиковали ее в молодости¹⁷.

Затем Г. Бенсон продолжает объяснять психоневрологические механизмы этого интересного феномена:

*Даже если вы испытываете на себе действие ритуала в совершенно ином возрасте и жизненном периоде, слова, которые вы читаете, песни, которые вы напеваете и молитвы, которые вы исполняете, будут утешать вас точно так же, как они утешали вас в более ранний, легкий период вашей жизни. Даже если вы не осознаете, что этот обряд связан с какой-то реальной драмой или переживанием, **мозг** дает команду **памяти** вспомнить о совокупности действий, связанных с обрядом, как об эмоциональном содержании, которое позволяет мозгу взвесить и оценить его значимость, так и о возбуждении нервных клеток, взаимодействии и химических выбросах, которые были активированы первыми¹⁸.*

Соответственно, размышляющий, практикующий мусульманин может достичь высшего уровня медитации с минимальной затратой времени и энергии. Простое слушание поэтического слога Корана, декламируемого хорошим голосом, может привести к полной медитативной реакции за несколько минут. После серии сложных экспериментов, проведенных в клинике Акбар

во Флориде, США, доктор Ахмед Элькади заключил, что, когда мусульмане слушают чтение коранических стихов, будь они арабоговорящими или нет, они испытывают на себе все физиологические изменения, указывающие на освобождение от стресса и беспокойства, а также на переживаемые ими теплые чувства спокойствия и усиление иммунитета против болезней, и другие изменения. В этих экспериментах Элькади применял самое передовое электронное оборудование для измерения кровяного давления, пульса, напряжения мышц и сопротивляемости кожи электрическому току и обнаружил, что чтение Корана в 97% случаев явно оказывает успокаивающий эффект. Люди, над которыми проводились эксперименты, также испытывали возвышенное духовное чувство, что, естественно, он не мог зафиксировать, поскольку не существует прибора для измерения подобного удивительного состояния¹⁹.

Эти результаты были подкреплены экспериментальным исследованием, проведенным под моим руководством в Университете Хартума доктором Мухаммедом Хаир ал-Иргисуси. Он выбрал изменчивое свойство, поддающееся точному физическому измерению, а именно повышение или понижение кровяного давления, которое измерялось в мм рт. ст. Врачи с факультета медицины Хартумского университета предоставили нам пациентов, страдающих от повышенного кровяного давления, вызванного стрессовым образом жизни или другими причинами. В ходе исследования сравнивалась эффективность лечения с помощью мышечного расслабления в сочетании с речевой вспомогательной терапией, с лечением мышечного расслабления в сочетании с исламской духовной терапией, включающей избранные стихи из Корана и высказывания Пророка об излечении болезни. Пациенты были разделены на три группы: экспериментальная группа, тщательно подобранная контрольная группа и группа, прошедшая тренировку

по мышечной релаксации, но без вспомогательной терапии или слушания Корана.

Результаты были достаточно определенными. Хотя состояние всех пациентов улучшилось, однако степень этого улучшения у пациентов, прошедших релаксационную терапию в сочетании с исламской духовной терапией, была значительно выше. Это статистически значительное улучшение сохранялось в течение нескольких месяцев после терапии. Некоторым пациентам врачи отменили назначения лекарственных средств по причине нормализации их кровяного давления²⁰.

Таким образом, можно заключить, что действительная ценность исламской медитации заключается в ее взаимосвязи с поклонением, поминанием и восхвалением Бога, молением Его о помощи. Следовательно, сходство между размышлением как исламской формой поклонения и другими формами восточной и западной медитации является лишь поверхностным, потому что суть исламского размышления состоит в вере в Единственного Бога. Это рациональная глубокая вера, которая провозглашает, что Всемогущий является единственным хозяином и кормильцем Вселенной, от мельчайших электронов до гигантских галактик. Эта вера является не только краеугольным камнем всех форм исламского размышления, но также самой основой ислама.

Исламское размышление основывается на продвижении от размышления о творениях Бога до самого Творца. Оно представляет собой плавное рациональное движение, поскольку исламская вера не искажена какими-либо ассоциациями творений или объектов с Творцом, либо какими-либо политеистическими ложными идеями.

Атеисты могут размышлять об удивительной красоте Вселенной, имея при этом неясные представления о том, что – «Мать-Природа» или «Большой Взрыв» – послужило толчком к возникновению жизни, либо они могут просто избегать вопроса о том, как появился этот

РАЗМЫШЛЕНИЕ

мир. Они размышляют, предаваясь эмоциональным ощущениям, при этом полностью игнорируя рациональный вопрос о том, как Вселенная была создана. Точно так же язычникам или многобожникам, которые верят в существование нескольких богов, воюющих между собой и якобы сотворивших все вокруг, будет сложно размышлять, используя рациональное сознание и сердце, поскольку это приведет к противоречиям между их же богами. По этой причине представители Запада советуют тем, кто желает испытать «мистические ощущения», избегать «рациональных форм поклонения»²¹. Действительно, согласно комментарию Бенсона к книге Карен Армстронг «История Бога», это происходит потому, что мистическое ощущение не рационально, а «интуитивно и бессловесно». Армстронг называет его «молчаливым размышлением». Она пишет:

Мистическое ощущение... является субъективным переживанием, которое включает внутреннее путешествие, а не восприятие объективного факта внешнего мира. Оно осуществляется с помощью части сознания, часто называемой воображением, нежели с помощью более умственной, логической способности. В конечном счете это то, что мистик вызывает внутри себя сознательно²².

Как Бенсон и Армстронг, Ле Шан дает занимающимся медитацией тот же самый совет. Он также предупреждает студентов перед медитацией: «Старайтесь не использовать в этом процессе словесные формулы или интеллект. Это своего рода восприятие с помощью «рада-ра», нежели интеллектуальный процесс»²³.

Что касается практикующих мусульман, их размышление является духовной практикой, в которой все когнитивные и душевные способности активизируются с целью познания Всемогущего. Это не является ни рациональной

или эмоциональной попыткой излечиться от беспокойства, ни болезненным упражнением, при котором тело испытывает страдание, стоя на одной ноге в течение нескольких дней или находясь в лежащем положении на острых гвоздях. Исламское размышление – это форма поклонения, которая связывает сердце с разумом, рациональное с эмоциональным и разумное со страстным с тем, чтобы верующие, находящиеся в состоянии трезвого размышления, могли достичь лучшего духовного уровня, при котором, если будет угодно Богу, их молитвы будут приняты. Иррациональные действия, проявление чрезмерных эмоций – все это осуждается относительно исламского размышления, и различные состояния сознания, как было отмечено ранее, не являются концом процесса. Точно так же случающиеся время от времени паранормальные ощущения как результат очень глубокой медитации, которые ценятся восточными и западными мистиками до такой степени высоко, что они готовы отказаться от рассуждения или терпеть сильные телесные боли, чтобы сохранить эти ощущения, не являются целью или объектом интереса в истинном исламском размышлении. Более того, поскольку многие последователи Сатаны могут вызвать паранормальные явления, истинные мусульмане относятся к подобным феноменам с опасением. Поэтому ал-Хасан ал-Басри в своем высказывании, которое было упомянуто выше, рассматривает сознательное поминание и размышление о Боге как о двух сторонах одной монеты. Таким образом, можно описать исламское размышление, в сравнении с атеистическим или политеистическим размышлением, как две идентичные морские раковины – тогда как одна содержит редкий жемчуг, а другая – лишь остатки моллюска.

Это, конечно, не означает, что ощущение счастья, психологического спокойствия, ясности ума и тепла, которые испытывают занимающиеся медитацией из числа

РАЗМЫШЛЕНИЕ

немусульман в отношении окружающих их творений во Вселенной, не являются истинными или искренними чувствами. Действительно, как было отмечено выше, это является терапевтическим упражнением, которое может помочь пациентам освободиться от физического или психологического беспокойства. Тем не менее проблеск света и покой, которые испытывают занимающиеся медитацией из числа немусульман, и есть награда за их стремление оторвать себя от повседневных проблем материального мира. Они наблюдают слабый свет трансцендентного духовного горизонта, возможно, впервые в своей жизни и воспринимают его как серьезное улучшение и успех в сравнении с их борьбой за жизнь в материальном мире.

Но это чувство, которое оказывает такое серьезное влияние на занимающихся медитацией из числа немусульман, все же едва ли сравнимо с тем, что испытывают верующие, потому что последние знают: каждый атом возвеличивает и восхваляет Всемогущего. В Коране говорится: «Нет ничего, что бы не прославляло Его хвалой, но вы не понимаете прославления их» (Коран, 17: 44).

Хотя размышляющие верующие не могут понять, как Вселенная восхваляет Бога, они чувствуют гармонию между их славословием и славословием всех остальных созданий. Это чувство становится глубже по мере продолжения размышления до тех пор, пока не достигается духовное возвышение, ощущение радости и душевное удовольствие, несравнимое ни с чем иным из земных благ.

Описывая это состояние блаженства, при котором исчезают все беспокойства и переживания, подобно тому, как свет поглощает темноту, Ибн ал-Каййим говорит в *Мадаридж ал-саликин* («Степени идущих»):

*Размышляющему верующему, понимающему Бога,
будут нравиться одиночество в местах уединения,*

где стихают голоса и останавливаются движения... Там он обретет силу воли, твердость сердца и не будет больше испытывать волнения или уныния... Тогда он начнет чувствовать вкус сладости поклонения, в чем всегда есть потребность. Достигнув этого состояния, он найдет изобилие блаженства – гораздо больше, нежели он находил в развлечениях или играх, или удовлетворении мирских желаний... Когда он испытает это состояние, многие мирские заботы и беспокойства исчезнут, как будто он находится в совершенно ином мире, в стороне от всего человечества²⁴.

Ибн Таймийя цитирует в своем труде *Маджму ал-фатава* («Полное собрание фетв») слова некоторых искренних верующих о поминании Бога. Один из них сказал: «Я часто бывал в таком состоянии, при котором говорил, что, если люди в раю испытывают такое же, тогда они действительно в блаженстве». Другой верующий сказал: «Иногда сердце испытывает такие чувства, при которых оно ликует от радости». Третий сказал: «Истинные верующие испытывают намного больше удовольствия от своего поклонения, нежели те, кто проводит время в развлечениях»²⁵.

Какая огромная разница между практикующими мусульманами и теми атеистами и язычниками, которые страдают под многочисленными пластами тьмы, и все, чего они могут достичь, – это слабый проблеск удивительных чувств за счет медитации в их путешествии за тем, что находится за пределами восприятия! В Коране мы находим строки, которые как будто обращены к ним: «...как только она им осветит, они идут при ней. А когда окажется над ними мрак, они стоят» (Коран, 2: 20).

Коран и размышление о творениях Бога

Размышление о творениях Бога является одной из самых важных форм поклонения в исламе. Поэтому неудивительно, что коранические стихи поощряют эти действия с помощью различных методов, для того чтобы упомянуть о всех видах нравственного и душевного состояния. Цель состоит в том, чтобы помочь людям избавиться от ненужных чувств, вредных наклонностей и повседневного однообразия и призвать к наблюдению за знамениями своего Владыки во Вселенной с проникательностью и восприимчивыми сердцами. Вот несколько из этих основных методов.

Побуждение к размышлению о Боге и Его возвышенных атрибутах

Истинное исламское размышление может исходить только от сердца верующего в Бога и от сознания покорности Ему и Его возвышенным атрибутам. Это твердая вера в единство (*таухид*), свидетельствующая о Едином Всемогущем Боге, который создал всю Вселенную, поддерживает ее и управляет ею. Любая другая форма размышления о красоте, великолепии небес и земли будет расцениваться как атеизм или многобожие (*ширк*), потому что в этом случае занимающийся медитацией не будет признавать Творца, не говоря уже о том, чтобы восхвалять

или благодарить Его. По этой причине Коран часто повторяет эту доктрину путем упоминания возвышенных атрибутов Бога:

«Скажи: “Он – Аллах – един, Аллах, вечный; не родил и не был рожден, и не был Ему равным ни один!”» (Коран, 112: 1–4).

«Он – Аллах, нет божества, кроме Него, знающий скрытое и созерцаемое. Он – милостивый, милосердный! Он – Аллах, нет божества, кроме Него, царь, святой, мирный, верный, охранитель, великий, могучий, превознесенный; хвала Аллаху, превыше Он того, что они придают Ему в соучастники! Он – Аллах, творец, создатель, образователь. У Него самые прекрасные имена. Хвалит Его то, что в небесах и на земле. Он – великий, мудрый!» (Коран, 59: 22–24).

«Создатель вновь небес и земли! Как будет у Него ребенок, раз не было у Него подруги и когда создал Он всякую вещь и о всякой вещи Он сведущ! Это для вас – Аллах, ваш Господь, – нет божества, кроме Него, – творец всякой вещи. Поклоняйтесь же Ему! Поистине, Он – поручитель над каждой вещью! Не постигают Его взоры, а Он постигает взоры; Он – проникателен, сведущ!» (Коран, 6: 101–103).

Крайне важно обрести эту крепкую правильную веру в Бога, перед тем как отправляться в духовное путешествие исламского размышления, поскольку она будет для верующего подобна факелу, освещающему путь, а также твердой основой для того, чтобы не сбиться с верного пути. В Коране также используются и другие аргументы, помогающие верующим в их духовном путешествии. Часто это мощные образы, которые действуют как напоминания для тех, чьи сердца все еще слабы и черствы.

РАЗМЫШЛЕНИЕ

НАПОМИНАНИЯ О БЛАГАХ БОГА

Коран пытается смягчить людские сердца различными способами. Одним из них является напоминание о милостях и благах Бога, дарованных Им людям. Размышление о них может создать чувство сострадательной милости и любви.

«И скот Он создал; для вас в нем – согревание и польза, и от них вы питаетесь» (Коран, 16: 5).

«Он – тот, который низводит с небес воду. Для вас от нее питье, и от нее деревья, где вы пасете. Он вырашивает ее для вас посевы, маслины, пальмы, лозу и все плоды; поистине, в этом – знамение для людей размышляющих!» (Коран, 16: 10–11).

«И подчинил Он вам ночь и день, солнце и луну; и звезды подчинены Его повелениям; поистине, в том – знамение для людей разумных! И то, что рассеял Он для вас по земле разных цветов; поистине, в том – знамение для людей вспоминающих! Он подчинил море, чтобы вы питались из него свежим мясом и извлекали оттуда украшения, которые надеваете. Ты видишь корабли, пересекающие его, чтобы вы искали Его милость, – может быть, вы будете благодарны! И бросил Он на землю прочно стоящие, чтобы она не колебалась с вами, и реки, и пути, – может быть, вы пойдете по прямой дороге! – и приметы, а по звезде они находят дорогу. Неужели тот, кто творит, таков же, как тот, кто не творит? Неужели вы не опомнитесь? Если вы посчитаете милость Аллаха, то не сочтете ее. Поистине, Аллах прощающ, милосерд! (Коран, 16: 12–18).

Это напоминание о размышлении над милостью и любовью Бога к человечеству и всем творениям, населяющим земной шар, тотчас же действует на сердца тех,

кто восприимчив, благодарен и мудр. Что касается тех, чьи глаза и сердца закрыты к божественному призыву к размышлению, то Коран описывает их следующим образом:

«Скажи: “Посмотрите, что на небесах и на земле!” Но не помогут знамения и вестники людям, которые не веруют!» (Коран, 10: 101).

«Сколько знамений на небесах и на земле, мимо которых они проходят и от них отворачиваются!» (Коран, 12: 105).

Бесчисленные знамения Бога, проявляющиеся в Его творениях, как отмечает Юсуф Али в своем комментарии к последнему стиху, «разбросаны буквально повсюду – в природе, в творениях для всех тех, кто имеет глаза, чтобы увидеть их. И все же человек настолько невежествен, что отворачивается от них»¹. Подобные бесчувственные, жесткие сердца нуждаются в более суровом подходе, чтобы это могло подействовать на них и изменить их отношение.

НАПОМИНАНИЯ ДЛЯ ЖЕСТОКИХ СЕРДЕЦ

Тон этих обращений часто носит угрожающий характер. Большая часть стихов начинается с вопроса «Разве они не видели?» или «Разве они не видят?».

«Разве вы не видели того, что перед ними и что позади них из неба и земли? Если Мы пожелаем, то поставим землю поглотить их или сбросим на них обломок с неба. Поистине, в этом знамение для всякого раба, обращающегося с раскаянием!» (Коран, 34: 9).

«Разве они не посмотрят на верблюдов, как они созданы, и на небо, как оно возвышено, и на горы, как они водружены, и на землю, как она распростерта» (Коран, 88: 17–20).

РАЗМЫШЛЕНИЕ

Многие стихи носят повествовательный характер или приводятся со слов пророков. Например, Ной (Нух) упрекал неверующих из своего народа следующими словами:

«Почему же вы не надеетесь на величие Аллаха? Он сотворил вас по периодам. Разве вы не видите, как сотворил Аллах семь небес рядами? И сделал месяц на них светом, а солнце сделал светильником» (Коран, 71: 13–16).

ВОСХВАЛЕНИЕ ПРАВЕДНЫХ

В противоположность этому, некоторые стихи восхваляют и поощряют тех, кто восприимчив, кто извлекает уроки из всего окружающего и напоминает им о благах Бога. Это праведные, которые поминают Бога в любом психологическом или физическом состоянии психики и тела:

«Поистине, в создании небес и земли и в смене ночи и дня – знамения для обладающих умом, – тех, которые поминает Аллаха, стоя, сидя и на своих боках, и размышляют о сотворении небес и земли: “Господи наши! Не создал Ты этого попусту. Хвала Тебе! Защити же нас от наказания огня”» (Коран, 3: 190–191).

ОБРАЩЕНИЕ К ВРОЖДЕННОМУ ЭСТЕТИЧЕСКОМУ ЧУВСТВУ

Коран также побуждает людей к размышлению над Божественными знамениями во Вселенной путем пробуждения в них врожденного эстетического чувства. Следующие стихи нацелены на то, чтобы вызвать у людей искренние чувства и эмоции, чтобы они обратили внимание

на красоту всего окружающего их на земле – будь то различные цвета и их оттенки, растения, животные или даже неодушевленные предметы:

«Разве ты не видел, как Аллах низвел с небес воду; ею Мы извели плоды различных цветов. А в горах есть дороги – белые, красные – различных цветов, и воронье – черные. И среди людей, и животных, и скота – различные цвета. Так! Ведь боятся Аллаха из Его рабов знающие; поистине, Аллах велик, прощающ!» (Коран, 35: 27–28).

Мы также находим стихи, в которых Всемогуший после упоминания о своих благах человечеству в том, что создал скот для их пользы и пропитания, напоминает своим рабам о том, чтобы они поразмыслили об их красоте:

«И скот Он создал; для вас в нем – согревание и польза, и от них вы питаетесь. Для вас в них – красота, когда вы их гоните на покой и когда вы пускаете» (Коран, 16: 5–6).

«...который прекрасно сделал всякую вещь, которую сотворил, и начал творение человека из глины...» (Коран, 32: 7).

В своей важной работе *Фи зилал ал-Кур'ан* («Под сенью Корана»), Сейид Кутб интерпретирует последний стих следующими волнующими словами:

Этот мир прекрасен, нескончаемо прекрасен. Человек может воспринимать и наслаждаться этой красотой, сколько он пожелает, и столько, сколько желает этого Творец. Красота этого мира заключается в нашем ментальном восприятии его. Совершенство творения проявляется в его красоте, красоте каждого органа и каждого творения.

РАЗМЫШЛЕНИЕ

Взгляните на пчелу, цветок, звезду, ночь, утро, цвета, облака – эту своего рода музыку, наполнившую всю Вселенную, эту совершенную и полную гармонию. Это приятное путешествие во вселенной красоте и совершенства. Коран привлекает наше внимание ко всему, чтобы мы могли размышлять об этом, наслаждаясь красотой. Следовательно: «Который превосходно создал все, что сотворил», – это стих, который пробуждает в сердце желание наблюдать за красотой и совершенством этой вселенной².

ВЕРА ТВОРЦА В СВОЕ ТВОРЕНИЕ

Тем не менее наиболее важный аспект, возвышающий статус размышления, состоит в том, что Сам Творец клянется Своим творением. Это серьезный призыв к тому, чтобы размышлять над Его творением, подвергать анализу и глубоко задумываться над всем. Всомогущий клянется рассветом, началом дня, сумерками, луной, смоковницей и оливками; клянется ветрами, звездами, небесами, рассветом, наступающей ночью.

Нет сомнения в том, что именно высокий статус, данный исламом размышлению, заставил верующих и аскетов, таких как Хасан ал-Басри, подтвердить, что один час размышления лучше, нежели стояние всю ночь в молитве, и Омейядского халифа Умара Ибн Абд ал-Азиза, сказать, что поминание Бога есть хороший поступок, а размышление о благах Бога есть наилучшая форма поклонения³.

ПООЩРЕНИЕ ИСЛАМОМ САМОАНАЛИЗА

Невежество людей о самих себе и их невниманье к размышлению и изучению деяний человечества считаются

в исламе наиболее ярким примером небрежности к божественным знамениям во Вселенной. Если ислам побуждает людей размышлять о небесах, морях, горах и реках, и о всем том, что Бог создал для нужд человечества, что тогда говорить о размышлении человека о самом себе, которому Бог приказал Своим ангелам поклониться, и которому Он подчинил все, что существует на небесах и земле?

«И Он подчинил вам то, что в небесах, и то, что на земле, – все, исходящее от Него. Поистине, в этом – знамения для людей размышляющих!»
(Коран, 45: 13).

Наряду со многими кораническими стихами, побуждающими человека размышлять о небесах и земле, в которых отмечается, что человек является самым важным творением, встречается много стихов, которые побуждают размышлять также и о человечестве. Как было отмечено выше, Коран использует любой метод, способствующий пробуждению людских сердец из «спящего» состояния и повседневной монотонной среды, с тем чтобы они с бдительностью и глубокой проникающей силой стали наблюдать за знамениями Бога на небесах и на земле. Стихи, касающиеся человечества, также являются действенными и обращены практически ко всем типам сердец и эмоциональным состояниям людей.

Следующие стихи являются примером того, как подробно описывается сотворение человека и рассказывается о благах, которыми одарил Бог тех, у кого мягкие сердца:

«Мы уже создали человека из эссенции глины, потом поместили Мы его каплей в надежном месте, потом создали из капли сгусток крови, и создали из сгустка крови кусок мяса, создали из этого куска кости и облекли кости мясом, потом Мы

РАЗМЫШЛЕНИЕ

вырастили его в другом творении, – благословен же Аллах, лучший из творцов!» (Коран, 23: 12–14). «Скажи: “Он – тот, кто вырастил вас и даровал вам слух, и зрение, и сердце. Мало вы благодарите!”» (Коран, 67: 23).

Что касается людей жестокосердных и высокомерных, Коран обращается к ним с такими же упрекающими вопросами:

«Разве не видит человек, что Мы создали его из капли? А вот – враждебен, определенно!» (Коран, 36: 77).

«Разве Мы не создали вас из воды ничтожной и поместили ее в прочном месте до известного срока? Мы распределили, и как прекрасны распределяющие! Горе в тот день обвиняющим во лжи!» (Коран, 77: 20–24).

Касательно пробуждения в человеке эстетического аспекта его собственной природы, Всемогущий говорит:

«Мы сотворили человека лучшим сложением...» (Коран, 95: 4).

«Он сотворил небеса и землю истиной, дал вам образ и прекрасно устроил ваши образы. И к Нему возвращение!» (Коран, 64: 3).

Так же как Бог клянется Своими знаменами в космосе и творениями на земле, так же клянется Он человеческой душой; иногда это наблюдается в контексте с Его знаменами в космосе, в других случаях в связи с Судным Днем, тем самым возвышая человека до наивысшего уровня. Сура (глава Корана) «Ал-Кийама» («Воскресение») начинается со значимой клятвы:

«Нет, клянусь днем воскресения и клянусь душой порицающей! Разве думает человек, что Мы никогда

не соберем его костей? Да, способны Мы подобрать его пальцы» (Коран, 75: 1–4).

Божественная клятва может также выступать в качестве обета о создании совершенного образа человека в равновесии с его душой, вдохнув в нее жизнь, сразу после обращения к Вселенной и клятвы Бога солнцем, луной, днем, ночью, небесным сводом и распростертой землей:

«...и всякой душой, и тем, что ее устроило и внушило ей распущенность ее и богобоязненность! Получил прибыль тот, кто ее очистил; понес убыток тот, кто ее утаил» (Коран, 91: 7–10).

Всемогущий также клянется другими ценностями, относящимися к человечеству. Например, в короткой, но всеобъемлющей суре Бог клянется предвечерним временем, отпущенным человечеству на земле, после чего человек будет возведен к вершинам блаженства или обречен на погибель (муки):

«Клянусь предвечерним временем, поистине, человек ведь в убытке, кроме тех, которые уверовали, и творили добрые дела, и заповедали между собой истину, и заповедали между собой терпение!» (Коран, 103: 1–3).

Бог также клянется Своим Возвышенным Бытием, чтобы подтвердить правдивость Корана, и в качестве примера упоминает о самом значительном благе, которое Он даровал людям, а именно, об их способности говорить и общаться друг с другом:

«Клянусь же Господом небес и земли, ведь это – истина, как то, что вы действительно говорите!» (Коран, 51: 23).

РАЗМЫШЛЕНИЕ

Вот те коранические стихи, которые побуждают людей к размышлению о самих себе. Если бы не существовало ничего из чудесных творений Бога во Вселенной кроме людей, этого было бы достаточно, чтобы покориться Ему. Действительно, душа, сознание, внутренний духовный мир всегда будут оставаться для людей некой тайной, которая и отличает их от прочих творений Господа. Хотя это всего лишь некоторые из составляющих природу человека, их невозможно изобразить или представить во времени или пространстве, эти составляющие так и останутся вне человеческого понимания. Осознание того, что люди не способны полностью понять удивительное своеобразие человека, уже достаточно серьезный вызов тому, чтобы побуждать их к покорности.

Даже природу более простых психологических феноменов, эффекты которых могут быть зафиксированы в лабораторных условиях – подобно таким навыкам человека как обучение, память, эмоции и стимулы, – психология все еще не в состоянии понять полностью. Она всего лишь касается внешних аспектов бесконечных глубин этих феноменов, подобно ребенку, играющему на берегу бескрайнего океана. Более того, осязаемые биологические и материальные явления могут быть изучены лишь на поверхностном уровне. Даже если все человечество пожелало бы потратить свои жизни на изучение природы человека, оно смогло бы оставить только «царапину на поверхности». Как было отмечено выше, человеческий мозг считается самым загадочным творением во всей Вселенной. Все достижения науки лишь умножили изумление людей сложной структурой биологического компьютера, расположенного в черепе человека. Бенсон пишет в своем «Вечном исцелении»:

Мозг так сложен, постоянно находится в движении, в высшей степени совершенен и взаимосвязан

в своих функциях, и наши попытки описать его деятельность выглядят крайне примитивными. Каждое значительное открытие, которое мы делаем, лишь еще больше проливает свет на совершенство мозга и его структуры – которые позволяют нам жить и питают наше здоровье, наши движения и память, интуицию и мудрость. Мозг представляет собой желеподобную массу и хранит информацию о каждом движении, каждом вздохе, каждом случае, когда-либо произошедшем с нами, а также о каждой мысли или мечте, которая у нас была когда-либо⁴.

Таким образом, божественный призыв, обращенный к людям о том, как же они могут быть слепы к чудесному сотворению самих себя – «и в ваших душах. Разве вы видите?» (Коран, 51: 21) – всегда будет оставаться новым вызовом людям, как и тогда, когда он был ниспослан впервые. Для дальнейшего и более подробного разъяснения этого стиха, будет полезно завершить данную главу словами Сайида Кутба:

«...а также в вас самих. Неужели вы не видите?» Человек есть самое большое чудо на земле, но он небрежен к своим собственным достоинствам и врожденным таинствам души, если его сердце небрежно к вере, ведь тогда он лишен благ веры. Строение его тела и есть само чудо с тайнами тела, души и духовного мира. Человек – чудо внутри и снаружи, поскольку он является составной частью Вселенной. Ты считаешь, что ты есть микрокосм, а на самом деле ты есть макрокосм. Всякий раз, когда человек размышляет о себе, он сталкивается с удивительными тайнами, ставящими его в тупик: строение органов, их расположение и функции; то, как функции выполняются;

РАЗМЫШЛЕНИЕ

тайны души, ее явные и скрытые энергии; то, как у человека формируются представления, как они хранятся и затем вспоминаются. Все эти образы... где и как они хранятся? Эти образы, видения и мысли... как они вспоминаются? Неизвестного о них неизмеримо больше. Есть также и тайны человечества, что проявляются в механизме его размножения и наследования: одна клетка несет в себе все характеристики человека, включая родителей и предков. Однако как же помещаются все эти характеристики в такой крошечной клетке? И как же эта клетка воссоздает их ежеминутно, заканчивая процесс созданием прекрасного человека?⁵

Размышление как неограниченная форма поклонения

Размышление о сотворении небес и земли и всего того, что населяет их, является практикой, на которую не могут повлиять изменение времени, места или природы вещей. Это свободная и ничем не ограниченная форма поклонения. Это также когнитивный и эмоциональный процесс, который оживляет сердце и освещает путь познания по мере того, как сознание, возвышаясь, переходит от размышления над знамениями Бога во Вселенной к размышлению о самом Творце. Таков основной смысл размышления.

Чтобы высвободить размышляющее сознание из рамок времени и места, Коран побуждает размыслить о начальном периоде сотворения: «Скажи: “Идите по земле и посмотрите, как Он начал творение; потом Аллах воздвигнет последнее создание. Поистине, Аллах мощен над каждой вещью!..» (Коран, 29: 20).

Кроме того что Коран побуждает размышлять о настоящем, он также призывает размышлять о судьбах погибших народов: «Разве они не ходили по земле и не видели, каков был конец тех, кто был до них? Они были мощнее их силой...» (Коран, 30: 9).

Наряду с тем, что Коран призывает верующих размышлять об этом мире, он также призывает размышлять их

и о мире потустороннем: «...Так разъясняет Аллах вам знамения, – может быть, вы подумаете о ближайшей и последней жизни!..» (Коран, 2: 219–220).

Это потому, что размышление, ограниченное рамками преходящего мира, есть не что иное, как неполная картина Вселенной и ложное представление о реалиях человеческого существования. Таким образом, верующему предписывается размышлять над творением Бога от начального этапа до Судного дня.

Эта форма поклонения является свободной, не требующей особых усилий, и Коран призывает к размышлению над естественными творениями Бога, в создании которых не участвовала рука человека, таких как небеса, горы и моря. Коран также привлекает внимание верующих к благам, которыми они были одарены, подобно изобретениям, для открытия которых Бог наделил особыми способностями некоторых из людей, с тем чтобы это служило на пользу человечеству:

«Поистине, в творении небес и земли, в смене ночи и дня, в корабле, который плывет по морю с тем, что полезно людям, в воде, что Аллах низвел с неба и оживил ею землю после ее смерти, и рассеял на ней всяких животных, и в смене ветров, и в облаке подчиненном, между небом и землей, – знамения людям разумным!» (Коран, 2: 164).

Хотя некоторые из этих открытий и достижений – подобно плавающим кораблям – есть плод труда людей, именно Творец даровал людям способности и знания, что позволило воплотить эту идею на практике:

«...а они не постигают ничего из Его знания, кроме того, что Он пожелает...» (Коран, 2: 255).

«И научили Мы его делать кольчугу для вас, чтобы она защищала вас от вашей ярости. А разве вы благодарны?» (Коран, 21: 80)¹.

Более того, ни одно открытие или изобретение невозможно вне законов, установленных Богом. Людские достижения лишь раскрывают значимость этих законов. Всемогущий приписал Своей Возвышенной Персоне владение огромными кораблями, плывущими по морям подобно движущимся горам: «У Него бегущие, высоко поднятые на море, как горы» (Коран, 55: 24). Ему принадлежат не только корабли, но и самолеты, ракеты, спутники и все остальное, созданное людьми по воле и милости Бога: «Ваш Господь – тот, который гонит вам корабль по морю, чтобы вы снискивали Его милость; поистине, Он к вам – милосерд!» (Коран, 17: 66).

Очень печально, что сегодня некоторые верующие не размышляют о современных изобретениях по той простой причине, что они являются продуктами цивилизаций, которые не исповедуют ислам или не верят в Единого Бога. В то же время они являются свидетелями, как мусульманский мир стал пассивным потребителем современных достижений и услуг и испытал на себе насилие и мощь современной военной технологии со стороны агрессивных немусульманских стран. Среди такого эмоционального замешательства, некоторые верующие переживают разные чувства, так, например, с одной стороны, они видят силу, милость и бесчисленные блага Бога, проявляющиеся в Его природных творениях, таких как реки, горы, а с другой стороны, они видят крупные изобретения современной технологии – некоторые из них вызывают у них несколько негативную реакцию. Многие сторонники западного и восточного образа мысли способствовали развитию этой тенденции до такой степени, что различие между природными творениями Бога и современными изобретениями человечества привели почти к расколу отношения между наукой и религией.

Тем не менее когда сердца людей становятся ближе к Богу и они видят Вселенную в свете Его знамений,

РАЗМЫШЛЕНИЕ

люди начинают осознавать, что земной шар и все населяющее его представляет собой лишь крошечный атом в бесконечных владениях Бога. Более того, Бог говорит в Коране, что именно Он создал людей и все, что создали их руки и умы: «...А Аллах создал вас и то, что вы делаете» (Коран, 37: 96). Одной из причин униженного положения мусульманского мира сегодня является несоблюдение законов Бога на земле.

В этой связи следует помнить, что, когда Бог привлек внимание людей, населяющих Мекку и Медину и соседние к ним территории, к плавающим по просторам океанов кораблям подобно движущимся горам, в те времена эти корабли главным образом принадлежали людям, которые еще не приняли ислам. Тем не менее это не помешало верующим размышлять о знамениях Бога, пользу которых Бог предоставил в руки неверующих.

Эта короткая глава показала, что размышление о Вселенной может быть неисчерпаемой духовной деятельностью. Однако в нашем мире также есть невидимые существа и феномены, которые способны вызвать интерес у мусульман и сформировать основные аспекты их веры. Вопрос о том, существуют ли ограничения касательно размышления над этими невидимыми глазу феноменами, будет рассмотрен в следующей главе.

Размышление о невидимом и его ограничения

Хотя исламское размышление является свободной формой поклонения, поскольку нет ограничений в том, что человек может чувствовать или представить – то что касается видимого, подобно солнцу, рекам и планетам, или невидимого, подобно ангелам и джиннам, – все же существует одно ограничение, а именно – размышление о Самом Боге. Это не только запрещено, но также и невозможно, поскольку никто кроме Самого Бога не знает, каков Он на самом деле. Всемогущий говорит о Самом Себе в Коране: «Творец небес и земли; Он создал вам из самих себя пары и из животных – пары. Он сеет вас там; нет ничего подобного Ему. Он – слышащий, видящий!» (Коран, 42: 11).

Более того, Бог не ограничен временем и пространством в отличие от человечества. Действительно, люди не в состоянии представить явление или событие без ссылки на определенное время или место и также не могут представить ничего, не сославшись на определенный опыт в прошлом. Попробуйте, например, представить совершенно новый вид животного, не похожего ни на какой другой известный вам. Или попробуйте представить какой-либо цвет, отличный от тех, которые вы уже знаете. Не важно, сколько усилий вы при этом приложите, но вы не сможете представить этот новый вид животного, не нарисовав то, что вам уже известно: вы можете

РАЗМЫШЛЕНИЕ

нарисовать крылья и приставить их к голове животного, или приставить уши к его ногам, хотя крылья, уши и ноги являются составными частями тела известных вам животных. Более того, люди могут слышать только в пределах определенных волн и колебаний – в чем они сильно уступают многим животным и птицам.

Как было отмечено выше, людям до сих пор очень мало известно о мозге и нервной системе человека. Знание о человеческом сознании, душе и психике является скрытой тайной и скрытым богатством. Если люди так ограничены в своих способностях и знаниях в этом преходящем мире, тогда как же они смеют претендовать, на размышление о Том, если никто «Не постигает Его взоры, а Он постигает взоры...» (Коран, 6: 103), о Том, Кто не ограничен временем, поскольку Он Сам создал время? Ибн Масуд сказал: «Для твоего Владыки не существует ни дня, ни ночи. Свет небес и земли исходит от света Его лика. Когда Он будет вершить суд в День суда, земля будет освещена Его ликом»¹. Ученые также утверждают – что бы человек ни представлял о Боге, Он совершенно иной. Ибн Аббас сказал: «Некоторые люди пытались размышлять о Всемогущем, но Пророк посоветовал им: “Размышляйте о творениях Бога, но не о Нем Самом, поскольку вы никогда не сможете сделать этого так, как Он того заслуживает”»². Ал-Газали написал поэму, отрывок из которой прекрасно раскрывает эту тему:

Скажи тем, кто способен постичь мои слова:

Будь краток; ответ непрост.

Тайна в нем заключена.

Что лучшими умами не постичь.

Где душа твоя?

*Способен ли ты узреть ее иль знаешь,
как странствует она?*

Способен ли свои ты вздохи пересчитать?

*Нет! Пропустишь ты их всех.
Где разум твой?
И где твои заботы,
Когда охвачен сном ты?
Скажи мне, но ты несведущ!
Несведущ ты и в том, как хлеб ты ешь,
И как моча проходит сквозь тебя!
Коль слаб постичь ты органы в своем же теле,
Как можешь ты постичь Того,
Кто утвердился на Своем Троне?
Не спрашивай о том, как Слово ниспослано было,
О том, как говорит Владыка и видит как.
Мои слова излишни здесь!
Не применить к Нему ни «где», ни «как» и «почему».
Но Он Владыка «как» и «почему».
Ему известны причины «как» и «почему».
Возвышен Он в Своем Бытии и атрибутах,
И выше всего того, что скажешь ты о Нем³.*

Атрибуты Бога имеют ту же природу что и Его Бытие. Поскольку реальность Его Божественного Бытия известна Ему Самому и может быть ясна только Ему, Его атрибуты имеют ту же суть. Тем не менее верующие могут понимать красоту этих атрибутов, и это будет указывать им путь к Богу в зависимости от уровня их веры. Ибн Аббас сказал:

Бог находится в тени Своих возвышенных атрибутов, и Его атрибуты находятся в тени Его Божественных деяний. Так что ты думаешь о Божественной красоте, находящейся в тени Его совершенных атрибутов и украшенной эпитетами величия и великолепия?⁴

Если мусульманам не разрешается размышлять о Боге, поскольку они не в состоянии постичь Его Возвышенное Бытие своими человеческими чувствами и разумом,

РАЗМЫШЛЕНИЕ

тогда зачем их призывают размышлять о смерти, о переходном этапе (*барзах*) и о потустороннем мире, при том, что все из перечисленного относится к категории невидимого и непостижимого человеческими средствами? Ответом на этот вопрос будет то, что, хотя все эти феномены имеют качества, недоступные для умов верующих в этом мире, они все же являются частью творения Бога. У них даже есть сходство с некоторыми феноменами в этом мире. Например, всякий, кто испытал тайны сна с его кошмарами и приятными переживаниями, сможет представить смерть, ощущения в могиле и переходный этап (*барзах*). И всякий, кто поразмышляет о жизни человека в темноте эмбрионального периода и сравнит это с жизнью человека после рождения и с периодом детства, сможет представить безбрежность всего, что ему предстоит пережить после того, как смерть освободит его из цепей этого мира. Если бы плоду, находящемуся в утробе матери, можно было рассказать об этом мире с его солнцем, луной, реками, деревьями и фруктами, то он не смог бы представить это все, ведь его опыт ограничивается темнотой, в которой он находится. Там ему не приходится есть, пить или дышать, поскольку все то питание, в котором он нуждается, обеспечивается плацентой или поступает через пуповину – самые для него важные органы. Действительно, они обеспечивают плод готовыми питательными жидкостями и кислородом от матери и забирают углекислый газ и отходы. Затем, когда приходит время рождения, плод появляется на свет, пуповина отделяется и плацента, которая уже заканчивает свою задачу, выделяется из матки или уничтожается каким-либо другим способом. Никто не будет о ней беспокоиться, и ни один поэт не будет читать элегию по поводу ее исчезновения!

Наш мир подобен огромной утробе, где тело играет такую же роль, как и плацента в утробе матери. Когда настает момент смерти, душа переходит в другое, более

высокое жизненное измерение в переходный этап (*барзах*), которое настолько больше и сложнее, нежели этот мир, что она уже не нуждается в теле (точно так же, как и новорожденный ребенок не нуждается в плаценте), и тогда тело предается захоронению. Таким образом, люди продолжают переходить в высшие этапы подобно ракете, разгонные блоки которой в конце каждого этапа при сгорании топлива отделяются от основной части, чтобы позволить ей увеличить скорость с более легким весом и более мощной энергией. Это напоминает нам о фразе: «Живые люди спят; они просыпаются, когда умирают» и об арабской поговорке: «Бодрая жизнь – это сон; смерть – это пробуждение от сна; и человек между ними подобен движущейся тени».

Ал-Газали в своем произведении *Ихйа' 'улум ад-дин* («Возрождение религиозных наук») использует картину плода в утробе, чтобы сравнить жизнь в этом мире, жизнь после смерти и жизнь в потустороннем мире в очень впечатляющем повествовании, которое побуждает к размышлению в свете ожидающей нас важной жизни в следующем мире. Он пишет:

Человек рождается дважды: впервые – это когда он «пребывает между позвоночником и ребрами» (тел своего отца и матери) и затем переходит к сохранению в утробе, где он «находится в покое, надежном месте, на период назначенного срока». Затем он следует по пути формирования от капли спермы до сгустка и затем превращается в маленький кусочек мяса. Вторично – это когда он покидает узкую утробу и выходит в большой мир. Соотношение основного воскресения с меньшим подобно большому миру и узкой утробе. Соотношение грядущего, большего мира с миром переходящим, нынешним, подобно большому миру с узкой утробой, и даже еще больше и важнее⁵.

РАЗМЫШЛЕНИЕ

Точно так же блаженство рая и все его плоды, текущие родники и прелести имеют сходство с нашим миром, хотя, конечно же, это, очевидно, всего лишь легкое подобие рая. Сообщается, что Пророк сказал в хадисе кудси: «Всевышний сказал: “Для праведных рабов Моих Я приготовил то, чего не видывал взор, чего не слышали уши и о чем даже не помышляла человеческая душа”»⁶. Тем не менее сходство между блаженством преходящего мира и миром потусторонним очевидно. Коран извещает о том, что, когда счастливые верующие будут допущены в рай, они смогут найти там плоды подобные тем, которые они ели в предыдущей жизни, хотя эти плоды будут более прекрасные и намного более приятные. Их супруги будут также намного красивее и более притягательными во всех отношениях:

«И обрадуй тех, которые уверовали и творили благое, что для них – сады, где внизу текут реки. Всякий раз, как им даются в удел оттуда какие-нибудь плоды, они говорят: “Это – то, что было даровано нам раньше”, – тогда как им доставлено только сходное. Для них там – супруги чистые, и они там будут пребывать вечно» (Коран, 2: 25).

Таким образом, это сходство подтверждает возможность мусульман размышлять об удовольствиях будущего мира, несмотря на тот факт, что реальность этого мира выше человеческого понимания. То же самое можно сказать о мучениях в аду. В этом мире огонь сжигает тела и искажает лица. Возможно, это самое суровое вообразимое мучение, и именно поэтому многие верующие испытывают страх при виде пламени, поскольку это напоминает им о пламени в аду. Ахмад Ибн Ханбал, в своей книге *Китаб ал-зухд* («Книге аскетизма»), сообщает, что Ибн Масуд и ар-Раби увидели кузнецов, нагревающих железо в огне кузнечной печи, яркое

пламя напомнило им об адском огне. Ар-Раби был так испуган, что потерял сознание. Ибн Масуду пришлось отнести его домой, где последний пролежал без сознания до рассвета следующего дня⁷. Хотя его эмоциональная реакция оказалась сильнее его же психологической стойкости, это состояние было вызвано когнитивным ассоциативным воображением, в котором он не терял связь с реальностью. Этот эпизод ясно демонстрирует: верующему вполне возможно размышлять об адском огне, несмотря на отличие от огня мирского. Пророк описал ад потустороннего мира следующими словами:

*Ад разжигали тысячу лет, пока он не стал красным; затем его разжигали еще тысячу лет, пока он не стал белым; затем его разжигали еще тысячу лет, пока он не стал черным как смоль*⁸.

В подобном ему сообщении Ибн Аббас сказал: «Если бы одна капля адского дерева Заккум была брошена в этот мир, то погибли бы все источники жизни обитателей земли»⁹.

Многие ранние и современные ученые из числа верующих записали свои волнующие переживания о размышлении над смертью, переходном этапе (*барзах*) и потустороннем мире. Среди них Абу Али ал-Харис ал-Мухасиб, составивший *Китаб ат-таваххум* («Книгу воображения»), в которой он описывает горечь смерти, блаженство рая и мучения в аду. Автор заставляет читателей представить эти картины и поразмышлять над ними. Он описывает эти события так подробно и ярко, что читающие могут представить себе, будто переживают все потрясающие события в действительности. Вот как он описывает горечь смерти и воскрешения:

Вы представляете, как смерть свалила вас, и вы не можете подняться до Судного дня, когда уже предстанете перед Господом. Вы представляете,

РАЗМЫШЛЕНИЕ

как испытываете на себе ощущения горечи смерти, когда ангел начинает выводить из вас душу из нижних конечностей ваших, и вы при этом испытываете ужасную боль. Затем ангел приступает к полному выведению души из вашего тела, и ваша душа направляется к голове, проходя через все тело. Теперь вы ощущаете боль предсмертной агонии по всему телу... Затем вы смотрите в лицо ангела... и видите, как он протягивает руку к вашему рту, чтобы вывести душу из тела, и вы теперь поражены этим видением... Затем ваше сердце начинает сильно биться в тревожном ожидании, потому что вы ждете неотвратимое Божественное решение: «Возрадуйся ты, слуга Бога! Ты заслужил Его довольство и награду», или: «Проклятие тебе, враг Бога! Ты навлек на себя Его гнев и наказание».

Когда подготовка всех смертных завершена, небеса и земля освободились от своих жителей, которые уже больше не обеспокоены никакими тревогами, наступает тишина, и никого нет, кроме Всевышнего Господа, Великого и Возвышенного, каким Он всегда и был. Затем твоя душа вздрагивает на призыв ко всем живым тварям. Ты представляешь, как этот голос звучит в твоих ушах и сознании; тогда ты осознаешь, что тебя призывают предстать перед Архангелом. Твое сердце замирает, и твои волосы становятся седыми на этот зов. В то время как ты обеспокоен, ты слышишь, как земля раскрывается над головой, и ты вскакиваешь на ноги, покрытые пылью и землей твоей могилы. Ты обращаешь свой взор к месту, откуда услышал призыв, и с тобой вместе встают остальные твари, покрытые пылью и землей, на которой они страдали. Ты представляешь беспокойство и ужас, которым они охвачены...

Ты представляешь свою наготу и унижение... свои волнения и заботы среди толпы нагих, босых и безмолвных в унижении, страхе и ужасе... Ты ничего не слышишь, кроме шарканья их ног... Все короли земли лишились своего владычества. Они теперь более смиренны и унижены, более чем кто-либо в толпе, после своей тирании над слугами Бога на Его земле. Когда все население земли соберется вместе, включая людей и джиннов, дьяволов и животных тварей, диких животных, скот и насекомых в один ряд в ожидании суда, звезды над ними начнут рассыпаться, солнце и луна потухать, и земля погружаться во мрак. В то время как ты и все твари охвачены ужасным страхом, наблюдая вращение неба, и ты наблюдаешь эту ужасную картину, затем небо раскалывается протяженностью в пятьсот лет. Вот смотри! Ты оглушен громким звуком! Затем небо разрывается на части, а ангелы выстроились по его краям в ожидании того, как их Господь превращает небо в подобие жидкого серебра, и все бледнеют от страха Судного дня, как описывает Всевышний: «...и станет желтым, как кожа» (Коран, 55: 37).

Затем книги разлетаются направо и налево, и весы будут установлены, и вы представляете, как весы устанавливаются в вертикальном положении, в то время как твое сердце беспокойно следит за тем, в какую сторону направляется твоя книга: вправо от тебя или влево... Пока ты находишься в ожидании вместе с другими тварями, ты смотришь на Архангела, раздающего приказы своим помощникам. Они приближаются с железными лопатами и вилами... Ты видишь их, и твое сердце наполняется ужасом. Тем временем в присутствии всех зачитывается твое имя: где такой-то? Представь себя, дрожащим от страха... Представь,

РАЗМЫШЛЕНИЕ

как они хватают тебя крепкой хваткой за руки своими грубыми руками, чтобы волочить тебя... пока не принесут тебя к трону Милосердного, бросив не землю. Всемогуший в Своем бесконечном величии обращается к тебе со словами: «Подойди ближе, о сын Адама». Ты теряешься в Его Свете, поскольку стоишь перед великим Владыкой, Величественным и Великодушным. Твое сердце наполняется печалью... и ты смотришь подобно новорожденному ягненку... Как ты пристыжен и испуган перед Владыкой, который всегда был добр и покровитель тебе. Что же ты ответишь Ему, когда Он спросит тебя о твоих злых поступках и преступных деяниях?»¹⁰

То, что записал Мухасиб, является плодом размышления мусульманских ученых о незримых событиях, таких как смерть и потусторонний мир. Будет полезно привести подобное этому подробное описание Сайида Кутба о Судном дне, что также является результатом его рассуждений. Следующий комментарий касается начальных стихов Суры «Ат-Таквир» («Скручивание»):

«Когда солнце будет скручено, и когда звезды облетят. И когда горы сдвинутся с мест. И когда десять месяцев беременные верблюдицы будут без присмотра, и когда животные соберутся. И когда моря перельются, и когда души соединятся, и когда зарытая живьем будет спрошена, за какой грех она была убита, и когда свитки развернутся, и когда небо будет сдернуто. И когда ад будет разожжен, и когда рай будет приближен, узнает душа, что она приготовила» (Коран, 81: 1–14). Эти стихи описывают сцену великого потрясения, которое охватит всю Вселенную. Это событие,

которое не оставит никаких тайн, и все станет явным. Каждый человек получит то, что приготовил для Дня воскресения и суда.

Великие события, которые были упомянуты, указывают на то, что нынешнее состояние Вселенной с ее совершенной гармонией, точным механизмом, доведенным до совершенства благодаря мастерству знающего и искусного Творца, подвергнется полному разрушению. Она закончит свою функцию. Вместе со всеми остальными творениями она перейдет к новой уготовленной для нее жизненной фазе, отличной от всего того, что известно нам в этом мире.

Сура преследует цель укрепить в сознании и сердцах людей мысль о том, что эту систему ожидает неизбежное разрушение, с тем чтобы люди придавали малое значение или вообще не придавали значения благам и роскоши этого мира, хотя они могут казаться долговечными. Сердца и сознание людей должны укрепить в себе идею о вечной истине, то есть о том, что существует Бог, который вечен и неизменен, в то время как все остальное подвержено изменению и гибели. Они должны разорвать цепи привычных понятий, сложившихся у них в этом мире, чтобы постигнуть и принять абсолютную истину, не признающую ограничений во времени, пространстве, ограничений способностей или временных рамок. По мере того, как человек будет переживать эти события вселенского крушения, он не сможет не испытать внутреннее чувство, подтверждающее это. Что касается того, что именно происходит со всеми этими творениями в период Воскрешения, мы можем лишь сказать, что это известно одному Аллаху. Мы можем понять лишь то, что пережили. Когда мы думаем о грандиозном

крушении мира, наше воображение не может представить нечто большее, чем страшное землетрясение или извержение вулкана, или, возможно, падение бомбы. Наводнения наиболее ярко демонстрируют разрушительную силу воды, известную нам. Самые грандиозные события во Вселенной, которые мы могли наблюдать, – это небольшие взрывы на поверхности Солнца, находящегося на расстоянии миллионов миль от нас. Все эти события, какими бы большими они ни казались, ощущаются такими незначительными в сравнении с крушением Вселенной в День воскрешения, что их можно уподобить детской игре. Если мы хотим знать, что в действительности там произойдет, то можем представить себе картину, сравнимую с тем, что мы пережили в этой жизни. Потухание Солнца, возможно, означает, что оно станет холодным и прекратит свое существование. Поскольку Солнце состоит из газа высокой температуры, достигающей 12 000 градусов, его погасание означает, что оно охладит подобно Земле и может принять округлую форму.

Таков, вероятно, смысл начальной части суры, но следует отметить, что смысл может быть и иным. Что касается того, как это именно произойдет или что послужит толчком к началу этого процесса, мы можем лишь сказать, что это известно одному Аллаху. Падение звезд, вероятно, означает, что они выйдут из системы, которая их удерживает и потеряют свой свет и яркость. Только Аллаху известно, какие звезды подвергнутся этим процессам: коснется ли это только ограниченной группы звезд, например, нашей Солнечной системы или нашей Галактики, состоящей из сотен миллионов звезд, или коснется всех звезд, которых миллионы и миллионы? Сегодня точно

известно, что Вселенная состоит из бесконечно-го числа галактик, и каждая окружена своим космическим пространством.

То, что горы будут приведены в движение или сдвинуты с мест, возможно, означает, что они будут раздроблены и развеяны в пыль, как указано в других сурах:

«Они спрашивают тебя о горах; скажи: “Развеет их мой Господь прахом” (Коран, 20: 105).

«...когда сокрушатся горы сокрушением...» (Коран, 56: 5).

«...и сдвинутся горы и станут миражом» (Коран, 78: 20).

Все эти стихи описывают определенное событие, которое повлияет на горы и пошатнет их твердую основу. Это, возможно, будет началом землетрясения, которое сильно встряхнет землю, о чем упомянуто в суре 99 «Сотрясение»: «Когда сотрясется земля своим сотрясением, и изведет земля свои ноши...» (Коран, 99: 1–2).

Все эти события будут происходить в тот самый долгий день, «когда верблюдицы на десятом месяце беременности останутся без присмотра». Согласно арабскому описанию, здесь речь идет о верблюдице на десятом месяце ее беременности. В этом состоянии верблюдица для арабов становится самым ценным владением, потому что собирается увеличить их богатство, дав молодого верблюда, который высоко ценится у арабов, а хозяин получит много молока от верблюдицы, часть которого достанется новорожденному животному, а другая часть – семье хозяина. Тем не менее в тот день, когда будут происходить все эти грандиозные события, такие бесценные верблюдицы будут оставлены и покинуты. Арабы, которые были первыми, кому было адресовано

это сообщение, никогда не оставляли своих верблюдов без присмотра за исключением крайне серьезной угрозы.

«...когда дикие звери будут собраны...» Великий ужас, который охватит диких животных в обитаемых ими диких лесах, будет причиной их сбора в одном месте. Они забудут о своей вражде и двинутся вместе в неизвестном направлении. Они не будут искать своих жилищ или гнаться за добычей, как обычно. Охвативший их ужас изменит поведение даже самых диких тварей. Как же тогда все это повлияет на человека?

«...Когда моря запылают...» Арабский термин, используемый здесь, может означать, что моря будут переполнены водой, подобно тому, как это было при зарождении жизни на Земле. С другой стороны, землетрясения и извержения вулканов могут устранить барьеры, которые в настоящее время разделяют моря, и тогда воды одного сольются в воды другого. Арабское выражение может также означать, что в морях произойдут взрывы, после чего они вспыхнут, как это упомянуто в Коране: «...и когда моря перелились...» (Коран, 82: 3). Взрывы могут произойти в результате распада кислорода и водорода, которые образуют морскую воду. Это может быть также своего рода атомным взрывом. Если взрыв ограниченного количества атомов в среде водорода или атомная бомба вызывают такие страшные последствия, которые мы могли наблюдать, тогда атомный взрыв вод океанов и морей, в каком бы виде это ни произошло, произведет намного более страшный эффект. Точно так же мы не можем представить себе полностью всю действительность ада, который превосходит эти океаны во всех аспектах.

«...Когда души объединятся...» Объединение душ может означать соединение души с телом во время воскрешения. Возможно, что они объединятся в группы, праведники объединятся с праведниками, грешники – с грешниками, о чем упоминается в Коране во многих местах: «...и станете вы тремя группами...» (Коран, 56: 7) – избранная группа, люди правой стороны, и люди левой стороны. Но написанное в Коране может означать также разделение на группы по другим критериям¹¹.

Этого должно быть достаточно, чтобы осознать значимость размышления и свободной медитации над любыми объектами Вселенной без ограничений во времени и пространстве в этом мире или мире потустороннем. Во Вселенной не существует никого, кроме Бога как Творца и Его творений. Верующим не позволено размышлять о Самом Творце, но они вольны рассуждать обо всем другом.

Индивидуальные уровни размышления

Поскольку существуют различные уровни размышления и медитации, то пропорционален ли достигнутый уровень размышления усилиям, приложенным самим медитирующим человеком? Существует ли разница между людьми в этом вопросе? Существуют ли объекты, над которыми размышлять легче, нежели над другими? Дать полный ответ на данные вопросы выше способностей человека. Тем не менее существует по крайней мере девять аспектов и переменных, которые, похоже, совместно участвуют в формировании этих различий. Ниже мы будем рассматривать их подробнее.

ГЛУБИНА ВЕРЫ

Глубина размышления и медитации зависит прежде всего от уровня веры отдельных людей и их близости к Богу. Чем сильнее вера, тем легче им рассуждать о владениях Бога и приобретать от этого возвышенные чувства любви и признания к Творцу. Тем не менее это относится к субъективным представлениям, о чем известно лишь Богу и самим верующим.

Как было отмечено выше, размышление проходит через различные этапы: начальный чувственно-когнитивный, этап познания и признания совершенства и красоты творения и этап, при котором это познание

достигает Самого Творца. Следовательно, чем сильнее вера отдельного человека, его любовь и покорность Богу, тем более глубоким будет размышление и медитация этого человека о сотворении небес и земли. Если верующие будут продолжать размышлять и медитировать, находясь в этом позитивном духовном и эмоциональном состоянии, они смогут перейти от холодного когнитивного этапа к грани между вторым и третьим этапом, где будут плавно двигаться между познанием и размышлением. Это может привести их к глубокому эмоциональному состоянию экстаза, которое бывает иногда настолько сильным, что психика едва способна его выдержать.

Существуют подлинные истории о размышлении верующих. Действительно, человек может начать размышлять в спокойном состоянии, но затем настолько погрузиться в этот процесс, что потерять связь с окружающей действительностью. Например, ал-Газали сообщает в *Ихйа* ‘*улум ад-дин*, что Дауд ат-Таи забрался на крышу своего дома в ночь полнолуния, чтобы поразмышлять о великолепии небес и земли. Однако он настолько погрузился в медитацию, смотря на небо и плача, что провалился в дом своего соседа. Сосед вскочил с кровати и схватился за меч, приняв его за вора. Когда же он узнал Дауда, то отложил свой меч и спросил его, кто толкнул его с крыши собственного дома. Дауд ответил: «Клянусь Богом, я не знаю, как это произошло»¹.

ГЛУБИНА И ПРОТЯЖЕННОСТЬ КОНЦЕНТРАЦИИ

Второй фактор относится к личности верующих и их внутренней способности к концентрации без усталости и скуки. Это качество главным образом зависит от природы нервной системы, дарованной Всемогущим. Были проведены экспериментальные исследования, показавшие

явное отличие в способности людей к концентрации, не теряя при этом терпения. Некоторые из этих психологических исследований были проведены на экстравертах (людях, психический склад которых характеризуется направленностью на внешний мир, обращенностью к окружающим людям) и интровертах (людях, сосредоточенных на своем внутреннем мире). Результаты показали, что сила концентрации имеет биологическую основу в нервной системе человека, она проходит через ретикулярную формацию и активирующую систему. Эта формация, которая находится в стволовой части мозга, выполняет функцию ворот, контролирующую импульсы нервной системы и стимулы, которые двигаются по направлению к верхним центральным точкам мозга.

При наблюдениях за интровертами ретикулярная формация* усиливала сигналы нервной системы, посылаемые разными чувственными органами в мозг. В результате эти люди отличались большей способностью к концентрации и могли находиться в таком состоянии длительное время. Такие люди чувствуют себя хорошо при наименьшем воздействии окружающей среды на их чувственные органы, следовательно, они предпочитают одиночество, они интроспективны. Интроверты обычно не переносят громкую речь или громкую музыку и не любят слишком яркие цвета. Они предпочитают род деятельности, не требующий контактов с людьми или участия в каких-либо шумных волнующих событиях. К такому роду деятельности можно отнести, к примеру, чтение книг, работу в саду или библиотеке и пр. Этот тип людей получает удовольствие от своей рутинной деятельности не испытывая при этом скуку, они склонны

* Ретикулярная формация – сетевидное образование, совокупность нервных структур, расположенных в центральных отделах стволовой части мозга (продолговатом и среднем мозге, зрительных буграх). – *Примеч. ред.*

к планированию дел. В своих общественных отношениях сдержанны и молчаливы, не любят раскрывать своих секретов за исключением узкого круга ближайших друзей. Они редко проявляют взрывные эмоции, враждебное, раздражительное или спонтанное состояние. Результаты многих экспериментов подтвердили, что интроверты могут выполнять работу, требующую продолжительной концентрации в течение длительного времени, с наименьшим числом ошибок из-за переутомления. Таким образом, этот тип людей отличает способность к глубокой когнитивной деятельности в течение сравнительно долгого времени. И если они к тому же размышляющие верующие, то могут пребывать в состоянии глубокого размышления о творениях в течение более длительного времени и глубже, нежели другие люди.

С другой стороны, экстраверты обладают нервной системой, при которой ретикулярная формация подавляет или ослабляет сигналы и стимулы, направляющиеся к верхним центральным точкам мозга. В противоположность предыдущему типу, такие люди нуждаются в более живой и волнующей обстановке, которая устранила бы в них подавленность нервной ретикулярной формации, – по крайней мере так утверждают сторонники этой теории. Экстраверты предпочитают общественные собрания и большое количество друзей, потому что нуждаются в стимуляции, в смене обстановки и постоянном общении. Они не любят одиночества, не расположены к чтению и не выносят рутинной работы. Они часто меняют место жительства, работу, питание, друзей и даже супруг. Эти люди не скрывают своих чувств: вспыльчивы, но быстро прощают, предпочитая род деятельности, не требующий продолжительной концентрации, они не любят однообразия. Лабораторные эксперименты также показали, что экстраверты совершают больше ошибок, и степень концентрации у них ниже, чем у интровертов, в умственной или физической

РАЗМЫШЛЕНИЕ

деятельности². В таком случае в силу их нервной конституции экстраверты могут быть менее терпеливы при глубокой и долгой мысленной концентрации, и когнитивной деятельности, хотя их вера и приверженность могут быть сравнимы с теми же качествами интровертов.

Даже если мы примем во внимание тот факт, что интроверты находятся на более высоком, чем экстраверты, уровне касательно размышления, это не означает автоматически, что экстраверты ниже по положению. Действительно, в силу их нервной и психологической системы, они могут превзойти интровертов в исламских усилиях, когда требуется активное присутствие среди людей, умение дружить или необходимость выступления на публике. В любом случае большинство людей находится между этими двумя типами, с постепенным сокращением числа, относящих себя к одному из них.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ И МЕНТАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ РАЗМЫШЛЯЮЩЕГО

Третий фактор, влияющий на глубину размышления, – психологический. Действительно, размышление требует спокойного сознания и безмятежности, психологического и физического здоровья. Физическое здоровье, несомненно, имеет основное значение для усиления глубокого размышления. Очевидно, что болезненный человек, тучный человек, страдающий от переедания или от пристрастия к наркотикам, не сможет довести свое духовное состояние до высокого уровня размышления. Поскольку я уже обсудил полезное влияние исламского образа жизни на физическое состояние здоровья в своей книге «Кризис СПИДА: Исламский социально-культурный взгляд», я посвящу этот раздел влиянию психологических аспектов³.

Верующий, который охвачен беспокойством, депрессией, навязчивой мыслью, ипохондрией или любым другим психологическим беспокойством, не сможет размышлять с высокой степенью концентрации. Невротики, возможно, смогут размышлять на неглубоком уровне, но те, кто охвачен психозом, умственным расстройством, страдают серьезным торможением умственного развития или слабоумием, возможно, вообще не в состоянии будут это сделать. Таким образом, между спокойным нормальным состоянием и серьезным психозом существуют степени психологического и эмоционального состояния, влияющие на способность к размышлению в соответствии со степенью серьезности каждого отдельного случая.

Несомненно, для размышляющего верующего, болезнь психологического характера более тяжело переносима, нежели физического. Фактически многие верующие воспринимают физические болезни более спокойно, поскольку они считают, что подобные недуги могут дать возможность более глубокой медитации и размышления, способствовать большему духовному поклонению и поминанию. С другой стороны, беспокойство, волнение, депрессия и тяжелое сердце мешают обретению спокойствия, необходимого верующим для размышления. Поэтому Пророк в своих молитвах просил Бога защитить его от беспокойства, печали, слабости и лени⁴. Сегодня из психиатрической и клинико-психологической практики мы знаем, что эти эмоциональные состояния, от которых Пророк просил Бога избавить его, являются фактически основными симптомами беспокойства и депрессии.

ФАКТОРЫ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

Четвертый фактор – это влияние окружающей среды на верующих, он касается того, как они удовлетворяют свои нужды и решают проблемы в повседневной жизни,

РАЗМЫШЛЕНИЕ

и того, до какой степени эти нужды могут помешать или помочь в размышлении. Например, мусульманин, имеющий добронравную и покорную жену, преподающий толкование Корана в университете несколько часов в неделю и живущий в стране, где все потребности комфортной жизни удовлетворены, обнаружит, что окружающая обстановка способствует постоянному размышлению и медитации. В отличие от него, верующий, вынужденный работать в течение долгих напряженных часов в частной компании, расходуя при этом большую часть своего времени на коммерческие дела и государственные тендеры, закончив свой рабочий день, вынужден стоять в долгой очереди в булочную или на АЗС, чтобы обеспечить личные и семейные жизненные потребности, едва ли найдет время или спокойную обстановку для глубокого размышления – даже если он равен другому человеку в своей вере, нервном и психологическом состоянии.

Влияние культуры

Методы воспитания детей в некоторых исламских и неисламских культурах прививают людям с раннего детства любовь и понимание естественной и искусственной красоты. Повзрослев, они тратят значительную часть своего времени и денег на наслаждения и размышления, наблюдая за живописными ландшафтами, или приобретают красивые картины. С другой стороны, есть культуры, которые воспитывают своих людей в таком духе, что их мало что привлекает кроме физической красоты женщин и, возможно, поэзии и музыки.

Печально, что многие наши мусульманские общества подходят под вторую категорию. Ясно помню, как в 1930-х годах я видел англичан, едущих в жаркую погоду на своих автомобилях, велосипедах и такси к Белому

Мосту через Нил в Хартуме (столица Судана), чтобы понаблюдать за закатом солнца. Действительно – это чрезвычайно красивое явление природы. Хартум находится в месте, где Белый Нил, неся воду белую, как мел, встречается с Голубым Нилом, содержащим осадок черного грунта. Две быстрые реки, текущие навстречу друг другу, разделяются четкой линией, не смешиваясь, как будто встретились в схватке два борца равной силы – черный и белый. Солнце садится, излучая красно-оранжевый свет, в значительной степени покрывающий большую часть западного голубого небосвода, которому придает коричневатый цвет пыльная пустыня Омдурмана. Эти английские «ценители» были не туристы, а простые поселенцы, колонизирующие Судан. Некоторые из них совершали ежедневную поездку к Белому Мосту Нила, и я помню, как суданские зеваки и водители такси удивлялись, наблюдая, по их мнению, бесполезное занятие этих представителей Запада: «Что они видят в закате солнца?» – и иронически добавляли: «У них так много денег, что они не знают, как их мудро потратить!»

Среди представителей таких культур те немногочисленные люди, имеющие некоторый талант к пониманию природной красоты и способные позволить себе потратить некоторое время на размышление над этим, могут показаться странными своим соотечественникам. В связи с этим читатель, возможно, будет удивлен, услышав забавную историю об одном таком человеке, не лишенном тонких чувств, – о моем двоюродном брате, жившем в нашем маленьком городе Руфаа на Голубом Ниле. Однажды он собрал свои вещи, чтобы отправиться в столицу Хартум, и стоял в ожидании поезда, который обычно опаздывал. В это время брат заметил очень красивую птицу, севшую на телефонные провода, она не была похожа на птиц, которые обычно обитают в Судане. Он был так поражен ее красотой, что незаметно начал идти за ней по мере того, как она перелетала

РАЗМЫШЛЕНИЕ

с одного места телефонной линии на другое. Когда птица улетела, брат вернулся к своим вещам и обнаружил, что они похищены. Хотя этот инцидент произошел в 1960-х годах, до сегодняшнего дня мои родственники в Руфаа все еще смеются, вспоминая, и приводят этот случай в качестве основания к тому, что мой родственник слишком увлечен тривиальностями.

Таким образом, следует ожидать, что верующие, являющиеся представителями культуры, которая поощряет понимание природной красоты, будут более способными в размышлении, нежели представители тех культур, которые не воспитывают своих детей в духе понимания и восхищения эстетическими аспектами жизни. Именно к этой последней группе адресовано обращение Корана о красоте творений Бога и различии цветов и красок касательно людей, животных и скал.

ЗНАНИЕ ВЕРУЮЩИХ ОБ ОБЪЕКТЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

Шестой фактор зависит от того, насколько люди знакомы или обладают информацией об объекте их размышления, поскольку они гораздо легче выбирают или отдают предпочтение объектам, находящимся в привычном окружении. Например, в то время как я смотрю на небо и размышляю над его удивительной красотой, просторами и мерцающими звездами, верующие специалисты-астрономы, смотрят на небо, размышляют над тем, что они видят, и тем, что скрыто от глаз. Они видят среди разбросанных светящихся звезд миллионы горящих солнц, которые выбрасывают свои огни в далекое космическое пространство; они видят множество созвездий, расположенных на расстоянии миллионов световых лет от нас, движущихся с невообразимыми скоростями до 40 000 миль в секунду по отдаляющимся друг от друга траекториям. Такие ученые глубоко

понимают процессы, протекающие во Вселенной, а именно, что она постепенно расширяется, и понимают стих Корана: «И небо Мы воздвигли руками, и ведь Мы – расширители» (Коран, 51: 47). Они также чувствуют единство Бога, видя единство гармонии в Его творениях. Ученые видят эту гармонию в электронах, протонах и других субатомных частицах, составляющих основную фундаментальную структуру всего существующего во Вселенной. Они видят это даже через призму теории Эйнштейна, согласно которой время и пространство объединены в один физический элемент, в то время как масса и энергия – это два аспекта одного электромагнитного феномена. Даже если бы у нас был одинаковый уровень веры, концентрации и состояния сердца (как у этих астрономов), они бы все равно достигли намного более высокого уровня в размышлении, нежели мы, по причине наличия у них более глубоких знаний.

В следующем отрывке из «Дао физики» Фритьоф Капра описывает глубокое мыслительное ощущение, которое он испытал, отчасти благодаря своим знаниям как специалиста в физике:

Однажды я сидел у берега океана в послеполуденное время, наблюдая за надвигающимися волнами и чувствуя ритм своего дыхания, и вдруг незаметно для себя обнаружил, что, будучи в этой среде, я чувствую себя вовлеченным в гигантский космический процесс. Являясь физиком, я знал, что песок, скалы, вода и воздух состоят из вибрирующих молекул и атомов, что все эти объекты состоят из частиц, взаимодействующих друг с другом путем создания и уничтожения других частиц... Все это было знакомо мне из исследований в области физики высоких энергий, но до того момента я понимал это только через призму

РАЗМЫШЛЕНИЕ

диаграмм... и математических теорий. Пока я сидел на берегу, мой накопленный опыт как бы ожил, «увидев» каскады энергий, спускающихся из космоса... Я «увидел» атомы элементов и те, что составляли мое тело, участвующими во всем глобальном космическом процессе... Я слышал его ритм и его звук⁵.

ХОРОШИЙ ПРИМЕР

И ВЛИЯНИЕ ТОВАРИЩЕСКИХ ОТНОШЕНИЙ

Пророк сказал: «Каждый человек подобен своему другу, так будьте же осмотрительны в выборе друга»⁶. Влияние хорошего примера и товарищеских отношений, несомненно, важно. Разъяснения религии, наблюдения обычных людей и современная экспериментальная социальная психология подтвердили это до такой степени, что вывод об этом стал бесспорным. Точно так же, как дурной пример является серьезным препятствием, хороший пример и хорошие товарищеские отношения составляют один из самых важных факторов, влияющих на глубину размышления верующего. Именно по этой причине ученик, или мюрид, может извлечь большую пользу от общения с верующим, достигшим уровня безмятежной души (*ан-нафс ал-мутмаинна*) в лице своего духовного учителя (*шейха*). Действительно, духовное влияние дружеских отношений с мудрецом может серьезно изменить мировоззрение его ученика и улучшить способность последнего в исламской медитации.

Как мы уже разъяснили, правильное размышление охватывает все когнитивные и эмоциональные стороны человека, становясь более глубоким, более возвышенным и продолжительным, если при этом еще и происходит поминание и восхваление Бога, до достижения

верующими уровня ощущения Его могущества, мудрости, милости и всех остальных качеств во всем, что они видят и что их окружает. Описывая это состояние, Ибн ал-Каййим говорит в своем произведении *Мадаридж ас-саликин* о том, что глубокое и продолжительное размышление верующего откроет перед ним божественные врата, через которые он:

Видит Возвышенного и Величавого, как будто он видит Его над небесами, покоящимся на Своем Троне, наблюдающим за Своими творениями, слыша их голоса, видя их внутренний мир. Затем врата вечности открываются перед верующим, и через них он видит, что все космические процессы и явления бытия находятся в руках одного Всемогущего. Затем, когда он наблюдает за любым творением Бога, он будет видеть в нем след Всемогущего Творца, Его совершенные Атрибуты и проявления величия. Ни одно из Его творений не скроет верующего от Его Творца. Каждая частица творения будет обращаться к верующему, говоря: «Послушай мое свидетельство перед Тем, Кто создал все в наилучшей форме. Я творение Бога, Который создал все наилучшим образом...» Когда это происходит, у верующего в сердце не остается ничего, кроме мыслей и чувств о Возвышенном Творце. И тогда свет знания, свет истины и любви излучается из его сердца так же, как излучается свет от солнца⁷.

Нет сомнения в том, что этот свет, который Ибн ал-Каййим уподобляет свету солнца, также излучается всеми и охватывает всех, кто встречается с такими верующими, дружит с ними или становится их учеником.

РАЗМЫШЛЕНИЕ

ПРИРОДА ОБЪЕКТОВ РАЗМЫШЛЕНИЯ

Восьмой фактор, который влияет на глубину размышления, – это природа объектов размышления и медитации. Я уже разъяснил, с какой легкостью люди могут размышлять о естественных природных творениях, таких как горы, реки и леса, в сравнении с размышлением об изобретениях человека, относя это к благам Бога. Причина состоит в том, что изобретения требуют гораздо большей степени отвлеченности и погружения в эту область мыслительной деятельности, нежели естественные явления. Более того, некоторые естественные природные явления мгновенно стимулируют мысли или сильные чувства, действуя на психологические и духовные аспекты человеческого организма и влияя на сердца и умы людей. Например, ослепительная вспышка молнии, оглушающий грохот грома, сильный проливной дождь или гул ветра – все это имеет определенное влияние на душу человека и легко подталкивает к инертному размышлению о чувстве страха перед Богом и надежде на Его милость. Коран сообщает: «Он – тот, который показывает вам молнию для страха и надежды. Он выращивает облака тяжелые. И гром прославляет Его хвалой, и ангелы – от страха пред Ним» (Коран, 13: 12–13).

С другой стороны, некоторые явления трудно поддаются размышлению, либо потому, что они имеют искусственную природу, такие как технологические изобретения человека, либо потому, что их природа крайне абстрактна. По причине их гипотетической или абстрактной природы они находятся вне рамок времени и пространства, и человеку со средними умственными способностями трудно представить их или понять. Примеры подобных явлений уже были приведены.

ЗНАКОМСТВО С ОБЪЕКТАМИ РАЗМЫШЛЕНИЯ

Хотя знание и понимание объектов размышления может способствовать более глубокому размышлению, следует отметить, не должно казаться удивительным и то, что противоположное также может быть правдивым, – чрезмерное знакомство с объектом может быть препятствием к размышлению о нем. Действительно, однообразное повторение лишает великие космические феномены их великолепия и величия. Иначе говоря, почему мы не испытываем волнения при виде солнечного восхода каждое утро, со всеми присущими этому явлению ясными знамениями грандиозности и величественности? Почему наши души не переполняются покорностью и любовью к Богу, когда мы ежедневно наблюдаем за Его творениями и извлекаем пользу из них: растений, животных, птиц и рыб?

Интересно привести слова Ибн ал-Джаузи, какими он описал эти явления – привычного знакомства и новизны. Он рассказал, как во время долгого паломничества в Мекку был глубоко тронут видом огромных гор Хайбара и упрекнул себя за то, что испытал при этом глубокое чувство покорной любви и благоговейного признания Богу только после того, как поразмышлял о горах. Затем он начал вспоминать о больших морях, небесах и звездах, которые так часто наблюдал, но при этом не испытывал такого же глубокого волнения. Вот как Ибн ал-Джаузи описал свое переживание:

Во время моего паломничества в Мекку, я был несколько встревожен, зная о разбойниках-бедуинах, при следовании по дороге в оазис Хайбар. Я видел огромные горы и удивительные тропинки, все это выглядело действительно изумительно. Сердце переполнялось осознанием величия Творца, чувством, которого я никогда раньше не испытывал.

РАЗМЫШЛЕНИЕ

Я крикнул себе: «Как же тебе не стыдно! Отправься к морю и взгляни на его удивительную красоту глазами своей души, тогда ты станешь свидетелем большего чуда. Затем понаблюдай за Вселенной, и она покажется тебе, по отношению к семи небесам и орбитам, не более чем пригоршней песка в пустыне. Затем представь орбиты и Трон Бога, Рай и Ад... Затем оставь эти мысли и представь, что все это находится в руке Всемогущего, Чья власть не имеет границ. После этого обратись к себе, вспомни о своем появлении и подумай о своем конечном исходе. Подумай и о том, что предшествовало началу: не было ничего, кроме небытия; подумай о том, что будет в конце, то есть после исчезновения всего окружающего, когда останутся лишь пыль и прах. Как может человек чувствовать себя в покое в этом мире, если глаза его души видят и начало, и конец? Как может человек с чувственным сердцем быть небрежным в поминании Бога? Поистине, если бы души людей отвернулись от своих фантазий, они бы растаяли от страха перед Богом и потеряли бы голову от любви к Нему. Но чувства настолько притупились, что могущество Бога может быть осознано лишь при виде гор. Однако если бы у людей было достаточно мудрости, чтобы осознать смысл всего этого, тогда Могущество Бога, проявляющееся на примере этой горы, было бы более заметным, нежели сама гора»⁸.

Чем больше мы знакомы с окружающей нас средой, тем гуще пелена, нависшая над нашими глазами и сознанием. Тогда мы перестаем наблюдать или вспоминать о важных аспектах этих явлений. Возможно, именно это покрывало привычного знакомства мешает человеку размышлять о своем теле, появлении и душе. Действительно,

на протяжении веков люди изучили практически все свое окружение, получили большие знания в геологии, сельском хозяйстве, химии, астрономии, механике и технологиях производств, военном искусстве и т. д. Однако хотя человечество достигло большого прогресса в физических и биологических исследованиях, науки о человеке, такие как психология и социология, все еще плетутся далеко позади. Причина отчасти в том, что эти общественные науки полностью отвергли аспект души человека, а отчасти и в том, что они нелепо принялись имитировать методологии, применяемые в физических науках, и их исследования начались сравнительно поздно в сравнении с физическими и биологическими науками.

В этой главе мы рассмотрели основные факторы, влияющие на глубину размышления, и таким образом подошли к интерактивному обсуждению интеллектуальных, психологических и духовных аспектов верующего мусульманина. Следующий этап состоит в оценке относительной значимости этих факторов.

Несомненно, значение любого аспекта определяется обстоятельствами, в которых находятся сами размышляющие. В некоторых случаях размышление зависит от того, находятся ли верующие в наилучшем психологическом и эмоциональном состоянии. В других случаях мусульманам гораздо легче размышлять, выехав из шумного города в какое-нибудь отдаленное и спокойное место. Тем не менее основной фактор, влияющий на глубину размышления, – это фактор веры. Глубина веры и близости к Богу является основой размышления; другие элементы – лишь второстепенные аспекты, значение которых определяется силой веры. Современные ученые, в частности те, которых называют неомутазиты, далеки от истины, когда заявляют, что сегодня мы более способны, нежели наши предки, – даже более способны, чем сподвижники Пророка, – в размышлении

РАЗМЫШЛЕНИЕ

о Божьих творениях по той простой причине, что благодаря серьезным достижениям в современной науке и технологиях знаем о природе вещей больше. Действительно, реальное влияние всего, что верующие наблюдают и чувствуют в окружающей среде, зависит скорее от глубины их веры и покорной любви к Богу, нежели от того, что им известно или что они узнают о природе вещей. Размышление – это теплое эмоциональное состояние, при котором верующие подвержены влиянию своих чувств от осознания совершенных и удивительных творений Бога во Вселенной; а не просто холодное признание фактов, подкрепленное знаниями.

Концептуальную, хотя и упрощенную, иллюстрацию сказанного можно представить в виде допущения, что эти параметры поддаются измерению с помощью одинаковых единиц измерения, которые увеличиваются или уменьшаются, в зависимости от обстоятельств размышляющего мусульманина. Если мы присвоим фактору веры значение «F», способности концентрации значение «C», знанию верующего об объекте размышления значение «K», качествам объекта размышления значение «Q» и так далее, тогда глубина размышления будет зависеть от влияния фактора веры «F» на каждый из других параметров. Это можно представить в виде упрощенного уравнения следующим образом:

Глубина размышления: $= F (C+K+Q+...)$

Это уравнение показывает, что увеличение фактора веры приведет к углублению размышления, ибо он взаимодействует со всеми другими факторами. Однако, когда другие факторы увеличиваются, они будут иметь лишь ограниченное дополнительное влияние на глубину размышления, что похоже на разницу между сложением цифр и умножением их. Точно так же, когда коэффициент веры «F» упадет до нуля, что соответствует полному неверию, другие факторы будут бесполезны, независимо от их величины, потому что результат

умножения любой цифры на ноль не больше нуля. Следовательно, тем, у кого есть такая степень веры как у сподвижников Пророка, нужно немного знать о том, что они видят в своей среде, и гораздо меньше времени для достижения глубины размышления, недоступной для более слабых людей. В цифрах, если у мусульманина слабая вера на 10 единиц, но обширные знания об объекте своего размышления, обладает достаточным временем и душевным покоем, и другие факторы, которые складываются в 100, то его глубина размышления будет 1000 единиц. Тем не менее тот, у кого гораздо меньше знаний и меньше времени, может обеспечить только половину единиц размышления, то есть 50, но поскольку он обладает высоким фактором веры 100 единиц, его глубина размышления достигнет 5000 – а именно в пять раз больше прежнего! Естественно, духовные и религиозные концепции, такие как вера и размышление, не могут быть предметом таких простых и поверхностных измерений и уравниваний – это всего лишь пример, которым было интересно поделиться с читателями, чтобы прояснить позицию, о которой говорилось.

Я надеюсь, что читатели, желающие улучшить свою практику этой великой формы поклонения и достигнуть более глубокого размышления, получают пользу из приведенных объяснений. Они могут исследовать свои положительные естественные данные Богом способности и их полезный экологический и духовный вклад, чтобы в полной мере использовать их для расширения сферы их размышления, пока оно не будет глубоко и привычно внедрено в их психологическую и духовную сущность. Им также следует попробовать выявить факторы и привычки, которые удерживают их от размышления, чтобы избежать их. Если люди искренни и высоко мотивированы, они обязательно будут направлены на преодоление всех препятствий для поклонения Всевышнему

РАЗМЫШЛЕНИЕ

и размышления о Его творении. Всегда есть творческое и непредвиденное решение хронических проблем.

Например, один мой очень занятой друг, который раньше жаловался на нехватку времени для медитации и поминания Бога внезапно обнаружил, что он теряет два часа каждый день, путешествуя на работу и обратно. Осознание этого и решение использовать время, которое он проводит в своей машине, для размышления и поминания Бога, не только дало ему возможность использовать свое время более эффективно, но это также сняло все тревоги и напряжение долгой поездки и провокации дорожных хулиганов.

Хотя в этой главе были рассмотрены наиболее важные факторы, приводящие к индивидуальным различиям между верующими, очевидно, что у каждого верующего есть свои собственные обстоятельства и индивидуальный жизненный опыт, который оказывает собственное влияние на весь процесс размышления.

Экспериментальная наука и религия: космические законы

Если принять во внимание то высокое положение, которое ислам определил размышлению, то можно представить печальное положение тех, чьи сердца, уши, глаза и умы слепы к ясным знамениям Бога, даже не смотря на то, что эти знамения находятся на виду, днем и ночью во всей Вселенной.

«Сколько знамений на небесах и на земле, мимо которых они проходят и от них отворачиваются!»
(Коран, 12: 105).

Некоторые из таких людей, возможно, располагают знаниями о знамениях Бога через законы, которые они открывают, относя их к материи, энергии и биологии. Но эти знания не позволяют им выйти за рамки поверхностных внешних аспектов или перенестись от осознания чудесных творений к вере в Творца. Коран описывает эту категорию людей следующим образом:

«Знают они явное в жизни ближней, но к будущей они небрежны» (Коран, 30: 7).

Этот переход от наблюдаемых физических, психо-социальных и биологических феноменов к Творцу обозначает основное различие между практикой немусульманских ученых-практиков и мусульманским размышлением.

Действительно, начальные этапы размышления, которые включают размышление о внешней окружающей среде, основаны на осознанном и тонком наблюдении с использованием ощущений сердца, зрения, обоняния, прикосновения, что в свою очередь подобно методу наблюдения, используемого в качестве начального этапа при научном подходе. В экспериментальной науке принимаются лишь эмпирические данные, основанные на наблюдении; далее полученные результаты уже используются для вывода общих правил, гипотез и применения на практике. Точно так же, для того чтобы подтвердить свои гипотезы, ученые-практики возвращаются к повторному наблюдению и исследованию. В своей книге «Поведение человека» Л. Малпасс упоминает о том, как Альфред Норт Уайтхед уподобляет экспериментальную науку аэроплану, взлетающему с твердой основы наблюдения, чтобы отправиться в полет в разреженный воздух обобщений и теорий, чтобы затем опять приземлиться на основу наблюдения и восприятия посредством чувств¹.

Другое сходство между мусульманским размышлением о Вселенной и исследованием ученых-практиков состоит в том, что в своем начальном наблюдении они не пытаются найти в объектах исследования различные и не связанные друг с другом составляющие элементы, а напротив, ищут общие и более постоянные аспекты, такие как законы, управляющие их функциями. Причина состоит в том, что не зависимо от веры, а по своей природе, люди сторонятся хаоса и неопределенности и склонны соблюдать порядок и ясность, пытаясь объяснить бесчисленные стимулы, с которыми они постоянно сталкиваются. Даже в простом чувственном восприятии незаконченных или неясных форм, в лабораторных экспериментах люди пытались произвольно заполнить разрывы или неясные части фигуры, символа, чтобы в итоге получить знакомое им изображение круга,

треугольника или любой другой фигуры, подобно флагу какой-либо определенной страны или символу какой-нибудь определенной ассоциации. Эта тенденция, присущая людям в восприятии образов при участии чувств, придании этим образам определенной формы, нежели в восприятии их в виде отдельных частей, является феноменом, который побудил германских психологов определить психологический взгляд, известный как «гештальт» – немецкий термин, означающий «форма» или «образ».

Такой же феномен можно отследить и в том, как люди пытаются понять, что они воспринимают с помощью других чувств или посредством своих более высокоорганизованных ментальных способностей, к которым они прибегают при решении проблем или задач, абстрактном мышлении и формировании концептуальных представлений. Например, когда люди обращают свой взор к Вселенной, они инстинктивно начинают искать законы, управляющие всеми окружающими явлениями, чтобы понять свое место и роль в этой упорядоченной системе и тем самым покончить с этой разочаровывающей неопределенностью.

Сердца верующих приходят в волнение прежде всего благодаря тем тайнам, которые они узнают из Божественных законов, управляющих божьими творениями, будь то открытия химического языка крошечного муравья или обнаружение орбиты большой планеты. Эта врожденная способность, которую Бог поместил в сердцах всех людей, возможно, является причиной, вследствие которой многие ученые сегодня мыслят и говорят практически как верующие люди. Вот, к примеру, что говорит американский профессор биологии Сесиль Хаманн о балтиморской иволге:

*Что можно сказать о гнезде балтиморской иволги?
Кто обучил птицу этому тонкому мастерству?*

РАЗМЫШЛЕНИЕ

Почему все гнезда, построенные этими птицами, практически идентичны? Если вы скажете – инстинкт, то это не будет полноценным ответом на данный вопрос. Что есть инстинкт? Некоторые люди говорят, что это поведение, которому животные не учатся (другими словами – это врожденная способность). В таком случае невозможно представить себе могущество Бога, проявляемое в этих творениях, которые Он создал в соответствии с законами, едва ли понятными для нас².

Когда мы читаем о том, что писали мусульманские ученые в своих размышлениях начиная с раннего исламского периода, то можем легко удивиться, обнаружив их точные наблюдения, особенно в сравнении с тем, что стало известно современным ученым. Например, продолжая тему о птицах, ал-Газали в своем произведении *Ал-хикма фи махлукат Аллаха* (Мудрость в творениях Божьих) привел подробные размышления о наблюдениях за удивительными твореньями – птицами, что очень совпадает с описанием современных ученых:

Знай же, да благословит тебя Аллах, что Всемогущий создал птицу и сотворил ее легкой, чтобы облегчить ей полет, не дав ей ничего, что могло бы ее отяготить... Он создал лапки птиц, но не создал рук, сделал кожу на лапках шероховатой и придал лапкам совершенную форму... чтобы птицы могли садиться в места, где есть вода и грязь... Будь их лапки покрыты перьями, они бы повредились из-за влажности и грязи... Все это помогает птице в полете. Он создал грудь в виде полукруга, чтобы облегчить полет... и так же устроены округлые концы крыльев... Всемогущий сделал корни перьев сильными, переплетенными прямо,

чтобы соответствовать шероховатой коже на крыльях... Благодаря этим перьям птица защищена от жары и холода. Он снабдил крылья очень крепкими перьями, которые прочно закреплены, ибо это наиболее важный участок на теле птицы; в то время как остальное тело покрыто разными видами более легких перьев для тепла, защиты и красоты... Затем поразмыслий об одном пере, и ты поймешь, что оно создано подобно ткани из тонких нитей, достаточно крепких, чтобы не ломаться, и достаточно подвижных, чтобы прочно удерживать друг друга. Перья полые внутри, что облегчает полет, они не боятся воды и грязи. Если на них все же попала вода, то легкое встряхивание ими удаляет следы влажности, и птица становится опять сухой и легкой. Всемогущий дал ей одно выходное отверстие в теле для выделений и откладывания яиц, чтобы уменьшить ее вес. Он также устроил организм птицы таким образом, чтобы она откладывала яйца, а не носила их с собой, поскольку это создало бы ей лишний вес, что затруднило бы полет. Он создал рулевые перья, чтобы помочь птице летать устойчиво, иначе бы крылья во время полета отвисали бы вправо и влево, так же устроен и хвост – руль, который помогает устойчивому движению «корабля»³.

Этот пример показывает, что глубокое, духовно мотивированное размышление способно вызвать у такого раннего мусульманского ученого понимание и знание, для того чтобы высказать свои мысли о сотворении птицы и ее особенностях так, как будто он современный ученый в области аэродинамики. Птицы являются прекрасными, грациозными творениями, они всегда поражали людей способностью плавно летать по небу,

РАЗМЫШЛЕНИЕ

до такой степени, что люди стали пытаться подражать птицам и в конечном счете создали аэроплан.

Следующие творения, которые мы хотим рассмотреть, это крошечные муравьи. Следующий отрывок – это краткое описание Мустафы Махмуда из его недавних научных исследований этих удивительных существ:

Минутного размышления об одном маленьком муравье достаточно, чтобы возникло удивление. Каким образом муравей научился строить сложные геометрической формы дома с проходами, колоннами, складскими помещениями? Каким образом муравей входит в общность, где специализация и функции точно распределены? Каким образом он научился ловить других насекомых и даже пасти их? Связь между огромным количеством муравьев в организованном сообществе означает, что они пользуются каким-то языком. Последние исследования в этой области показали, что муравьи общаются между собой не разговорным языком или языком символов, а химическим языком. Достаточно понаблюдать за муравейником, чтобы заметить, как муравьи периодически встречаются и обмениваются информацией, это похоже на легкое прикосновение или шепот... Каждый муравей выделяет в рот другого муравья слюну, химический состав которой несет информацию. Например: «Давай-ка сделаем то-то или то-то...» Есть еще одно свойство, присущее муравьям, которое мы не можем назвать интеллектом, но это очень похоже на наличие понимания... муравей сохраняет пищу (зерна, крошки, различного рода добычу и остатки), затем охраняет ее от врагов, готовясь к наступающей зиме... Он делает это, не имея способности думать или планировать что-либо на будущее с его обстоя-

*тельствами и потребностями. Каким образом это все происходит?*⁴

Если сравнить это описание с плодом размышлений раннего периода мусульманских ученых, то можно обнаружить, что они делали такие же наблюдения, как и ученые наших дней. В произведении *Нахдж ал-Балага* («Путь красноречия») Али Ибн Абу Талиб описал муравья и саранчу:

Взгляните на муравья с его маленьким телом и тонкими формами. Его едва ли можно заметить или представить, как он движется по земле и борется за свое пропитание. Он тащит зерно к своей норке и прячет его там. Он собирает припасы в летнее время, для того чтобы подготовиться к зиме, работает в период своей силы, чтобы отдыхать в период слабости. Его пропитание обеспечено в соответствии с потребностями и нормой. Аллах Великодушный, не забывает о нем (Аллах – Податель щедрот) и не лишает его пропитания, даже если муравей находится на сухом камне или неподвижных скалах.

Если вы захотите описать его желудочно-кишечный тракт в верхней и нижней частях, щиток на брюхе, его глаза и органы слуха, расположенные в головной части, то будете удивлены, как это все сложно сотворено.

Возвышен тот, Кто даровал муравью лапки, на которых он стоит, и прикрепил их к его телу. Никто не помогал Ему творить. Если вы отправитесь по путям воображения и достигнете края, это неизбежно приведет вас к Творцу финиковой пальмы, потому что у всего есть одни и те же изысканность и след, и среди живых творений разница незначительна.

РАЗМЫШЛЕНИЕ

В Его творении – большого, изящного, крупного и мелкого, сильного и слабого – во всем есть равномерность. Так же и с небесами, воздухом, ветром и водой. Поэтому вы можете зреть солнце, луну, растительность, камни, смену дня и ночи, потоки рек, огромное количество горных вершин, а также слышать разнообразие языков и диалектов. В таком случае, горе тому, кто не верует в Творца и отрицает Владыку. Они верят в то, что являются подобны траве, которая выросла сама по себе, и в то, что разнообразие их образов (людей) не есть заслуга Творца. Они не уверены ни в одном из своих аргументов, которые яростно защищают, не доверяют ни одному исследованию, о котором услышали. Можно ли поверить в существование строения без строителя или обиды без обидчика?

Если вам угодно, то я могу высказаться и о саранче. Аллах даровал ей два красных глаза – светящихся, как две луны, создал для нее крошечные органы слуха, дал подходящей формы рот и острое обоняние, два резца и две серповидные ноги для крепкой хватки. Фермеры боятся саранчу как врага своих зерновых полей, поскольку они не могут изгнать ее даже совместными усилиями. Саранча атакует поля и удовлетворяет свои желания (голод), хотя ее тело не больше размера тонкого пальца⁵.

В своем произведении *Мифтах дар ас-саада* («Ключ от обители счастья») Ибн ал-Каййим представил описание, подобное этому, где раскрывается глубина его размышления и мудрое наблюдение:

Подумайте об этом слабом муравье и о том, как он искусно собирает пищу и откладывает ее.

Вы видите знамения и извлекаете из этого уроки. Обратите внимание на группу муравьев, отправляющуюся на поиски пищи. Они работают, разделившись на две команды: одни тащат пищу домой, другие отправляются на поиски новой. Две команды не сталкиваются, а выглядят как две отдельные цепочки. Если они находят что-либо тяжелое, то вызывают группу поддержки для помощи в перетаскивании этого груза; затем при входе в дом они делят добычу.

Вот другой удивительный пример их искусности: когда они несут зерно к своим норкам, то разламывают его, чтобы предотвратить прорастание. Если обе половины зерна прорастают, то его разламывают на четыре части. Когда зерно становится влажным, его выносят наружу, чтобы высушить на солнце, а затем вносят обратно внутрь. Вот почему иногда вы замечаете множество разломанных зерен вблизи их норок, но затем, вернувшись, обнаруживаете, что их уже нет⁶.

В своем суждении о муравьях Ибн ал-Каййим приводит интересное повествование, рассказанное одним верующим, глубоко заинтересованным наблюдением за муравьями и размышлением об их деятельности. Он провел научный эксперимент, в результате которого пришел к выводу, что у муравьев есть специальный язык общения и что они подвергают суровому наказанию тех, кто приносит им ошибочную информацию и тем самым вводят сообщество муравьев в заблуждение. Ибн ал-Каййим пишет:

Верующий рассказал мне следующую историю: «Я увидел, как муравей нашел остаток от саранчи и попытался унести его, но не смог. Затем он ушел и вернулся с группой муравьев. До того, как

РАЗМЫШЛЕНИЕ

они прибыли к этому месту, я поднял этот остаток саранчи с земли. Когда муравей и его помощники вернулись, все они собрались вокруг того места, на котором лежал остаток саранчи; ничего не найдя, они ушли. Затем я положил этот кусочек обратно туда, где он лежал, муравей вернулся обратно и попытался унести его, но не смог. И опять он ушел, чтобы позвать на помощь других муравьев, и опять я поднял с земли этот кусочек до того, как группа муравьев вернулась. Когда группа муравьев ничего не обнаружила, они окружили того муравья и до того, как я успел помочь ему, атаковали его, разрывая на части, отрывая одну конечность за другой, в то время как я удивленно наблюдал за этим»⁷.

В своем произведении Тафсир ал-Кашишаф («Интерпретация Корана») мусульманский ученый аз-Замахшари описал насекомых, которые настолько малы, что их невозможно увидеть невооруженным глазом, и тем самым предсказал открытие существования микроскопических существ.

Вы, возможно, замечали на листьях внутри старых книг мельчайших насекомых, которых едва ли можно различить невооруженным глазом, разве только когда они ползают. Когда же они неподвижны, то практически невидимы. Если вы приблизите свою руку в сторону такого насекомого, он тотчас же убежит, спасаясь от возможного вреда. Слава Тому, Кто создал это насекомое в такой форме: его органы, будь они заметны глазу или нет, особенности организма, его зрение и скрытые «намерения»! Возможно, живут существа, которые бесконечно малы в своих размерах. «Хвала тому, кто создал все пары их тех,

что выращивает земля, и из них самих, и из того, чего они не знают» (Коран, 36: 36)⁸.

Будучи в состоянии глубоких духовных переживаний, он затем продолжил и сказал, что это напомнило ему о поэме, которую он написал ранее. Эти строки приводят человека в волнение при чтении их на арабском. Вот их перевод:

*О Тот, Кто москита видит,
Простершего крылья в глубокой и темной ночи,
И видит вены сердца на шее его,
И костный мозг в мембранах тех тонких,
Прости же раба, что в раскаяньи сейчас,
Прости его ошибки в былые времена⁹.*

Подобные ученые не ограничивались размышлением о видимых тварях, а продолжали думать об абстрактных концепциях, в том числе и о самом процессе размышления. Вот что написал ал-Газали о разуме и его удивительных способностях:

Разум – это не человек или образ, который можно увидеть, это не звук, который можно услышать, до него невозможно дотронуться, почувствовать его запах или вкус. Однако он дает команды и подчиняется. Он всегда совершенствуется. Он может размышлять о невидимом и способен увидеть это. То, что ограничено для глаз, достаточно открыто для него. То, что слишком тяжело для любого судна, может вместиться в нем. Он верит в то, что укрыто Всомогущим средь Его небес, и за их пределами, и под землей. Он может видеть все это более ясно, нежели любой глаз. Это место мудрости и основа знания. Чем больше знаний он приобретает, тем совершеннее и действеннее он становится. Он прика-

РАЗМЫШЛЕНИЕ

зывает конечностям двигаться, но время между намерением выполнить команду и самим действием едва ли превышает мгновение, хотя готовность к выполнению команды приходит первой¹⁰.

Ал-Газали продолжил размышления о мудрости Всемогущего в том, что Он ограничил умственные способности новорожденных детей. Он говорил о развитии ума, описывая свои наблюдения, словно являлся специалистом в психологии развития:

Взгляните и поразмыслите о том, что испытывает ребенок, родившийся с присущим его возрасту недостаточным пониманием и восприятием всего окружающего. Если бы он родился с иным восприятием, то не смог бы понять, что происходит вокруг. Он полностью потерялся бы в океане неизвестности в новом для него окружении. Он испытывал бы раздражение, видя себя завернутым в детские пеленки и уложенным в люльку, хотя он и не может обойтись без всего этого по причине слабости и хрупкости тела. Точно так же он не встречал бы чуткого отношения и любви, от которых обычно ребенок получает удовольствие всякий раз, когда принимает самостоятельное решение или делает собственный выбор. Это показывает, что сознание и восприятие, которые совершенствуются постепенно, являются благом для самого же ребенка. Разве вы не видите, как Бог сотворил все вокруг с мудростью и совершенством?¹¹

Таким образом, мы рассмотрели несколько примеров глубоких размышлений ранних ученых и верующих, показывающих их способность проникнуть в большие глубины, чтобы увидеть законы Всемогущего в Его творениях. В этом поиске участвуют как верующие,

предающиеся размышлениям, так и современные ученые, несмотря на разницу в целях и религиозных убеждениях. Действительно, законы и принципы, которые управляют Вселенной, исследуются современными учеными-практиками, с тем чтобы помочь им вернее предсказывать космические и другие явления. Точное предсказание также является одним из наиболее важных свидетельств, используемых в Коране, для утверждения истины всех истин: у Вселенной есть Творец и Бог, который удерживает эту систему с помощью законов, которые Он сам же создал. Следовательно, Коран следует рассматривать как стимулирующее вдохновение, обращенное к врожденной природе, помещенной Богом в сердцах людей в их стремлении к поиску этих законов, регулирующих Вселенную. Подтверждение этих слов находим в Коране:

«Поистине, Аллах – дающий путь зерну и косточке; изводит живое из мертвого и выводит мертвое из живого! Это вам – Аллах. До чего же вы оболещены! Он выводит утреннюю зарю и ночь делает покоем, а солнце и луну – расчислением. Это – установление великого, мудрого!» (Коран, 6: 95–96).

«И солнце течет к местопребыванию своему. Таково установление Славного, Мудрого! И месяц Мы установили по стоянкам, пока он не делается точно старая пальмовая ветвь. Солнцу не надлежит догонять месяц, и ночь не опередит день, и каждый плавает по своду» (Коран, 36: 38–40).

Эти два феномена, демонстрирующие точность установленных Богом законов и их вероятный прогнозируемый характер, являются основой современного научного метода, без которого не может развиваться ни одна экспериментальная наука. Правда и то, что ньютоновское

РАЗМЫШЛЕНИЕ

представление о Вселенной в виде часового механизма было разрушено теорией относительности и квантовой физикой; тем не менее эта научная революция необязательно означает, что во Вселенной не существует порядка, или если он и есть, что человечество не способно узнать об этом.

Как мусульманские, так и немусульманские исследователи получают одинаковую материальную награду и известность, обе группы испытают удовольствие и радостное волнение от умения разрешить задачи, возникающие в ходе исследований. Тем не менее когда мусульманские исследователи действительно искренни в своих трудах, подталкивающие их к исследованию стимулы и последующая награда будут намного более ощутимыми, нежели для их немусульманских коллег. Действительно, когда первые обнаруживают сложные взаимосвязи внутри материального, биологического и психо-социального феномена и видят в нем проявление Божьего замысла и Его законов, то тем самым они выполняют высочайшую форму поклонения. К ним относятся слова из Корана: «...Ведь бояться Аллаха из Его рабов знающие; поистине, Аллах велик, прощающ!» (Коран, 35: 28). Если такие ученые искренне направляют свои исследования на службу Богу, все их усилия в области наблюдений, размышлений и медитаций (выполненные в лабораторных или иных условиях) будут хорошо вознаграждены. К сожалению, мусульманские студенты не понимают должным образом это священное послание и не осознают, что без настойчивости не смогут достичь многого. Если бы мусульманские исследователи рассматривали свою задачу в сфере наблюдений и размышлений как форму поклонения, за которую они могут обрести довольство Бога, тогда бы они были более мотивированы.

Если верующий открывает или изобретает что-то полезное для человечества, Бог засчитает ему это в качестве

постоянной милостыни; он получит вознаграждение и в этой жизни, и в следующей, поскольку его труд будет приносить пользу каждому, кто им воспользуется. Любое исследование, проведенное мусульманином, также означает, что ученый следует согласно предписанию Пророка: «Поиск знаний есть обязанность каждого мусульманина»¹².

Позитивная взаимосвязь между правильным размышлением (как продвинутой формой поклонения) и прогрессом научного знания подтверждается историей прогресса в области экспериментальной науки мусульманского мира. Действительно, нет сомнения, что открытия и изобретения, сделанные мусульманскими учеными во всех областях, дали Европе научные методы, являющиеся сегодня основой современной цивилизации. Также нет сомнения, по крайней мере у мусульман, что такой прогресс явился прямым результатом глубокой веры мусульманских ученых в Бога и результатом соблюдения ими учений своей религии, побуждающей размышлять о сотворении небес и земли. Их выдающиеся исследования и открытия были сделаны потому, что они усердно искали знамения Божьей мудрости, проявляемые в Его творениях и общих законах, которыми Он управляет Вселенной.

В своей знаменитой книге «Солнце Аллаха сияет на Западе» немецкая ученая-ориенталист Сигрид Гунке пишет:

Пророк Мухаммад побуждал своих последователей размышлять и изучать чудеса творений как средство познания и признания власти Творца. Он также заверял своих последователей в том, что знания облегчают им путь веры. Он советовал всем мусульманам и мусульманкам искать знания, объясняя, что это является религиозным предписанием. Он проповедовал, что поиск знаний и их распространение вознаграждается Богом

РАЗМЫШЛЕНИЕ

*так же, как и вознаграждается поклонение. Вознаграждение за учебу равно награде за пост, а вознаграждение за обучение равно награде за молитву или повседневные обязательные молитвы*¹³.

Гунке утверждает, что Френсис Бэкон, Галилей и другие западные ученые не являются теми, кто открыл основы научного метода, как утверждают западные историки, а что действительными предшественниками и учителями мира в этой области были мусульмане. Она также доказывает, что Ибн ал-Хайсам был действительным основателем современной физики и достиг этого благодаря своей теоретическим размышлениям и тщательным наблюдениям. Действительно, тогда как цивилизованный мир того времени не мог найти альтернативу теориям Евклида и Птолемея, согласно которым человеческий глаз излучает пучки света для того, чтобы видеть, Ибн ал-Хайсам категорично опроверг эту теорию. Он сказал: «Не существует пучков света, испускаемых глазом для того, чтобы иметь способность видеть. Напротив, это видимые объекты испускают пучки света, отражаемые в глазу, создавая эффект видения через глазные линзы»¹⁴. Гунке продолжает:

Ибн ал-Хайсам достиг большого успеха в своем исследовании в области оптики и опередил все, что было известно в этой науке, тем самым основав новую дисциплину... Он был первым, кто провел эксперименты, которые привели к изобретению камеры-обскура, явившейся прототипом современной камеры. Таким образом, он доказал, что пучки света распространяются в виде прямых линий... Он также изучил разницу в плотности между воздухом и водой и нашел объяснение преломлению лучей света при их прохождении через прозрачные среды различной плотности. Исходя

из этого, он смог рассчитать высоту воздушного слоя, окружающего землю, она оказалась равной 15 км. Таким образом, он получил беспрецедентный по точности результат... Он также открыл закон, который регулирует воздействие светотражателей и изобрел первые очки для чтения... Влияние этого арабского гения на Запад было велико. Его теории и по сей день доминируют в физике, оптике и других европейских науках¹⁵.

Далее она (Гунке) продолжает перечислять вклады других мусульманских ученых в астрономию, математику, медицину, химию, геометрию и другие области. Она написала с энтузиазмом об Ибн Сине (Авиценне) и его книге Ал-Канун («Канон врачебной науки»):

Какой же это великий гений, что охватил теоретические и практические аспекты медицины во всех ее областях, собрав их таким уникальным образом и представляя их в таком оригинальном и выразительном стиле, что книга стала уникальным и важным достижением среди трудов по медицине на протяжении веков... эта беспрецедентная в истории медицины книга оказала серьезное влияние как на Восток, так и на Запад¹⁶.

Другим непредубежденным ориенталистом, написавшим о вкладе ранних мусульманских ученых в науку в период Средневековья, был Монтгомери Уотт. В своей книге «Влияние Ислама на Средневековую Европу», он привел следующий комментарий о произведении Ибн Сины Ал-Канун:

Ее справедливо называют «кульминацией и шедевром арабской систематизации» (Мейерхоф). Она была переведена на латинский язык в XII в. и явилась основным учебным материалом по медицине

РАЗМЫШЛЕНИЕ

в Европе до конца XVI столетия. В XV в. книга претерпела 16 переизданий, одно из которых было на древнееврейском языке, 20 переизданий в XVI столетии и несколько переизданий в XVII в.¹⁷

Ал-Балхи был уже упомянут мною в связи с его вкладом в когнитивную психологию в его работах о влиянии мысли на обнаружение первых признаков психологических расстройств и применении метода размышления при их лечении. Он был мусульманским ученым-мыслителем и внес также неоценимый вклад в психиатрию. Действительно, он был первым медиком, который определил разницу между неврозом и психозом и классифицировал виды эмоциональных расстройств удивительно современным методом. Он объединил глубокое мышление и размышление посредством исламского учения, классифицировал невроз по четырем видам: страх и беспокойство (*ал-хауф ва ал-фаза*); гнев и агрессия (*ал-гадаб*); печаль и депрессия (*ал-хузн ва ал-джаза*); одержимость (*ал-васваса*). Он ясно объяснил, что в образовании эмоциональных расстройств участвует или имеет место взаимосвязь (*иштибак*) между биологическим строением пациента, окружающей его средой и его внутренней когнитивной деятельностью. Обсуждая эти психосоматические аспекты и индивидуальные различия, ал-Балхи сказал, что, поскольку человек состоит из тела и души, то они могут быть как в здоровом состоянии, так и болезненном, в равновесии или в дисбалансе¹⁸. Расстройства тела включают жар, головную боль и другие физические болезни; а расстройства души – такие симптомы, как гнев, беспокойство и печаль.

Названия восьми глав, касающихся поддержания здоровья души и психики, напоминают содержание современной книги по психотерапии и психической гигиене. Действительно, ал-Балхи, который был мастером арабской прозы, ясно различает нормальное состояние

обычного человека от его крайне эмоционального настроения, от таких же состояний людей, чья эмоциональная природа имеет патологию. Его подход несет как превентивный, так и терапевтический характер и включает когнитивный и психофизиологический методы. В первых двух главах он подчеркивает значение психологического состояния здоровья и то, что расстройство такого характера может быть намного серьезнее физической болезни. Затем ал-Балхи подробно описывает способы избавления от беспокойства, депрессии, гнева и невроза навязчивых состояний с помощью креативной психодушевной когнитивной терапии, и приводит также занимательные конкретные иллюстрации.

Например, обсуждая состояние невроза, связанного со страхом и беспокойством, он дает ряд ярких клинических примеров беспокойства, связанных с воображением будущих проблем, таких как потеря работы или здоровья, или чувство страха перед грохотом грома, или боязнь смерти. Затем так же, как и современные представители рационально-поведенческой терапии*, он отмечает, что многое из того, чего боятся люди, не имеет рационального объяснения. Чтобы доказать это, он уподобляет испуганного, охваченного паникой невротика бедуину, путешествующему в холодную, влажную страну и впервые видящему туман, который воспринимает за твердый непроницаемый объект. Тем не менее как только бедуин входит в туман, то обнаруживает, что это всего лишь влажный воздух, не отличающийся от воздуха, которым он дышит¹⁹.

Кроме его прекрасно разработанной терапии для невротиков, ал-Балхи неоднократно упоминает об эмоциональных отклонениях у нормальных людей, описывая

* Рациональная терапия – направление в психотерапии, где в качестве главных причин психических расстройств рассматриваются иррациональные установки. – *Примеч. ред.*

их состояние как ослабленную форму настоящей эмоциональной болезни. Он не говорит о так называемом невротике как о пациенте, а скорее – как о человеке, чья повышенная эмоциональная реакция превратилась в привычку. Это, как я отмечал в статье об ал-Балхи²⁰, тот подход, в котором современная психиатрия и психотерапия крайне нуждаются. Но они ошибочно, взяв за основу медицинскую модель, серьезно ограничили себя до терапевтического лечения «больного» вместо психологического лечения «несчастной души».

Что более важно, основываясь на своих размышлениях и детальных клинических исследованиях, он смог классифицировать депрессию трех видов, упомянутых в самой недавней классификации психиатрических симптомов (DSM-III-R). Первый вид, о котором упоминается в современной классификации, – это «нормальная депрессия». Ал-Балхи описывает ее как состояние нормальной повседневной печали, которая причиняет боль каждому, поскольку «в этом мире невозможно жить без проблем и лишений». Но более важно, что он смог увидеть разницу между вторым и третьим видами депрессий, – а именно между эндогенными депрессивными расстройствами, возникающими в теле в результате внутренних химических причин, и теми, которые возникают из-за экзогенных, или окружающих, факторов вне тела. В следующем отрывке показано тонкое понимание клинического аспекта этих двух видов депрессий. Читатели, знакомые с психиатрией или клинической психологией, смогут оценить, насколько точно автор определил разницу между ними.

Печаль или депрессия (хузн) бывают двух видов. Хорошо известно, что один вид вызван внешними причинами, такими как потеря любимого родственника, банкротство или потеря чего-либо чрезвычайно ценного для человека. Другой вид

не имеет известных причин. Это неожиданное появление печали и душевного страдания (гуммах), которое носит постоянный характер, отстраняя опечаленного человека от физической активности или лишая его всякого чувства радости или получения наслаждения (шахават). Пациенту неизвестно о явных причинах своей слабой активности и душевного страдания. Этот последний тип депрессии, причины которого неизвестны, фактически имеет корни в физических симптомах, таких как загрязнение крови... и других изменений внутри нее. Лечение состоит в физическом медицинском методе, то есть в очищении крови²¹.

Данные наблюдения оставались незамеченными на протяжении почти одиннадцати веков, чтобы затем несправедливо быть приписанными Эмилю Крепелину, работа которого была опубликована в конце XIX столетия и которому в результате отдано авторство разработки нашей современной системы психиатрической классификации.

Таким образом, здесь было представлено несколько примеров развития экспериментальной науки в мусульманском мире в век, когда размышления о Божьих творениях и законах, с помощью которых Он управляет Вселенной, сформировали основу научного ренессанса того периода. Это была зрелая, гармоничная цивилизация, в которой физическое и духовное взаимодействовали гармоничным и гомогенным образом, основанная на реализации врожденной двойственной природы человека как разумного животного и духовного существа. К сожалению, современные мусульманские общества не смогли поддержать эти ценности, которые принесли верховенство их предшественникам, в то время как Европа построила передовую технологическую светскую

РАЗМЫШЛЕНИЕ

цивилизацию, основанную на материалистической нерелигиозной концепции.

Тем не менее даже если западная цивилизация смогла принести процветание и господство своим народам, она лишила их стремления к духовному развитию. Действительно, в отличие от исламской цивилизации, западная отвергает наличие души, заменив религию новым божеством светской науки. Это отрицание души является главной причиной распространения в современных западных обществах такого состояния человека, как чувство неудовлетворенности. На этой почве происходит огромное количество случаев нервных заболеваний, психоза, наркомании, преступлений, самоубийств, разводов, аборт и пренебрежения людьми престарелого возраста. Упорно возрастающая статистика подобного рода социальных проблем на Западе ясно показывает, что в мусульманских обществах, несмотря на все их недостатки, обстановка намного более спокойная и благополучная.

Если мировоззрение человека не включает наличие веры в существование души или в потусторонний мир, то становится вполне естественным для любого человека быть всего лишь гедонистическим животным, пытающимся максимально насладиться своей материальной жизнью и избегать любого рода болезненных переживаний. Но когда исполнению их желаний мешают жизненные проблемы или болезни преклонного возраста, такие люди неизбежно будут чувствовать себя в подавленном, депрессивном или тревожном состоянии, подверженные невротическим и психотическим реакциям. Или они попытаются «решить» свои проблемы с помощью алкоголя, наркотиков, даже самоубийства. Поэтому, если люди не верят в Богом дарованную душу, то зачем следует женщинам вынашивать детей при нежеланной беременности? Точно так же, если люди страдают от боли или неизлечимой болезни и при этом не верят

в потусторонний мир или существование вечной души, то какой смысл продолжать «бессмысленные» страдания?

Отчуждение ислама и духовных корней его цивилизации есть самая большая беда, она привела к трагическому расколу между физическим и духовным, между наукой и религией. Никогда не существовало более совершенной цивилизации, чем та, которая процветала под руководством ислама, когда знания человека и религия были представлены в самой беспрецедентной гармонии под эгидой покорности Одному Всемогущему Богу. Ученые, такие как Ибн Сина, ал-Балхи и Ибн ал-Хайсам входили в свои лаборатории и госпитали, уверенные, что они не менее уважаемы или поощряемы Богом, нежели верующие, входящие в мечети, для того чтобы предаваться длительному размышлению; фактически они зарабатывали больше уважения и больше награды.

Это напоминает о двух приведенных выше стихах (Коран, 35: 27–28), в которых сказано о тех, кто приобретает знания в результате глубоких размышлений и воспоминаний об удивительном разнообразии людей и животных в цвете и формах, созданных Богом. Существует также ряд хадисов, в которых восхваляется человек, обладающий знанием, перед простым верующим. В одном из этих высказываний Пророк говорит, что *‘алим*, ученый или человек, чьи глубокие познания приводят к большей благодарности своему Создателю в сравнении с верующим, подобен Пророку в сравнении с его самым слабым в своей вере сподвижником²². Это также подкрепляется древней исламской поговоркой: «Чернила, стекающие с ручек праведных мусульманских ученых, лучше, нежели кровь, текущая из ран жертв священной войны». Это описание также дает возможность лучше понять высказывания Хасана ал-Басри и Умара Ибн Абд ал-Азиза, которые уже приводились выше, о том, что «один час размышления лучше, нежели

целая ночь, проведенная в поклонении», и что «поминание Бога есть благой поступок, но размышление о благах Божьих есть наилучшая форма поклонения».

Таким образом, мы можем увидеть контраст между здоровым сочетанием науки и религиозной веры в среде ранних мусульманских ученых и в нынешней ситуации в западном мире (в большей степени среди международной научной общественности). К сожалению, многие мусульманские ученые, вставшие на путь секуляризации, также приняли за основу западную модель. Иронично, что в то время как мусульмане избегают активной исламизации своих общественных и научных дисциплин, западный мир начинает признавать социальный урон, вызванный расколом между наукой, религией и секуляризацией. Многие мыслители Запада открыто говорят об этом неестественном расколе. Например, в своем бестселлере «Люди лжи» известный американский психиатр Скотт Пек пишет, что этот разрыв является основной причиной психологических и психиатрических проблем, которые он обсуждает в своей книге:

Основная причина странного положения дел заключается в том, что научная и религиозная модель до сих пор считались неподдающимися смешению – подобно маслу и воде.

К концу XVII столетия, после того как история Галилея показала ошибочность как науки, так и религии, они «подписали» контракт о разрыве всякого рода отношений. Мир был произвольно поделен на «естественный» и «сверхъестественный». Религия согласилась на то, что «естественный мир» будет полем деятельности ученых. А наука, в свою очередь, согласилась не совать нос в духовный аспект – все то, что касается духовности. Действительно, наука определила себя как «бездуховную»²³.

В одной из своих сравнительно недавних книг, уместно названной «Отрицание души», Скотт Пек раскрывает причины отрицания «души» в западной науке. Он решительно атакует эту атеистическую позицию, а также затруднительное положение, в котором оказались религиозные американские специалисты, ничего не предпринимающие для того, чтобы выйти из этого положения:

Слово «душа», вероятно, присутствует в лексиконе любого неспециалиста... Тогда почему оно не присутствует в профессиональном лексиконе психиатров, других работников в области психического здоровья, исследователей психики человека и врачей в целом?

Существуют две причины. Одной из причин является то, что концепция Бога неизбежно присутствует в концепции души, и «разговор о Боге» практически запрещен в рамках этих относительно светских профессий. Религиозность в них может быть делом отдельной личности, но таковые не желают обижать своих светских коллег. И также не желают терять из-за этого работу. Правда состоит в том, что говорить о Боге или душе на их профессиональных собраниях считается политически некорректным.

Другая причина в том, что эти профессионалы, по сути, склонны к интеллектуальной суровости, а душа есть нечто такое, что не имеет точного и конкретного определения... Меня волнуют не секуляристы, которые отрицают наличие души... меня волнует религиозное большинство, которое не воспринимает свою религию серьезно²⁴.

В «Вечном исцелении» Бенсон также яростно обвиняет «замену в современном мире веры наукой». Он даже идет дальше, затрагивая генетический аспект

РАЗМЫШЛЕНИЕ

веры в Бога, чтобы назвать причину, почему атеисты, выступающие против своего генетического кода веры, ведут жалкую и неудовлетворяющую их жизнь. Он также объясняет эту наследственную связь в свете Дарвина, эволюции, которая, по сути, ответственна за антирелигиозное поведение западных ученых! Это очень важный аспект, поскольку затрагивает исламское убеждение в том, что вера в Бога является составной частью человеческой природы (*фитра*). Хотя ислам идет дальше, заявляя, что она происходит из духа (*рух*), который Бог вдохнул в Адама, а не является просто биологической гармонией. Бенсон пишет:

Даже когда мы (как ученые) приобретаем новую информацию, даже когда мы раскрываем тайны, мы чувствуем пустоту и неудовлетворенность. И вера есть единственное постоянное утешение. Отчасти это потому, что вера в Вечный Абсолют является единственной противодействующей силой против установленных фактов болезни и смерти.

Поэтому я утверждаю, что наша генетическая программа сделана таким образом, что вера в Вечный Абсолют (Бога) является частью нашей природы. С помощью процесса естественного отбора мутирующие гены посчитали веру достаточно важной для сохранения у наших предков и матерей и передачи нам одних и тех же склонностей. Интересно, но в таком случае можно утверждать, что эволюция оберегает религию, вызывая в нашем мозгу генерирование импульсов, необходимых для сохранения веры, надежды и любви, становясь частью нейроматрицы, с помощью которой мы воспринимаем жизнь²⁵.

Самое интересное, что недавние открытия в светской западной науке, которые вначале служили принижению

значимости религии и ее замене, сейчас уже служат началом новой научной революции и возврату к этой прежней позиции. Интересно и то, что во главе этого процесса выступает физика, то есть «королева» точных наук. Никакой другой физик не может высказаться в лучшей форме об этой новой парадигме, чем Фритьоф Капра, который пишет в своем предисловии к книге Рональда Валли и Рольфа фон Эккартсберга «Метафоры сознания»:

Физика сыграла важную роль в формировании старой ньютоновской парадигмы... Это был яркий пример «точной» науки, которая служила моделью для всех других наук. Парадигма, которая сейчас меняется, составляет ценности, которые доминировали в нашем обществе в течение нескольких сотен лет... Они включают веру в научный метод как единственный правильный подход к знанию, раскол между сознанием и материей и взгляд на природу как на механическую систему.

В двадцатом столетии, однако, физика прошла через несколько концептуальных революций, которые ясно раскрыли ограничения механистического взгляда, что привело к органическому, экологическому взгляду на мир, показывая значительные сходства со взглядами мистиков всех времен и традиций.

В современной физике вопрос сознания возрос до уровня квантовой теории с учетом проблемы наблюдения и измерения. Признание того, что человеческое сознание в большой степени определяет свойства наблюдаемого явления на атомном уровне, заставило физиков согласиться с фактом, что резкое декартовское разделение между сознанием и материей, между наблюдателем и наблюдаемым не может быть принято²⁶.

Оптимист может надеяться, что такие вдохновляющие слова изменят сердца светских и самонадеянных ученых Запада, которые все еще полагают, что они являются независимыми наблюдателями социальных и физических явлений и что Бог не имеет никакого отношения к результатам, достигнутым ими эмпирическим методом. К сожалению, лишь несколько ученых, глубоко проникнув во внешние слои своих специализаций, чтобы дойти до самого центра, начинают подвергать сомнению свою высокомерную позицию по поводу подчинения им природы. Бенсон кратко выражает эту идею: «Социологические опросы говорят нам, что большинство (западных) ученых называют себя атеистами. Но тут уместно вспомнить старую поговорку: “Если малые познания в науке отворачивают человека от Бога, то серьезные познания возвращают его к Богу”»²⁷.

Из работ западных мыслителей, таких как Пек, Бенсон и Капра, ясно, что нужная реформа, которая принесет счастье человечеству, не может быть полностью реализована, если научный прогресс не будет построен на основе деятельности человека под руководством Бога. Действительно, это единственный путь, при котором ученые способны вновь осознать любовь и прийти к ней, к обязательству и союзу со всеми Божьими творениями. Касательно этого Коран сообщает: «И Он подчинил вам то, что в небесах, и то, что на земле, – все, исходящее от Него. Поистине, в этом – знамения для людей размышляющих!» (Коран, 45: 13).

Материалистический светский взгляд разрушил тесную связь между человечеством и природой, превратив ее в бесконечную войну и борьбу. Любое открытие или изобретение сенсационно объявлялось в прессе как «поражение природы», словно природа рассматривалась в качестве врага. Обсуждая этот вопрос, Сайид Кутб пишет:

Представители Запада, наследники заблудших римлян, постоянно используют термин «поражение природы» вместо термина «утилизация сил природы». Это указывает на заблудший светский взгляд, удалившийся от Божьего руководства. Но истинный мусульманин, чье сердце близко к Милостивому и Милосердному Владыке, чья душа близка к душам всех творений, прославляющих Бога, Повелителя Вселенной, верит в то, что Бог является Творцом всех этих сил, и он не борется с ними или не рассматривает себя в качестве их противника. Бог создал все эти силы в соответствии с единым законом, чтобы они могли, взаимодействуя в тесной связи, выполнять свои задачи. Он подчинил их человеку с самого начала и дал ему способность раскрывать их тайны и законы. Человек должен благодарить Бога всякий раз, когда имеет возможность получить помощь или пользу от этих сил. Бог – Тот, Кто подчиняет эти силы человеку, а не человек покоряет эти силы²⁸.

Современный мир крайне нуждается в том, чтобы прекратить эту войну и возобновить связь между природой и наукой в вечной гармонии. Когда это запоздалое примирение произойдет, подлинные ученые и исследователи уже не будут питать вражду по отношению к Вселенной или иметь желание покорить природу. Они будут подобны Ибн ал-Хайсаму, Джабиру Ибн Хайяну и ал-Хорезми, которые достигли великих научных достижений путем размышления о Божьих творениях с открытым сердцем и проницательным умом.

На тесную связь мусульманских ученых прошлого с Божьими творениями фактически повлиял пример и высказывания Пророка. Действительно, он часто говорил о неживых объектах в природе с таким чувством,

как будто он разделял с ними свою покорность Всемогущему Богу. Например, однажды во время хиджры (переезда) в Медину он обратился к молодому месяцу к глубоким чувством привязанности в сочетании с любовью и почтением к Богу, Который сотворил луну и его самого, и Которого оба творения прославляли в один голос. Он сказал: «О, месяц добра и водительства, я верую в того, Кто создал тебя. (О, месяц) Это наш Владыка и твой Господь»²⁹. Пророк также с самыми трогательными словами обратился к горе Ухуд в Медине и сказал своим сподвижникам: «Ухуд – гора, которая любит нас, и мы любим ее»³⁰.

Если такая любовь и привязанность могут быть направлены на неодушевленные предметы природы, то читателю нетрудно представить, какую искреннюю любовь Пророк испытывал в отношении растений, животных и других людей. Сообщается, что Пророк рассказал об одной женщине, которая будет брошена в ад, за то, что заперла и не выпускала кошку до тех пор, пока та не умерла от жажды и голода³¹. С другой стороны, блудница будет допущена в рай, потому что спустилась в колодец, чтобы набрать воды для умирающей от жажды собаки в пустыне³². Таким образом, мусульмане относятся к природе не как к врагу, которого нужно покорить, а как к другу, которого нужно ценить и уважать.

Заключение

В этом исследовании я попытался представить значимость размышления (*тафаккур*) о Божьих творениях, рассматриваемого как религиозную обязанность всех мусульман, и указать на то, что Коран и хадисы пророка Мухаммада изобилуют учениями, которые побуждают мусульман регулярно поклоняться Богу путем размышления о Его творениях. Эти учения используют все методы, такие как восхваление верующих, которые заняты этой благой деятельностью, и обвинение неверующих, которые не размышляют о своем сотворении или сотворении мира. Нет мусульманина, который, выполняя молитву или зикр (поминание Бога), не предавался размышлениям о благах Бога и Его неограниченном могуществе. Точно так же размышление не может выполняться без поминания. Как я уже объяснял, они подобны двум сторонам одной монеты.

Поэтому, если мусульмане желают идти духовным путем истинных верующих в их трансцендентном путешествии к уровню духовного просвещения и глубокого познания (*шухуд*), они не смогут найти занятие лучше, чем глубокое размышление. Действительно, по мере того, как они очищают и совершенствуют свою способность размышлять от простого чувственного восприятия к действительному глубокому познанию, они достигают совершенного уровня, при котором их сердца и умы наполняются любовью и прославлением Всемогущего и видят своим физическим и духовным зрением, что все

РАЗМЫШЛЕНИЕ

во Вселенной всецело подчинено Богу, покорно Его воле и окутано Его милостью и состраданием. Как засвидетельствовали многие мусульманские ученые и мудрецы, верующие, достигшие этого уровня, являются самыми счастливыми людьми. Они обретают в этом мире довольство Бога и состояние умиротворения и блаженства.

Читатель-мусульманин, желающий подняться по этой духовной лестнице, я надеюсь, извлечет пользу из дискуссий об индивидуальных различиях между мусульманами, предающимися размышлению в достижении высокой степени духовного познания, и девяти факторах, влияющих на глубину этого благого занятия. Затем целеустремленный читатель должен исследовать свои духовные возможности, свою врожденную способность к концентрации и позитивные условия окружающей среды. Он также должен пытаться выявить все свои негативные привычки и другие беспокоящие аспекты, отвлекающие его от размышления, с тем чтобы избавиться от них с помощью других факторов. Если он будет старательно и искренне выполнять эти указания, то сфера его размышления расширится до такой степени, что глубоко укоренится и станет обычным занятием для его психологической и духовной составляющих.

Люди отличаются в своих стараниях по улучшению способности размышлять, а также в вопросе индивидуальной практики. Например, в то время, как одни могут извлечь пользу от следования рекомендациям для достижения лучшей формы размышления, другие могут достичь успеха путем расширения своих знаний о совершенных механизмах во Вселенной Бога как среди мелких творений, так и далеких галактик, или они могут обнаружить, что молитвы и поминание Бога в ночной период или ранние часы более действенны. Нет сомнения в том, что человек, который более искренен и мотивирован, достигнет большего знания о Боге и более высокого духовного познания. Следует отметить, что

любое долговременное изменение в поведении не может быть достигнуто без посвящения этому времени и энергии, и духовное совершенствование не исключение.

Я надеюсь, что первые две главы этой книги о размышлении с точки зрения психологии и вклада ранних мусульманских ученых прольют свет моим коллегам на вопросы психологии и психотерапии, в частности тем, кто все еще подражает западной модели. Действительно, если европейские психологи жалуются на американизацию психологии, несмотря на сходство их культур, как тогда можем мы, мусульмане и специалисты развивающихся стран, продолжать основываться на их теории и практике, включая и те, которые еще даже не были применены в их западных обществах? Сейчас западные психологи осознали, что этот экспорт неподходящей американизированной психологии в страны третьего мира является практикой, которая может лишь навсегда сохранить зависимость и эксплуататорские традиции, напоминающие о периоде колониализма.

В статье под названием «Разве это наука? Традиционный и альтернативный подход к вопросу социального поведения» два психолога, Ф. Мохаддам из Университета Джорджтауна и Р. Харри из Оксфордского университета, очень глубоко исследовали ошибки психологического рабства в отношении «американизированной» западной психологии в странах третьего мира:

Самый важный фактор, формирующий психологию в международной среде, продолжает выражаться в виде резких неравенств между нациями и внутри них. Неспособность психологии помочь странам третьего мира в их развитии происходит главным образом по причине неравенства между странами... и, конечно же, это неэтичный вопрос. Мнимое психологическое «знание», достоверность и применимость которого крайне сомнительны

РАЗМЫШЛЕНИЕ

даже в западной среде, все еще активно экспортируется в страны третьего мира как часть большой системы обмена, руководствуясь соображениями прибыли (утолщение М. Бадри).

Далее, они подчеркивают ситуацию нынешней гегемонии американской психологии во всем остальном мире, и то, как это воспитывает подчиненность и зависимость студентов, учащихся – будущих психологов в развивающихся странах:

Соединенные Штаты утвердили себя как единственную супердержаву, навязывающую свою психологию остальному миру... Психология продолжает экспортироваться из США в страны мира, при том что практически не уделяется внимание (даже, если и уделяется, то незначительное) тому, насколько соответствует экспортируемая психология условиям той или иной страны... Точно так же при обучении в США психологов из стран третьего мира и других западных стран не принимаются во внимание нужды и запросы с мест их постоянного проживания. Действительно, продолжительный экспорт... и неправильно обученный персонал, возвращаясь из западных стран в страны третьего мира, усиливают зависимость последних и продолжают экспорт эксплуататорских традиций, насаждаемых посредством колониализма (утолщение М. Бадри)¹.

Западная психология в общем и психотерапия в частности на протяжении многих лет были введены в заблуждение светскими теориями и практикой, которые в конечном счете оказались ошибочными, бесполезными, а временами и совершенно вредными. Например, психоаналитические теории и терапия Фрейда, неверно бравшие за основу бессознательную сексуальную и

агрессивную мотивацию, доминировали над западной психотерапией в течение более 70 лет, а затем на смену пришла радикальная бихевиористская парадигма. Хотя и более действенная при незначительных и специфических расстройствах, таких как неврозы страха, эта терапия не менее враждебна, чем психоанализ для духовных аспектов природы человека. Тем не менее с наступлением современной когнитивной революции, западные психотерапевты начинают признавать огромное влияние сознания у их пациентов, что в конечном счете приведет к уважению религиозных и духовных убеждений последних.

Это настоящая революция, поскольку сейчас становится ясно, что ни бессознательный сексуальный конфликт, ни внешние стимулы сами по себе не являются причинами эмоциональных расстройств, а скорее восприятие, мысли и размышление человека об этих стимулах или переживаниях делают его невротиком. Таким образом, после многих лет блуждания в пустыне бездушных теорий, психотерапия в конце концов возвращается к здоровой практике когнитивного лечения, которая всегда применялась для оздоровления эмоциональных расстройств. Как я упоминал в главе о работах ранних мусульманских ученых по вопросам исламской когнитивной психологии, эти когнитивные терапевтические методы были тщательно исследованы и описаны нашими древними мусульманскими врачами и целителями.

Таким образом, если человек религиозен, все его представления и понимание переживаний в этом мире будут принимать религиозную окраску. Оказание ему помощи на психологическом уровне, без и знания его духовных представлений, обречено на неудачу. Соответственно, если терапевт остается лояльным к устаревшей западной модели светского упрощенного подхода, то он бессилен помочь пациентам из числа мусульман,

РАЗМЫШЛЕНИЕ

чьи взгляды отражают основы исламской религии и оказывают влияние на весь их образ жизни.

Что касается мусульманских ученых, и в частности тех, кто проводит большую часть своего времени в лабораторных и других исследованиях, я надеюсь, они найдут мою главу о мусульманских ученых как размышляющих верующих, полезной. Действительно, многие молодые студенты, изучающие естественные науки, полагают, что ученые строго следуют этапам эмпирических, индуктивных и дедуктивных методов, когда пытаются изобрести новые технологии или раскрыть новый феномен. Тем не менее эти ясно очерченные этапы для определения проблемы, формулирования гипотезы, экспериментирования и сбора данных и затем тестирования гипотез, которые тщательно изучаются студентами естественных наук, являются всего лишь общими правилами. Глубокое мышление и размышление, которые приводят к непредвиденным результатам, основанным на интуиции, являются намного более обычным и общепринятым делом, что ученые не сразу готовы признать. Временами открытие или изобретение может быть даже результатом «ошибки», произошедшей по воле случая и зафиксированной в лабораторных условиях.

Мусульманский ученый, движимый духовной мотивацией, твердо верит, что то «недостижимое», в поисках которого он находится, хранится в неистощимой сокровищнице знаний Бога и что посредством упорной работы, глубокого размышления и обращения к Всевышнему в молитвах он получит озарение к решению проблемы. Такой ученый является более сильным верующим, нежели тот, кто просто молится в мечети. Действительно, мы часто забываем о ценности и значимости молитвы (*сала́т*) и мольбы (*ду'а*) при решении своих проблем, связанных с интеллектуальной деятельностью, при желании избавиться от печали, хотя Бог в Коране говорит о том, что Он внимает опечаленной

душе, когда она взывает к Нему, и Он избавляет ее от печали: «Тот ли, Кто отвечает утесненному, когда он взывает к Нему, и удаляет зло, и делает вас наместниками на земле? Или какой-то бог вместе с Аллахом? Мало вы вспоминаете» (Коран, 27: 62).

Переживание ученого, находящегося в терпеливом ожидании нового озарения, может быть оценено только теми, кто испытал подобное состояние. Я лично знал двух приверженных своему делу студентов-мусульман, получивших степени магистра естественных наук и доктора философии, но испытавших серьезные трудности при достижении нужных результатов. Они проводили долгие часы в своих лабораториях, работая в одиночку, и в своих молитвах просили Бога о помощи. Один из них, учившийся в Американском университете в Бейруте, обычно устанавливал приборы в лаборатории для запуска эксперимента, и после начала процесса падал ниц в положение (*суджуд*) на долгое время, прося Бога о помощи в нахождении решения, и при этом не поднимал головы от пола. В результате неожиданно они нашли правильное решение – один из них пришел к нужному выводу в ходе размышлений, а другой в ясном сне получил решение химической формулы, которую записал проснувшись.

Современные светские психологи и некоторые прозападные мусульмане могут объяснить подобный феномен в свете гештальт-интуитивного обучения, согласно которому обезьяны догадываются соединить две короткие веточки, чтобы достать банан, потому что при использовании веточек порознь их длины не хватает, или в свете латентного обучения. Сны рассматриваются как инструмент воплощения бессознательных сексуальных и агрессивных импульсов, как способ, с помощью которого мозг избавляется от ненужной информации – то есть точная противоположность тому, что произошло с ранее упомянутыми мусульманами,

специалистами в области химии, – или просто как бессмысленные, случайные нервные импульсы, которым мозг пытается придать смысл. Духовный аспект снов как носителей знания в таком светском мировоззрении просто не принимается.

Западные ученые придерживаются такого материалистического объяснения, потому что не желают переступать пределы материального измерения; Бог или даже «духовное» не принимаются в расчет при попытке объяснить феномен. Напротив, они полагают, что, описывая явление или событие с помощью мирских терминов и изобретая новый термин для его «пригодности», они уже разрешают тайну этого явления, и когда термин уже вступает в применение, психологи получают ложное представление о сути вопроса. Временами такие термины даже используются в циркулярной форме, чтобы «объяснить» другие психологические явления. Например, неопределенный термин «внушение» часто объясняется как то, что происходит во время гипноза, а «гипноз» определяется как измененное состояние сознания, в котором внушение играет основную роль. Настоящая природа гипноза и внушения все еще остается неопределенной в современной психологии, возможно потому, что она не причисляется к простой бихевиористской парадигме.

Будучи мусульманами, профессионалами мы должны быть внимательны при исследовании такого светского направления. Даже если психологическое явление или теория получили подтверждение эмпирическим методом, нам необходимо напоминать себе о том, что существует Тот, Кто создал эту психологическую реальность, и попытаться найти Божественную мудрость в этом принципе. При принятии каких-либо учебных теорий или практик мы должны всегда руководствоваться принципами, знания о которых Бог даровал нам, и быть благодарными Ему, поскольку ни один человек не способен обрести новое знание без Его воли, как Сам Он и говорит об этом в Коране.

Примечания

Введение

- ¹ Хадис, рассказанный со слов Абу Саида ал-Хакима в книге Джалал ад-дина ас-Суйути «Ал-Джами ас-Сагир». Т. 1. Beirut: Dar al-Fikr, 1981. С. 273.
- ² Цитируется в книге Имама Зайн ад-дина Ахмада Ибн Абд ал-Латифа аз-Зубайди. «Сахих ал-Бухари». Т. 1. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 1993. С. 31, хадис 47.
- ³ «Встать перед Богом» – означает искренний поиск правды; «по двое или по одному» – означает освободиться от влияния и давления коллективного сознания.

От автора

- ¹ (SAAS) – Салла-лЛаху алайхи ва саллам – да благословит его Аллах и приветствует. Говорится всякий раз при упоминании имени Мухаммада.

Глава первая

- ¹ *Watson. J.B.* Behaviourism. London: W. Norton & Co., 1970. P. 9.
- ² *Ibid.*
- ³ *Eccels John.* Evolution of the Brain: Creation of the Self. London: Routledge Publishers, 1991. P. 225.
- ⁴ *Malik B. Badri.* Ilm al-Nafs min Manzur Islami. Khar-toum: IIIT, 1987.
- ⁵ *Eysenck H.J.* Psychology is about People. London: The Penguin Press, 1972. P. 300.
- ⁶ *Thomas Kuhn.* The Structure of Scientific Revolutions. Chicago: University of Chicago Press, 1970.

- 7 *Eccels John*. Evolution of the Brain: Creation of the Self.
- 8 Ibid.
- 9 *Karl Popper and John Eccles*. The Self and Its Brain. London: Routledge Publishers, 1990). P. 372.
- 10 *Uttal W*. The Psychobiology of the Mind. London: John Wiley Publishers, 1978.
- 11 *Pearce J.C*. Evolution's End. San Francisco: Harper Collins Publishers, 1992. Pp. 103–104.
- 12 Ibid. P. 103.
- 13 Ibid. P. 104.
- 14 Ibid. Pp. 104–105.
- 15 *Abu Hamid al-Ghazali*. Ihya Ulum al-Din. Beirut: Dar al-Qalam, without date.
- 16 *Yusuf Bashir al-Tijani*. Diwan Ishraqah. Beirut: Dar al-Thaqafah, 1972.
- 17 *Abbas Mahmud al-Aqqad*. Al-Lughah al-Shairah. Cairo: Maktabat Gharib, without date.
- 18 Ibid. P. 70.
- 19 *Anwar al-Jundi*. Al-Fusha: Lughat al-Qur'an. Beirut: Dar al-Kitab al-Lubnani, 1982. P. 27.

Глава вторая

- 1 *Ibn Qayyim al-Jawziyyah*. Miftah Dar al-Saadah. Riyadh: Ri'asat al-Ifta, without date. P. 183.
- 2 *Abu Zayd al-Balkhi*. Masalih al-Abdan wa al-Anfus. MS 3741. Стамбул: Библиотека Айа-София. Копия сделана Институтом арабо-исламских наук. Франкфурт-на-Майне, 1984.
- 3 *Aaron T. Beck*. Cognitive Therapy and Emotional Disorders. New York: New American Library, 1976. Pp. 29–35.
- 4 *Ibn Qayyim al-Jawziyyah*. Al-Fawaid. Beirut: Dar al-Nafa'is, 1981. P. 173.
- 5 Ibid.

- ⁶ *Abu Hamid al-Ghazali*. Ihya Ulum al-Din. T. 3. Pp. 56–59.
- ⁷ Ibid.
- ⁸ Ibid.
- ⁹ *Abu Hamid al-Ghazali*. Al-Hikmah fi Makhluqat Allah. Beirut: Dar Ihyaal-Ulum, 1984. Pp. 13–14.
- ¹⁰ *Ibn Qayyim al-Jawziyyah*. Miftah Dar al-Saadah. P. 180.
- ¹¹ Ibid.
- ¹² *Abu Hamid al-Ghazali*. Ihya Ulum al-Din. T. 4. P. 389.
- ¹³ Ibid. P. 388.
- ¹⁴ Ibid. Pp. 388–389.
- ¹⁵ *Ibn Qayyim al-Jawziyyah*. Miftah Dar al-Saadah. P. 180.
- ¹⁶ *Ibn Qayyim al-Jawziyyah*. Madarij al-Salikin, ed. Abd al-Munim al-Salih. The Emirates: Wizarat al-Awqaf, without date.
- ¹⁷ *Ibn Taymiyyah*. Majmu Fatawaal-Imam Ahmad ibn Taymiyyah. T. 10. Riyadh: Matabi al- Riyad, n. d. Pp. 221–225.
- ¹⁸ *Muhammad al-Ghazali*. Fiqh al-Sirah. Beirut: Dar al-Kutub al-Hadithah, 1960. P. 190.
- ¹⁹ Ibid.
- ²⁰ Будет интересно отметить, что в течение всего периода, когда Фрейд писал свои основные сексуально направленные теории, он имел пристрастие к кокаину; таким образом, многие из его сексуально направленных теорий, которые преподносятся студентам как «наука», фактически есть не более чем несвязный рассказ изобретательного наркомана. Для справок см: *Thornton E.M.* Freud and Cocaine: The Freudian Fallacy. London: Blond & Briggs Publishers, 1983.

Глава третья

- ¹ *Malik B. Badri*. The Aids Crisis: An Islamic Socio-Cultural Perspective. Malaysia: ISTAC Publications, 1997.
- ² *Bengelsdorf I.S.* «Addiction to alcohol and morphine was chemically considered the same». 05.03.1970, Los

- Angeles Times, II, 7. Look in *R.C. Carson, J.N. Butcher, J.C. Coleman*. Abnormal Psychology and Modern Life, 8th edition. London: Scott, Foreman & Co., 1988. P. 368.
- ³ Herbert Benson. Timeless Healing. London: Simon & Schuster, 1996. Pp. 272–274. Look in Susan R. Burchfield, Stress: Psychological and Physiological Interactions. London: McGraw Hill Books, 1985. P. 113.
- ⁴ «Органически ориентированные» – то общее описание, характеризующее мед. практиков, которые преуменьшают значимость психологических аспектов в этиологии расстройств и преувеличивают физиологические аспекты и значимость в применении лекарственных средств.
- ⁵ *Herbert Benson*. Beyond the Relaxation Response: How to Harness the Healing Power of your Personal Beliefs. New York: Berkley Books, 1985.
- ⁶ *Herbert Benson*. Timeless Healing the Power and Biology of Belief. New York, 1996.
- ⁷ *S. Wolf*. ‘Effects of Suggestion and Conditioning on the Action of Chemical Agents on Human Subjects: the Pharmacology of Placebos’, Journal of Clinical Investigation 29 (1950). Pp. 100–109.
- ⁸ *J.P. Pinel*. Biopsychology. Boston: Allyn & Bacon, 1993. Pp. 591–593.
- ⁹ *Herbert Benson*. Beyond the Relaxation Response: How to Harness the Healing Power of your Personal Beliefs.
- ¹⁰ Ibid.
- ¹¹ Ibid.
- ¹² Ibid.
- ¹³ *L. Le Shan*. How to Meditate. London: Bantam Books, 1988.
- ¹⁴ Ibid. P. 109.
- ¹⁵ *Herbert Benson*. Beyond the Relaxation Response: How to Harness the Healing Power of your Personal Beliefs. P. 111.

- ¹⁶ *Abul A'la Mawdudi*. Mabadi' al-Islam. Damascus: Dar al-Qur'an al-Karim, 1977.
- ¹⁷ *Herbert Benson*. Timeless Healing.
- ¹⁸ Ibid. P. 177.
- ¹⁹ *Ahmed Elkadi*. Quranic Concepts for Eliminating Negative Emotions: Another Aspect of the Healing Effects of the Quran. Presented at the fifth International conference on scientific signs in the Koran and Sunnah, Moscow, Russia, September 1993.
- ²⁰ *Muhammad Khair al-Irgisoosi*. The influence of Muscular Relaxation and Islamic Prayer in the Treatment of Essential Hypertension, Ph. D. Thesis (University of Khartoum, 1992).
Эта работа была первоначально выдвинута на соискание степени магистра гуманитарных наук, но затем повышена до степени доктора философии (высшая учёная степень, которая присваивается магистру как гуманитарных, так и естественных наук после нескольких лет научной работы и защиты диссертации перед комиссией, состоящей из профессоров за тщательное исследование и вклад. Степень была присвоена в 1992 году.
- ²¹ *Herbert Benson*. Timeless Healing. P. 158.
- ²² Ibid. стр. 158–159.
- ²³ *L. Le Shan*. How to Meditate. P. 77.
- ²⁴ *Ibn Qayyim al-Jawziyyah*. Madarij al-Salikin. Pp. 31–32.
- ²⁵ *Ibn Taymiyyah*. Majmu Fatawaal-Imam Ahmad ibn Taymiyyah. T. 10. P. 647.

Глава четвертая

- ¹ *Yusuf Ali*. The Holy Qur'an: Text Translation and Commentary. Maryland: Amana Corporation, 1989. P. 582, notice 1788 (12: 105).
- ² *Sayyid Qutb*. Fi Zilal al-Qur'an. T. 5. Beirut: Dar al-Shuruq, n. d. P. 2809.

- ³ *Al-Hafiz ibn Kathir*. Tafsir al-Qur'an al-Azim. Т. 1. Beirut: Dar al-Ma'rifah, 1969. P. 438.
- ⁴ *Herbert Benson*. Timeless Healing. Pp. 68–69, 74.
- ⁵ *Sayyid Qutb*. Fi Zilal al-Qur'an. Т. 6. Pp. 3279–3280.

Глава пятая

- ¹ Перевод и комментарий этого стиха Мухаммада Асада. *The Message of the Qur'an*. Gibraltar: Dar al-Andalus, 1980: «Мы научили его (Дауда) изготавливать для вас одежду (богобоязненности), чтобы она предохраняла вас от причиняемого вами вреда. Но разве вы благодарны?» Существительное «*labus*» означает «одежда». Но поскольку этот термин иногда использовался в доисламском арабском мире в значении «кольчуга», классические комментаторы полагают, что оно имеет этот смысл и в вышеуказанном тексте. Соответственно, они понимают термин *ba's* в его втором смысле «война» или «военное насилие» и интерпретируют соответствующую часть стиха таким образом: «Мы научили его изготавливать для вас кольчуги, чтобы они предохраняли вас от военного насилия».

Следует помнить, что *ba's* также означает «вред», «беда», «горе» и т. п., а также «опасность»; следовательно, оно означает в самом широком смысле все, что вызывает страдание или страх.

Если мы примем последнее значение, то термин «*labus*» можно понять в его первоначальном смысле как «одежда» – в данном случае, как метафору «одежда богобоязненности» (*libas al-taqwa*), о которой Коран сообщает в суре 7, стих 26.

Интерпретация в этом смысле вышеуказанного стиха выражает идею о том, что Всемогущий научил Дауда вселять в своих последователей глубокое чувство богобоязненности, помогающее им избавиться

от всех душевных переживаний и страха, будь то страх перед людьми или страх перед неизвестностью. Заключительный риторический вопрос: «Но разве вы благодарны?» – подразумевает, что, как правило, человек полностью не осознает дар и поэтому не благодарен по-настоящему за душевные блага, дарованные ему Богом. С. 497, примеч. 74 для стиха 21: 80.

Глава шестая

- ¹ *Ibn Qayyim al-Jawziyyah*. Al-Fawaid. P. 235.
- ² Al-Suyuti, Jalal al-Din. Al-Jami al-Saghir fi Ahadith al-Bashir al-Nathir. Vols. 1 and 2. Beirut: Dar al-Fikr, 1981. T. 1. P. 514.
- ³ *Muhammad Ibrahim al-Fayumi*. Al-Imam al-Ghazali wa Alaqa al-Yaqin bi al-Aql. Cairo: Dar al-Fikr al-Arabi, n. d. Pp. 38–39.
- ⁴ *Ibn Qayyim al-Jawziyyah*. Al-Fawaid. P. 235.
- ⁵ *Abu Hamid al-Ghazali*. Ihya Ulum al-Din. T. 4. P. 62; *Abu Hamid al-Ghazali*. The Remembrance of Death and After Life (Book XL of the Ihya ulum al-din). T.J. Winter (entry). Cambridge: Islamic Texts Society, 1989.
- ⁶ Достоверность установлена ал-Бухари и Муслимом и записано Абу Закарией ан-Навави в: Riyadh al-Salihin, англ. перевод Мадани Аббаси. Т. 2. Riyadh: Al-Matbaah al-Duwaliyyah al-Islamiyyah, n. d. P. 920.
- ⁷ *Ahmad ibn Hanbal*. Kitab al-Zuhd. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 1983. P. 398.
- ⁸ Достоверность установлена ал-Маликом и ат-Тирмизи и записано Мухаммедом Ибн Сулейманом в Jam al-Fawa'id. Т. 2. Cyprus: BankFaysal al-Islami, 1985.
- ⁹ Достоверность установлена Ахмадом ибн Ханбалом в Ал-Муснаде (без даты) и записано Мухаммедом Насир ад-дин ал-Албани в *Сахих ал-Джами ас-Сагир ли ас-Суюти ва Зиядах*. Beirut: Al-Maktab al-Islami, 1986. P. 931, No. 5250.

- ¹⁰ *Al-Harith al-Muhasibi*. Kitab al-Tawahhum. Aleppo: Dar al-Wa'y, n. d. Pp. 1–18.
- ¹¹ *Sayyid Qutb*. In the Shade of the Qur'an. T. 30. London: MWH Publishers, 1979. P. 62–65.

Глава седьмая

- ¹ Abu Hamid al-Ghazali. Ihya Ulum al-Din. том 4, стр. 388–389.
- ² H.J. Eysenck. The Structure of Human Personality. London: Methuen, 1970.
- ³ Malik B. Badri. The Aids Crisis: An Islamic Socio-Cultural Perspective.
- ⁴ Достоверность установлена ал-Бухари и записано ас-Суйути в *Ал-Джами*. Т. 1. С. 235.
- ⁵ Fritjof Capra. The Tao of Physics. Glasgow: Harper Collins Publishers, 1992. P. 2.
- ⁶ Приводится со слов Абу Хурейры и записано ат-Тирмизи.
- ⁷ Ibn Qayyim al-Jawziyyah. Madarij al-Salikin. P. 632.
- ⁸ Ibn al-Jawzi. Said al-Khatir, редактор Ali al-Tantawi. Damascus: Dar al-Fikr, 1978. Pp. 148–149.

Глава восьмая

- ¹ L. Malpass, *Human Behavior* (New York: McGraw Hill, 1966), стр. 3.
- ² John Clover Monsma (ed.). Evidence of God in an Expanding Universe. G.P. Putman & Sons Publishers, 1958.
- ³ Abu Hamid al-Ghazali. Al-Hikmah fi Makhluqat Allah. Pp. 87–95.
- ⁴ Mustafa Mahmud. Lughz al-Hayah. Cairo: Dar al-Nahdah al-Arabiyyah, n. d. Pp. 47–49.
- ⁵ Ali ibn Abu Talib. Nahjul Balagha: Peak of Eloquence. New York: Tahrike Tarsile Qur'an, Inc., 1985. Pp. 370–371.

- ⁶ Ibn Qayyim al-Jawziyyah. Miftah Dar al-Saadah. T. 1. Pp. 242–243.
- ⁷ Ibid.
- ⁸ Al-Zamakhshari. Tafsir al-Kashshaf. Cairo: Al-Maktabah al-Tijariyyah, 1354. T. 1. P. 57.
- ⁹ Ibid.
- ¹⁰ *Abu Hamid al-Ghazali*. Al-Hikmah fi Makhluqat Allah. P. 83.
- ¹¹ Ibid. P. 68.
- ¹² Приводится Анасом у Суйати в *Ал-Джами*. Т. 2. С. 182.
- ¹³ *Sigrid Hunke*. The Sun of Allah Shines on the West. Beirut: Dar al-Afaq al-Jadidah, n. d. P. 369.
- ¹⁴ Ibid.
- ¹⁵ Ibid.
- ¹⁶ Ibid. P. 289.
- ¹⁷ *W. Montgomery Watt*. The Influence of Islam on Medieval Europe. Edinburgh: Edinburgh University Press, 1987. P. 38.
- ¹⁸ *Abu Zayd al-Balkhi*. Masalih al-Abdan wa al-Anfus. Pp. 270–271.
- ¹⁹ Ibid. P. 307.
- ²⁰ *Badri, Malik B.* Abu Zayd al-Balkhi: A genius whose psychiatric contributions needed more than ten centuries to be appreciated. Malaysian Journal of Psychiatry. 1999. Vol. 6. No. 2. Pp. 48–53.
- ²¹ *Abu Zayd al-Balkhi*. Masalih al-Abdan wa al-Anfus. Pp. 316–319.
- ²² *Al-Albani, Muhammad Nasir al-Din*. Sahih al-Jami al-Saghir li al-Suyuti wa Ziyadah. Beirut: Al-Maktab al-Islami, 1986. T. 2. P. 776.
- ²³ *M. Scott Peck*. People of the Lie: Hope for Healing Human Evil. London: Arrow Books, 1990. P. 43.
- ²⁴ *M. Scott Peck*. Denial of the Soul: Spiritual and Medical Perspectives on Euthanasia and Mortality. Hemel Hempstead, UK: Simon & Schuster, 1997. Pp. 129, 131.
- ²⁵ *Herbert Benson*. Timeless Healing. Pp. 202, 208.

- ²⁶ *Ronald S. Valle and Rolf von Eckartsberg, Metaphors of Consciousness. New York: Plenum Press, 1981; London: Plenum Publishing, 1994. Pp. 9–12.*
- ²⁷ *Ibid. P. 200.*
- ²⁸ *Qutb, Sayyid. Fi Zilal al-Qur'an. Beirut: Dar al-Shuruq, n. d. T. 1. Pp. 25–26.*
- ²⁹ Достоверность установлена ат-Тирмизи и записано Мухйи ад-дин ан-Навави в его книге *Ал-асар ал-Мунтакабан мин Калам Саид ал-Абрав*. Beirut: Al-Maktabah al-Thaqafiyyah, 1983. С. 171.
- ³⁰ Сообщается со слов Анаса в сборниках ал-Бухари и Муслима и записано у Суйути в *Ал-Джами*. Т. 1. С. 332, хадис 2176.
- ³¹ Достоверность установлена ал-Бухари и записано у Суйути в *Ал-Джами*. Т. 1. С. 646, хадис 4191.
- ³² Достоверность установлена ал-Бухари и записано у Сулеймана в *Джам ал-Фава'ид*. Т. 2. С. 476, хадис 10/8294.

Глава девятая

- ¹ *Journal of World Psychology. 1:4. 1995. Pp. 53–54.*

Библиография

- Al-Albani, Muhammad Nasir al-Din.* Sahih al-Jami al-Saghir li al-Suyuti wa Ziyadah. Beirut:Al-Maktab al-Islami, 1986.
- Al-Aqqad, Abbas Mahmud.* Al-Lughah al-Shariah. Cairo: Maktabat Gharib, n. d.
- Ali ibn Abu Talib.* Nahjul Balagha: Peak of Eloquence. New York: Tahrike Tarsile Qur'an, Inc., 1985.
- Ali, Yusuf.* The Holy Qur'an: Text Translation and Commentary. Maryland: Amana Corporation, 1989.
- Armstrong, Karen.* A History of God: From Abraham to the Present: A 4.000-Year Quest for God. London: Heinemann, 1993.
- Asad, Muhammad.* The Message of the Qur'an. Gibraltar: Dar al-Andalus, 1980.
- Badri, Malik B.* Ilm al-Nafs min Manzur Islami. Khartoum: IIIT Publications, 1987.
- Badri, Malik B.* Abu Zayd al-Balkhi: A genius whose psychiatric contributions needed more than ten centuries to be appreciated. Malaysian Journal of Psychiatry. 1999. Vol. 6. No. 2. Pp. 48–53.
- The AIDS Crisis: An Islamic Socio-Cultural Perspective. Malaysia: ISTAC Publications, 1997.
- Photocopied by the Institute of Arabic-Islamic Sciences, Frankfurt A. M. 1984.
- Beck, Aaron T.* Cognitive Therapy and the Emotional Disorders. New York: New American Library, 1976.
- Benson, Herbert.* Beyond the Relaxation Response: How to Harness the Healing Power of your Personal Beliefs. New York: Berkley Books, 1985.
- Timeless Healing. London: Simon & Schuster, 1996.

- Capra, Fritjof*. The Tao of Physics. Glasgow: Harper Collins Publishers, 1992.
- Carson, R.C., Butcher, J.N., and Coleman, J.C.* Abnormal Psychology and Modern Life, 8th edn. London: Scott, Foresman & Co., 1988.
- Eccles, J.* Evolution of the Brain: Creation of the Self. London: Routledge Publishers, 1991.
- Elkadi, Ahmed*. Quranic 'Concepts for Eliminating Negative Emotions: Another Aspect of the Healing Effects of the Quran', unpublished paper presented at the 5th International Conference on the Scientific Signs of Quran and Sunnah (Moscow, Russia, September 1993).
- Eysenck H.J.* The Structure of Human Personality (London: Methuen, 1970).
- Psychology is about People. London: The Penguin Press, 1972.
- Al-Fayumi, Muhammad Ibrahim*. Al-Imam al Ghazali wa Alaqat al-Yaqin bi al-Aql. Cairo: Dar al-Fikr al-Arabi, n. d.
- Al-Ghazali, Abu Hamid*. Al-Hikmah fi Makhluqat Allah. Beirut: Dar Ihya' al-Ulum, 1984.
- Al-Ghazali, Abu Hamid*. Ihya Ulum al-Din. Beirut: Dar al-Qalam, n. d. The Remembrance of Death and the After Life (BookXL of the Ihya' ulum al-din). Translated with introduction by T.J. Winter. Cambridge: Islamic Texts Society, 1989.
- Al-Ghazali, Muhammad*. Fiqh al-Sirah. Beirut: Dar al-Kutub al-Hadithah, 1960.
- Ibn Hanbal, Ahmad*. Kitab al-Zuhd. Beirut: Dar al-kutub al-Ilmiyyah, 1983.
- Ibn al-Jawzi*. Said al-Khatir, ed Ali al-Tantawi. Damascus: Dar al-Fikr, 1978.
- Ibn Kathir, al-Hafiz*. Tafsir al-Qur'an al-Azim. T. 1. Beirut: Dar al-Marifah, 1969.
- Ibn Qayyim al-Jawziyyah*. Al-Fawa'id. Beirut: Dar al-Nafais, 1981.

- Miftah Dar al-Sa'adah. Riyadh: Ri'asat al-Ifta, n. d.
- Madarij al-Salikin, ed Abd al-Munim al-Salih. The Emirates: Wizarat al-Awqaf, n. d.
- Ibn Sulayman, Muhammad*. Jam'aal-Fawa'id. T. 2. Cyprus: Bank Faysal al-Islami, 1985.
- Ibn Taymiyyah*. Majmu Fatawaal-Imam Ahmad ibn Taymiyyah. T. 10. Riyadh: Matabi al- Riyad, n. d.
- Al-Irgisoosi, Muhammad Khair*. 'The Influence of Muscular Relaxation and Islamic Prayer in the Treatment of Essential Hypertension', Ph. D. thesis. University of Khartoum: 1992.
- Al-Jundi, Anwar*. Al-Fusha: Lughat al-Qur'an. Beirut: Dar al-Kitab al-Lubnani, 1982.
- Kuhn, Thomas*. The Structure of Scientific Revolutions. Chicago: University of Chicago Press, 1970.
- Le Shan, L*. How to Meditate. London: Bantam Books, 1988.
- Mahmud Mustafa*. Lughz al-Hayah. Cairo: Dar al-Nahdah al-Arabiyyah, n. d..
- Malpass, L*. Human Behavior. New York: McGraw-Hill, 1966.
- Mawdudi, Abul Ala*. Mabadi al-Islam. Damascus: Dar al-Qur'an al-Karim, 1977.
- Monsma, John Clover* (ed.). Evidence of God in an Expanding Universe. G.P. Putman & Sons Publishers, 1958.
- Al-Muhasibi, al-Harith*. Kitab al-Tawahhum. Aleppo: Dar al-Wa'y, n. d.
- Al-Nawawi, Abu Zakariyyah*. Riyadh al-Salihin. English translation by Madani Abbasi. T. 2. Riyyadh: Al-Matbaah al-Duwaliyyah al-Islamiyyah, n. d.
- Al-Nawawi, Muhyi al-Din*. Al-Athar al-Muntakhabah min Kalam Sayyid al-Abrar. Beirut: Al-Maktabah al-Thaqafiyyah, 1983.
- Pearce, J.C*. Evolution's End. San Francisco: Harper Collins Publishers, 1992.
- Peck, M. Scott*. People of the Lie: Hope for Healing Human Evil. London: Arrow Books, 1990.

- Peck, M. Scott.* Denial of the Soul: Spiritual and Medical Perspective on Euthanasia and Mortality. Hemel Hempstead, UK: Simon & Schuster, 1997.
- Pinel J.P.* Biopsychology. Boston: Allyn & Bacon, 1993.
- Popper, Karl and Eccles, John.* The Self and Its Brain. London: Routledge Publishers, 1990. Qutb, Sayyid. Fi Zilal al-Qur'an. Beirut: Dar al-Shuruq, n. d.
- In the Shade of the Qur'an. Vol. 30. London: MWH Publishers, 1979.
- Al-Suyuti, Jalal al-Din.* Al-Jami al-Saghir fi Ahadith al-Bashir al-Nathir. Vols. 1 and 2. Beirut: Dar al-Fikr, 1981.
- Al-Tijani, Yusuf Bashir.* Diwan Ishraqah. Beirut: Dar al-Thaqafah, 1972.
- Thornton E.M.* Freud and Cocaine: The Freudian Fallacy. London: Blond & Briggs, 1983.
- Uttal W.* The Psychobiology of the Mind. London: John Wiley Publishers, 1978.
- Valle, Ronald S. and von Eckartsberg, Rolf.* Metaphors of Consciousness. New York: Plenum Press, 1981; London: Plenum Publishing, 1994.
- Watson J.B.* Behaviourism. London: W. Norton & Co., 1970.
- Watt, Montgomery.* The Influence of Islam on Medieval Europe. Edinburgh: Edinburgh University Press, 1987.
- Wolf S.* 'Effects of Suggestion and Conditioning on the Action of Chemical Agents on Human Subjects: the Pharmacology of Placebos', Journal of Clinical Investigation 29 (1950).
- Al-Zamakhshari.* Tafsir al-Kashshaf. Cairo: Al-Maktabah al-Tijariyyah, 1354 AH.
- Al-Zubaydi.* Imam Zayn al-Din Ahmad ibn Abd al-Latif, Mukhtass Sahih al-Bukhari. Vol. 1. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 1993.

Оглавление

Предисловие	3
Вступление	7
От автора	29
<i>Глава первая.</i> Размышление: психология в современной перспективе	33
<i>Глава вторая.</i> Размышление: работы ранних мусульманских ученых	60
<i>Глава третья.</i> Исламское размышление и современные медитационные практики	81
<i>Глава четвертая.</i> Коран и размышление о творениях Бога	104
<i>Глава пятая.</i> Размышление как неограниченная форма поклонения	117
<i>Глава шестая.</i> Размышление о невидимом и его ограничения	121
<i>Глава седьмая.</i> Индивидуальные уровни размышления	136
<i>Глава восьмая.</i> Экспериментальная наука и религия: космические законы	155
<i>Глава девятая.</i> Заключение	185
Примечания	193
Библиография	203

Малик Бадри

РАЗМЫШЛЕНИЕ.

Исследование психики и души человека

Подписано в печать
Формат 60×88^{1/16}. Печать офсетная. Бумага офсетная.
Объем 13,0 п. л. Тираж 500 экз.
Заказ 1332.

Отпечатано в типографии ООО «Литография Принт»
191119, Санкт-Петербург, ул. Днепропетровская, д. 8, оф. 14
www.litobook.ru info@litobook.ru
+7 (812) 712-02-08

ISBN 978-5-6048234-3-9





Человечество находится в кризисе, и очень немногие из нас способны понять, если таковые вообще имеются, что не так с нашей жизнью и миром, в целом. Как это произошло и как люди стали настолько «разъединены» с человечеством? Почему такие психологические расстройства, как депрессия, тревога, страх и суициды возрастают, и почему обычные западные методы лечения не способны остановить эту волну? Чтобы найти к этому подход, вначале мы должны заглянуть внутрь себя – исследовать нашу собственную цель в жизни и распространить этот принцип на остальное человечество. Несмотря на достижения современной западной психологии и разработку методов лечения, которые действительно помогают многим, одна область, которая, в значительной степени, остаётся не изученной – это «человеческий дух» и духовность, так как она наиболее удобна для того, чтобы рассматривать человеческий разум как «машину», которая реагирует на внешние раздражители.

В этом мощном исследовании человеческого разума и его отношений с человеческим духом, Малик Бадри предлагает читателю открыть дверь к самопознанию, целеустремлённости и духовности через практику созерцания, размышления и медитации – пониманию истинного значения и опыта духовности, а также своего места в творении. Тогда как, это является главным для поклонения в исламе, оно также будет представлять большой интерес для любого читателя, и поможет любому желающему исследовать понятие духовности, является ли оно частью поклонения или, просто, частью саморазвития и внутреннего исцеления.

Малик Бадри совершил великое дело, раскрыв глубину и широту исламской созерцательной практики. Понимая степень высших способностей, вовлеченных в «тафаккур», он указывает путь к духовно возвышенному, полностью человеческому и, поистине, целостному видению ислама, которое, прежде всего, может вдохновить мусульман на следование их высшему призыву и, тем самым, быть полезным для всего человечества.

Доктор Джереми Хензелл-Томас
Научный сотрудник (и бывший приглашенный научный сотрудник) в Центре исламских исследований, Кембриджский университет.

Созерцание – это книга, которая меняет жизнь. Это вселяет духовное в то, что обычно считается психологией; не только теоретически, но таким образом, чтобы это затрагивало Сердце.

Профессор Абдур-Рашид Скиннер
Консультант, клинический психолог.

МАЛИК БАДРИ – заслуженный профессор психологии (Университет Ахфад, Судан), в настоящее время откомандирован в Стамбульский Университет Заим, в Турции. Он является заведующим кафедрой Ибн Халдуна в Куллия исламских наук откровения и гуманитарных наук, Международный Исламский Университет Малайзия. Квалифицированный терапевт, он работал профессором, заведующим кафедрой, деканом факультета и исполняющим обязанности вице-канцлера в различных международных университетах. Он является бывшим экспертом ЮНЕСКО по психологии (Институт педагогики, Эфиопия (1973–74)) и экспертом ВОЗ при Комитете по традиционной медицинской практике (1980–1984). Автор книг и многочисленных статей, он получил множество наград, в том числе, в 2003 году премию Зубай - ра за академические достижения – высшую академическую награду в Судане.

ISBN 978-5-6048234-3-9



9 785604 823439