

Тафаккур

Исломий психологик маънавий тадқиқотлар

CONTEMPLATION

AN ISLAMIC PSYCHOSPIRITUAL STUDY

MALIK BADRI



With an Introduction by
JEREMY HENZELL-THOMAS

(ШТ) «Китобларининг қисқача сериялари»

Малик Бадри

ТАФАККУР

**Исломий психологик
маънавий тадқиқотлар**

Уанда Крауз томонидан қисқартирилган нашри



Халқаро ислом тафаккури институти (ИИТ)

Бишкек 2022

УДК 297
ББК 86.38-6
М 19

Китоб ҳомийси:

Халқаро ислом тафаккури институти (ИИТ)

Херндон Виржиния АҚШ

Билимлар интеграцияси институти (ИКИ)

Гуржистон Тбилиси

Китоб муаллифи: Малик Бадри

Китобни ўзбекчага таржима қилган: Эшбаева Рахат: – Б.: 2022

Китоб муҳаррири: Мирзахидова Муяссар

Ушбу китоб муаллифлик ҳуқуқи билан ҳимояланган. Нашриётнинг ёзма рұхсатисиз ҳамда лицензион шартномага асосланган қонуний истисно ва қоидалардан ташқари, китобнинг бирон бир қисми нашр қилиниши мумкин эмас. Ушбу китобда билдирилган қарашлар ва фикрлар муаллиф ёки нашриётнинг фикрларини ақс эттириши шарт эмас. Ташқи ва хорижий web-сайтларда ношир URL манзилларнинг тўғрилиги учун жавобгар эмас ва бундай сайтлардаги материалларнинг аниқ ёки долзарблигига қафолат бермайди.

«Эҳсон Хайрия» жамоатчилик фонди томонидан нашр қилинган.

**Ушбу китоб Қирғизистон мусулмонлари диний идораси томонидан
тасдиқланган №75**

Тафаккур. Исломиий психологик маънавий тадқиқотлар (Uzbek)

Малик Бадри

ИИТ «Китобларининг қисқача сериялари»

© Халқаро ислом тафаккури институти (ИИТ)

1444 АН / 2022 СЕ

Paperback ISBN 978-9967-08-956-3

Contemplation. An islamic psychospiritual study (Uzbek)

Malik Badri

ИИТ «Books-In-Brief Series»

The International Institute of Islamic Thought (ИИТ)

1439 АН / 2018 СЕ

Paperback ISBN 978-1-56564-980-4

ИИТ

P.O.Box 669

Herndon, VA 20172, USA

www.iiit.org

Барча ҳуқуқлар ҳимояланган

ISBN 978-9967-08-956-3

УДК 297

ББК 86. 38-6

Халқаро ислом тафаккури институтининг китобларининг қисқача сериялари

Халқаро ислом тафаккури институтининг китобларининг қисқача сериялари – бу китобнинг асл мазмуни тўғрисида ўқувчиларга тушунча бериш учун мўлжалланган қисқача шаклда ёзилган институтнинг муҳим нашридир. Қисқа, осон ўқиладиган, вақтни тежайдиган шаклда ишлаб чиқарилган ушбу бириктирилган тезислар катта нашрнинг диққат билан ёзилган кўринишини тақдим этади ва китобхонларни бу китобнинг асл нусхасини ўрганишга ундайди.

Тафаккур: Исломий психологик тадқиқотлар асариди Малик Бадри тафаккурга исломий, замонавий, маънавий нуқтаи назардан ҳамда психология соҳасидан ёндашади. Ғарб психологияси ўнлаб йиллар давомида ривожланиб, инсоннинг ҳолатини таҳлил қилишга имкон беради, айниқса, болалик даврида олинган тажрибаларининг кейинги ҳаётга таъсири ҳақида кўп ўрганилган. Бироқ, инсон руҳияти ҳақидаги маълумот ҳали ҳам асосан унинг тарихий маданий муҳитининг маҳсули бўлиб, дунёвий гуманистик қараш қатори саналади, бу ақлни кўпроқ «тушуниладиган» ва ҳатто сунъий интеллект алгоритмлари томонидан тақлид қилинадиган машина, компьютер сифатида кўришни афзал билади. Сир эмаски, ақл «унинг қисмлари йиғиндисидан» анча каттароқдир, ҳамда юрак «руҳ» билан кўпроқ боғлиқдир, шу сабадан унинг инсон танасидаги имкониятлари ва ишлаши янада кўпроқ изланишни талаб қилади.

Ақл-идрокнинг машинага ўхшаш миқдорий тушунчаси хавфсиз ҳудуд сифатида қаралади, аммо психологияга тегишли илмий усулда ўқиганлар учун бироз ноаниқ бўлиши мумкин. Ғарб психологияси анъаналарида ҳар доим инсон табиатининг жумбоғи ҳал қилинишини кутиш юкори даражада бўлган. Ақлни англашни ривожлантириш учун бир қанча буюк олимлар мактовга сазовор ҳаракатлар қилишган, аммо ҳануз кўплаб саволлар жавобсиз қолмоқда. Депрессия, хавотир, кўрқув ва ўз жонига қасд қилиш каби психологик бузилишларнинг дунё миқёсида ўсишини ҳисобга олсак, бу йўналишлар келгусида янада ўсишини тахмин қилиш билан бирга, инсон табиатини англаш учун кўпроқ ўрганиш зарурлиги аниқ. Бундай ҳолда руҳий касалликларга чалинганларни даволаш учун

янада самарали ёрдам ва даволаш усуллари ишлаб чиқиши керак. Анъанавий Ғарб психологиясида ақлни машинага ўхшаштиш инсон табиатининг «маънавий» ўлчовини эътиборсиз қолдирди, аммо баъзи Ғарб психологлари мусулмонлар ва иймон келтирганлар инсоннинг «руҳи» ҳамда инсон ҳаётининг аҳамияти тўғрисида доимо ишонган нарсаларини англай бошладилар. Бу нафақат руҳий касалликлардан азият чекадиганларга – балки бошқаларга ҳам умид бахш этиши мумкин бўлган, бошқаларнинг ҳам энг яхши ва энг қоронғи вақтида одам бўлиш кераклигини тушунишга ёрдам берадиган улкан рағбатлантирувчи тадқиқотлар майдонининг бошланишини белгилайди.

Малик Бадри ушбу тадқиқотда Ғарб психологиясидаги маънавий ўлчовга эътибор берилмаслигини кўриб чиқишга ҳаракат қилади ва *тафаккур* ғояси ҳамда амалиётида биз кучли воситага эга эканлигимизни таъкидлаб, онгни юрак ва «руҳ» билан боғлайди. Тафаккур ёрдамида, хусусан, Худо тасвири орқали, биз инсониятни қийнаётган руҳий касалликларга тасалли ва шифо бериш учун руҳиятнинг тубига кириб бора оламиз, бу «руҳ касаллиги» деб ҳам аталади. Бадри *тафаккурнинг* кўплаб элементларини, шу жумладан, унинг йўқ бўлиб кетиши, Шарқий анъаналар таркибига кириши ва ҳатто замонавий психологияда ушбу фалсафий жиҳатларга қайтадан кириб боришини тасвирлайди. Аммо тафаккур айнан Исломи анъаналарида ҳақиқий тафаккурга айланади. Бу янада кўпроқ нарсани ўзгартиради: садоқатимиз объекти сифатида Худонинг ички кўриниши орқали ўз-ўзини топишга, шифо излашга олиб борадиган йўл бўлиб ҳисобланади, негативни сукунат орқали даволашдан кўра концептуал нарсаларга эътибор бериш керак, бизнинг ўрнимиз янада кенг бўлган коинотдadir.

Малик Бадри асарининг қисқартирилган наشري
*ТАФАККУР: ИСЛОМИЙ ПСИХОЛОГИК МАЪНАВИЙ
ТАДҚИҚОТЛАР*

ISBN hbk: 978-1-56564-273-2

ISBN pbk: 978-1-56564-267-8

2000

БИРИНЧИ БОБ

Тафаккур: замонавий психологик нуқтаи назар

Ислом тафаккури ва дунёвий психология

Ислом *тафаккури* – Исломдаги энг юксак ибодат турларидан бири. Демак, уни замонавий Ғарб психологияси нуқтаи назаридан муҳокама қилиш аслида дунёвий ва асосан маданият билан боғлиқ бўлган интизом дастлаб ғалати туюлиши мумкин. Бирок, ғарбий маданий парадигмалар мусулмон дунёсидаги академияларнинг аксарият шаклларига, шу жумладан, психология фанига тааллуқли бўлганлиги сабабли, тафаккур ҳақида мунозарани шу нуқтаи назардан бошлаш керак.

Шундай қилиб, тафаккур нуқтаи назаридан Ғарб психологияси медитация жараёнига ва онгнинг ўзгарган ҳолатларини яратиш қобилиятига қизиқиш билдирмоқда. Ислом тафаккури медитацияни енгиллаштирувчи омил сифатида фойда келтириши мумкин, аммо сўнгра кўрганамиздек, у Шарқ динларидан келиб чиқадиган медитация жараёнининг бошқа барча турларидан фарқ қилади, чунки унинг асосий мақсади кўпроқ билим ва ақл билан боғлиқдир. Ислом тафаккурида онгнинг ўзгарган ҳолатлари ўз-ўзидан мақсад бўлиб қолмайди, чунки мақсад оламни яратувчиси бўлган Худони чуқурроқ англаб етиш демакдир.

Когнитив психология соҳаси, такомиллашмаган шаклида, бихевиоризм ҳукмронлик қилишидан олдин дастлабки психология мактабларининг диққат марказида бўлган. Ўша пайтларда психология асосан одамларнинг онги, ҳиссиётлари, фикрларининг мазмуни ва онгининг тузилишини ўрганиш учун қўлланилган, ўрганиш жараёнида фақат шу тарафлама кўриб чиқилди. Бихевиоризм мактаби мутлақо янги ёндашувни жорий этди, бу ерда ўқитиш стимуллари ва кузатиладиган жавоблар орқали ўрганилиши ҳамда психологиянинг асоси бўлиши мумкин эди. Туйғулар, ақлнинг таркибий қисмлари ва фикрлаш жараёни тўғридан-тўғри кузатиб бўлмайдиган саволлар сифатида қаралди. Бинобарин, уларни ўрганиш учун ишлатиладиган усуллар (масалан, ички қараш, ички тажрибани кузатиш ва ҳисобот).

Шунга кўра, психология физика ва кимё каби аниқ экспериментал фанга айланишини истаган бихевиоистлар ўз ишларини лабораторияда кузатилиши мумкин бўлган ходисалар билан чеклашди. Ўлчаниши ва бошқарилиши мумкин бўлган жавоблар уларнинг экспериментал ва илмий ташвишлари марказига айланди. Инсоннинг маънавий ва ички билим фаолиятини эътиборсиз қолдириб, физик ҳамда биологик фанларга тақлид қилишга қаратилган бу ҳаракатга, шубҳасиз, бихевиоризмнинг асосчиси Ж.Б.Ватсон томонидан асос солинган.

Ушбу чекланган нуқтаи назар таъсирида ва Иван Павловнинг изланишга қўшган ҳиссаси билан рағбатлантирилиб, бихевиоуристлар ҳар бир инсоннинг ақлий ва психологик фаолиятини «рағбатлантирувчи жараён» концепцияси орқали тушунтиришга киришдилар. Одамларни одамгарчиликдан чиқаришнинг асосий мақсади психологияни илмий таркибда шакллантириш эди. Ғарб жамиятларини дунёвийлаштириш ва уларни дин чангалидан озод қилиш яна бир муҳим мақсад бўлган. Психоанализ ва биологик нуқтаи назар каби бошқа доминант истикболлар ҳамда психология мактаблари бихевиоризмистлар билан келишмовчиликларга эга бўлган ва ҳанузгача мавжуд бўлса-да, секуляризация ҳамда онгли фикрлашни пасайтириш ҳақида гап кетганда улар тўлиқ бир фикрга келишади.

Кучли равишда «органик» биологик нуқтаи назарга асосланган анъанавий нейропсихиятрия, шунингдек, онгли ғоялар, танлов эркинлиги ва инсоннинг ўзгармас маънавий ахлоқий меъёрларининг аҳамиятини пасайтиради. Биологик детерминизм, унинг муболаға шаклида, одамлар одатдаги ёки ғайритабиий ҳар қандай нарса, уларнинг ирсий генлари, уларнинг асаб тизими ва туғма биокимёси томонидан тўлиқ бошқарилишини даъво қилмоқда. Агар Ислом тафаккурини психологик нуқтаи назардан ўрганиш одамларнинг онгли ички когнитив фикрлари ва ҳиссиётлари билан боғлиқ бўлса, унда Ғарб психологиясининг ҳукмрон истикболлари (бихевиоризм, Фрейд психоанализи ва нейропсихиятрия) озгина ёрдам бериши мумкин ёки умуман бермасилиги мумкин.

Ислом тафаккури ва когнитив инқилоб

Ўзининг «онгини» тиклаш ва унинг ички онг билим фаолиятини қайта кашф этиш учун психология тўлиқ инқилобни бошдан кечириши керак эди. Бу инқилоб – замонавий билим инқилобидир. Тахминан йигирманчи асрнинг ўрталаридан бошлаб олимлар фикрлаш ва ички когнитив жараёнларга кўпроқ қизиқиш билдира бошладилар, аммо психологияга рағбатлантирувчи жараён бихевиоризмининг юзаки эканлигини ва психоанализ назарияларининг илмий бўлмаган, бузилган табиатини тан олиш учун бир неча ўн йиллар керак бўлди. Психологиядаги ушбу янги нуктаи назар, тафаккурнинг аҳамиятини ҳам илмий, ҳам диний нуктаи назардан кўрсатиб беришида жуда муҳимдир.

Шуниси эътиборга лойиқки, психология ва бошқа ижтимоий фанлар инсон табиатига нисбатан дунёвий редуccionистик қарашни қўллаб-қувватлаб келаётган бўлсада, улар техника тараққиётига қараб инсон тушунчасига ўзгартириш киритдилар. Бу ерда олимлар одамларнинг фикрлаш, ички билим, ҳиссий жараёнлари ва хотирасини компьютер билан таққослашади. Улар ўзларининг атроф-муҳитидан турли хил рағбатларни қабул қилишларини, сўнгра уларни янги муаммоларни ҳал қилишлари керак бўлганда уларни олиш учун код киргизишлари, таснифлашлари ва хотираларида сақлашларини тасвирлайдилар. Инсоннинг ушбу компьютер модели бихевиоризмистик моделга қараганда аниқроқ, чунки у замонавий психологияда ўзининг «онги» ва «ақлини» тиклашга ҳаракат қилади; аммо, шубҳасиз, бу инсониятнинг ҳақиқий маънавий исломий қарашларига тўғри келади.

Психологиядаги ҳақиқий инқилоб, у ўз «руҳи»ни тиклаганида ва инсон табиатининг қиёфасини ўрнатиш учун чекланган илмий ҳамда тиббий моделлардан озод бўлганида келади. Аммо, интизомнинг чекланган ёндашувидан халос қилишга интилган когнитив психологиянинг инқилоби ҳамон ўзини-ўзи тутиши – психологик, биологик ва ижтимоий-маданий таркибий қисмларнинг ҳамда ақлий жараёнларнинг доирасида қолмоқда. Шунингдек, у маънавий таркибий қисмни аҳамияти тўғрисида замонавий илмий далилларнинг кўпайишига қарамай эътиборсиз қолди. Маънавий эътикод омилсиз ҳам илмнинг илгарилашига қарамай, ушбу ички ақлий жараёнларни ўрганиш ҳар доим кузатувчи ёки ўлчовнинг

хар қандай мураккаб услубига қарши турадиган рағбатлар ва уларнинг жавоблари, сабаблари ҳамда таъсирлари ўзаро таъсир қиладиган жуда мураккаб соҳадир.

Тафаккур ва тана, ақл-идрок сирлари

Инсоннинг ички руҳий дунёсини ўрганиш, бизни инсониятнинг энг қийин саволларидан бири билан юзма-юз қилади: тана ва онг ўртасида қандай боғлиқлик бор? Инсон миясининг фаолияти ҳақида жуда кам маълумотга эга бўлишимизга қарамай, материалистлар одамда «ақл» йўқ деб даъво қиладилар, агар бу сўз бош суяги ичидаги «мия»нинг моддий маъносида ишлатилмаса. Улар, шунингдек, биз «фикрлайдиган онг» деб атайдиган нарса мия кимёси ва унинг электрокимёвий асаб импульсларидаги дақиқали ўзгаришларнинг акслари ва «таржималари»дан бошқа нарса эмас деб даъво қилишади, уларнинг асослари мия зарарланганда одамларнинг фикрлаши ва феъл-атвори ҳақиқатан ҳам умуман ўзгаришидир.

Қарама-қарши гуруҳ мияни ва охир-оқибат, одамнинг хулқ-атвори ҳамда фикрлашини бошқарадиган «ақл» мавжудлигини тасдиқлайди. Ушбу гуруҳнинг бошлиғи асаб тизимидаги ажойиб тадқиқотлари учун Нобель мукофотига сазовор бўлган невролог Жон Эклздир. Ушбу олим ва унинг тарафдорлари, инсон мияси ҳамда асаб тизими фаолияти тўғрисидаги тадқиқотларида фақат «ақл», «англаб етувчи руҳ» ёки Эклз «ўз-ўзини англайдиган онг « деб атаган нарса билан тўлиқ изоҳланиши мумкинлигини тасдиқламоқда.¹

Эклз ва бошқа олимлар кўпинча онг ва мия ўртасидаги муносабатни тушунтириш учун радио станцияси ва телевизор ўртасидаги муносабатлар тасвиридан фойдаланадилар. Эклзнинг фикрига кўра, моддий бўлмаган, ўз-ўзини англайдиган онг мияни доимий равишда кўздан ўтказди, текширади ва бошқаради.² Эклз таъкидлаганидек, мия ўлимдан кейин нима бўлади деган савол олимларни қийнаган асосий саволдир. Руҳ ҳақида сўрашганда шундай жавоб берди: Пайғамбаримиз Муҳаммад (С.А.В.)*

* (С.А.В.) – соллаллоҳу алайҳи васаллам. «Аллоҳнинг саломи ва саловати бўлсин.» Пайғамбаримиз Муҳаммаднинг номи зикр қилинганда айтилади.

куйидаги ваҳийни олди: «Улар сиздан руҳ ҳақида сўрашади. Айтинг: «Рух Роббимнинг буйруғидир. Сизга бу ҳақда фақат озгина маълумот берилади». (17:85)

Тана ва онг ўртасидаги боғлиқлик тўғрисида замонавий биологик тадқиқотлар олиб борадиган яна бир мураккаблик – бу мияга таъсир қилиш ҳамда асабий хатти-ҳаракатларни шакллантиришда инсон қалбини-нинг роли. Жозеф Пирснинг «Эволюциянинг охири» деб номланган китобида у шундай дейди: «Юракдаги ҳаракатлар танадан ҳам, миядан ҳам олдинроқ ҳаракат қилади ... Биз биламизки, юрак ... мияни гормонлар, ўтказувчилар, эҳтимол янада нозик квант-энергиялари орқали бошқаради».³ Пирснинг сўзларига кўра, биз чуқур маънавий тафаккурда бўлганимизда, кучни миямиз билан жисмоний қалбимизга таъсир берган ва алоқада бўлган маънавий қалбимиздан оламиз.

***Когнитив фаолиятдан ўрнашиб қолган фаолиятгача.
Оддий ва гайритабиий одатлар***

Когнитив психологлар ҳам, компьютер мутахассислари ҳам керак бўлганда қайта олиш учун маълумотларни таҳлил қилиш, таснифлаш ва хотирада сақлаш қобилятини ўрганиш билан шуғулланадилар. Уларнинг айрим тадқиқотлари, бихевиотеристлар мазмунини аниқлашнинг иложи йўқ деб ўйлагани учун эътибордан четда қолдирган кўплаб жиҳатларни аниқладилар ва психологиянинг содда концепцияси бўлган рағбатлантирувчи жараёнга қарши чиқадиган кўплаб назариялар ва тушунтиришларни ишлаб чиқдилар. Шахс томонидан амалга ошириладиган ҳар қандай қасддан қилинган ҳаракат олдин ички когнитив фаолият эканлигини англаш мумкин. Шунингдек, уларнинг тадқиқотлари шуни исботладики, инсон онги фаолиятини кундуз ва кечанинг ҳар қандай лаҳзасида, инсон буни биладими ёки йўқми, ҳеч қачон тўхтатмайди.

Ҳар қандай ҳаракат бу – тушунча, хотира, тасвир, идрок ёки ҳиссиёт бўладими, ички сезиш фаолиятидан бошланади, деган тушунчага қўшимча сифатида, ушбу билим фаолияти кучга эга бўлганда, у ҳаракат учун рағбатга айланади ва агар одам ушбу рағбатлантирувчи ҳаракатни бир неча бор такрорласа, у холда бу ички ғоялар осонгина, ўз-ўзидан

одатга айлантириши мумкин. Бу одат, албатта, маҳорат эмас – бу туйғу, маънавий туйғу ёки муносабат бўлиши мумкин.

Когнитив психология – одамларнинг онгли фикрлаши ва ички диалоглари, уларнинг ҳис-туйғуларига таъсир қилишини ҳамда уларнинг қарашлари, эътиқодларини шакллантиришини тасдиқлайди – қисқаси, улар ҳатто ўзларининг қадриятлари ва ҳаёт ҳақидаги тасаввурларини шакллантиришлари мумкин. Тафаккур қилиш орқали мусулмонлар руҳий ривожланишда ўзларининг ички «мукофотлари ва жазолари» психологик стратегияларини такомиллаштиришлари мумкин. Кераксиз одатларини ўзгартириш ва уларни муносиброқ одатлар билан алмаштириш учун дунёвий мукофот ёки электр токи уриши шарт эмас. Ўзларининг ички билими, маънавий интилишлари, дангасалиги, нолойиқ хатти-ҳаракатларидан фарқли ўлароқ, Худонинг улуғворлиги ва камолоти ҳақида мулоҳаза қилишга бағишлаш орқали улар, албатта, Худога бўлган муҳаббат, қониқиш, бахт ҳиссини ҳамда осойишталикнинг нозик туйғуларини ривожлантирадилар.

ИККИНЧИ БОБ

Тафаккур: дастлабки мусулмон уламоларининг асарлари

Ички фикрлаш, ҳис-туйғулар, тасаввур ва ғояларнинг барчаси шахс хулқ-атворининг шаклланишига – унинг мойиллиги, эътиқоди, онгли ва онгсиз фаолияти, яхши ва ёмон одатларига таъсир қилишини англаб етгач, Қуръон ва суннатда нима учун осмону ерни яратишни ўйлаш билан шу қадар ташвишланади токи улар қалб ва онгни Яратганнинг улуғворлиги ва Унинг фазилатлари билан тўлдирадилар. Ғарб психологиясига одамларнинг эътиқодлари, қарашлари ва ташқи хулқ-атворини шакллантиришда фикрлаш, билиш жараёнларининг таъсирини ҳамда «соғлом ақл»ни тан олишга қайтиш учун етмиш йилдан кўпроқ вақт керак бўлди, гарчи буларнинг барчаси Исломнинг дастлабки олимларига маълум эди. Ибн ал-Қаййим ўзининг «*Ал-Фавоид*» (Маънавий фойдалар) китобида аниқ айтадики, инсон қилган ҳар бир нарса ички фикр, яширин нутқ

ёки ички диалог сифатида бошланади, бунинг учун у арабча *khawatir* сўзини қўлланади. *Khawatir* сўзи *khatirah* сўзининг кўплик тури бўлиб, у тез, ички, яширин акс эттириш, тушунча ёки субвокал фикр маъносини англатади. Замонавий когнитив психологлар бунинг когнитив терапевт Аарон Бек 1970-йилларда кашф этганини таъкидлаган «автоматик фикрлар» ғояси билан таққослашлари мумкин! «*Когнитив терапия ва ҳиссий бузилишлар*» китобида у олти таҳрирларни ушбу «кашфиёт» га қандай келганини тасвирлаш учун «Автоматик фикрларнинг кашф этилиши» мавзусига бағишлайди.⁴

Ибн ал-Қаййим, мусулмонларга ҳиссиёт ёки импульсга берилишдан олдин, ички ўткинчи фикрларнинг салбий таъсирлари бўлган *khawatir* ва *wasawis* (шивирлашларига) қарши курашиш орқали бахтли ва солиҳ ҳаёт кечиришни маслаҳат беради. Бундан ташқари, Ибн ал-Қаййим ички когнитив фаолиятни яхши тавсифлаб беради ва ўқувчиларига Худо одамзодга ўткинчи фикрлар ҳамда мулоҳазаларни бутунлай йўқ қилиш қобилиятини бермаганлиги ҳақида огоҳлантиради чунки улар нафас олиш каби чидамсиздир. Унинг сўзларига кўра, ҳаракатлар ҳамда ишлар фақат ички ва тафаккурли тушунчалар Худо билан илиқ рухий муносабатлардан келиб чиққанда мустаҳкам бўлиши мумкин. Дастлабки мусулмон уламолари томонидан яратилган адабиётларнинг аксарияти фойдали психологик тамойилларга айланган Қуръон ва суннатдан олинган билимларга асосланган. Абу Ҳамид ал-Ғазалий тафаккур терапиясининг назарий жиҳатларига катта ҳисса қўшган, бироқ у бир неча реалистик мисоллар келтириб уларнинг амалий жиҳатларига ҳам мурожаат қилган. *Иҳйя Улум ал-Дин* яхши хулқ-атворга риоя қилишни истаган мусулмон биринчи навбатда ўзи ҳақидаги ғояларини ўзгартириши ва ўзини керакли шароитда тасаввур қилиши кераклигини айтади. Ғазалийнинг фикрига кўра, ҳар қандай ҳаракатнинг келиб чиқиши когнитив, ҳиссий ёки интеллектуал ақлий фаолият бўлиб, узок вақт тафаккурга берилганлар ибодат ва итоаткорликни осонлик билан бажарадилар. Бинобарин, ислом тафаккурига чуқур сингиб кетган мўминлар, тафаккур қилаётган нарсаларини аввалги тажрибалари, шунингдек, тилдан фойдаланиш натижасида олинган рамзлар ва иборалар, илгариги нарсалар ҳақидаги тасаввурлари ҳамда келажакда улар қандай бўлишлари мумкинлигидан келиб чиқиб қабул қилишади.

Ислом тафаккури ўзаро боғлиқ учта босқичдан ўтиб, тўртинчи ва якуний босқичга олиб боради, мен уни «руҳий идрок» (*shuhud*) босқичи деб атайман. Биринчи босқич – бу объект ҳақида маълумот тўғридан-тўғри – кўриш, эшитиш, ушлаб кўриш, ҳид ва таъм орқали ёки тасаввурга ўхшаб билвосита идрок қилиш орқали келишидир. Тафаккурнинг иккинчи босқичи одам ушбу маълумотларга диққат билан қарашда, уларнинг эстетик жиҳатлари ва ўзига хос фазилатларини текширганда бошланади. Учинчи босқич – медитатор тафаккурнинг яратилган объекти ва унинг Яратувчиси ўртасидаги чегарани кесиб ўтишидир. Кейин у медитаторнинг ҳеч нарса йўқлигини англаганлиги сабабли, уни қадрлаши мумкин бўлган тафаккур объекти ва шу коинотдаги ҳамма нарсани яратган Зотга бўйсунуш ҳамда уни ҳис қилиш туйғуси билан олиб кетилади. Худо ва Унинг яратганидан ташқари мавжудликни ўрганиш ҳамда одатларни шакллантириш нуқтаи назаридан шуни айтиш мумкинки, мунтазам равишда мулоҳаза юритадиган иймонлилар тўртинчи босқичга етиб борадилар, чунки доимий зикр билан мустаҳкамланган медитация чуқур илдиз отган маънавий одатга айланади.

Бирок, одамларнинг тафаккури бу коинотдаги гўзал ёки нафис, буюк ва аҳамиятсиз, яхшилик ҳамда ёмонликни ўз ичига олган ажойиб тарзда қурилган нарсаларнинг тафаккури билан чекланиб қолиши шарт эмас. Қабул қилиш аксинча ҳиссиётларга олиб келадиган бўлса ҳам, идрок оғриқли, қўрқинчли ёки безовта қилувчи тажрибаларни ўз ичига олиши мумкин. Тафаккур ёқимсиз тажрибалардан олинган сабоқларга диққатни жамлаши ва тафаккурчига улардан қандай сақланишни ўргатиши мумкин. Дарҳақиқат, даҳшатли саҳналарга гувоҳ бўлиш ёки шахсий қийинчиликларни бошдан кечириш одамни ўйлашга ва сабоқ олишга ундайди, масалан, бинонинг гўзаллиги, ўлчамлари ва аниқлиги учун паст баҳо беришга ундаганидан кўра самаралироқдир.

УЧИНЧИ БОБ

Ислом тафаккури ва Замонавий воситачилик жараёнлари

Ғайритабиий медитация амалиёти ва шунга ўхшаш жараёнлар сўнгги йилларда Европада ҳамда Америкада жуда машхур бўлиб кетди – бу ушбу халқлар тарихида мисли кўрилмаган ходиса эди. Қадимий шарқ ва ҳинд илдизларига эга бўлган бундай медитация ҳиссий, когнитив ва жисмоний бузилишлар билан боғлиқ касалликларни даволашда жуда ижобий таъсир кўрсатиши аниқлангандан кейин содир бўлди. Медитациянинг бир қанча исботланган фойдалари бор ва улар ҳақиқатан ҳам Исломнинг ибодат шакли сифатида тафаккур билан боғлиқдир.

Замонавий тиббий тадқиқотлар шуни кўрсатдики, исломий тушунчалар, қоидалар ва керакли хатти-ҳаракатлар иймонлиларнинг жисмоний ҳамда руҳий саломатлигини ҳимоя қилишда сўзсиз катта аҳамиятига эга. Масалан, иймонлилар беш вақт намоздан олдин таҳорат олишлари, жума намозидан олдин ва никоҳдан кейинги маросимдаги ғусл ва бошқа суннат амаллари натижасида оладиган тана тозалиги аниқ санитария жиҳатларига эга. Дарҳақиқат, йигирманчи асрнинг охирида нашр этилган юзлаб китоблар ва тадқиқот ишларида медитация психологик, психофизиологик ва органик келиб чиқишга эга касалликларни даволашда эътиқод омили билан бирлаштирилганлиги таъкидланган.

Шу муносабат билан олиб борилган жуда қизиқарли ва очиқ тадқиқот С. Вульф томонидан билдирилган, унда беморнинг эътиқоди қандай қилиб гиёҳванд моддалар таъсирини қайтариши мумкинлигини кўрсатади.⁵ Замонавий тадқиқотлар шуни аниқ кўрсатдики, ташвиш, руҳий тушқунлик, оғирлик билан таъминланган сурункали психологик стресс ёлғизлик ва ўзига бўлган ишончни йўқотиш инсоннинг барча касалликларга қарши иммунитетига жиддий таъсир қилади. Тадқиқотлар янги интизомнинг пайдо бўлишига олиб келди, бу психоневро-иммунология, биринчи марта ихтисослашувнинг икки хил соҳасини, яъни ижтимоий фанлар ҳамда психология соҳасини ва инсон иммунологияси кимёсини бирлаштиради.⁶ Оддий медитация кўрсатмалари минг йиллар олдин ҳиндулар ва буддистлар томонидан маълум бўлган ва амал қилинган.

Клиникаларда, тиббий лабораторияларда кўплаб экспериментал тадқиқотлар ўтказилиб, психофизиологияни ўрганишда энг янги усуллардан фойдаланилган Трансцендентал ва концентрацион медитация ҳақиқатан ҳам тиббий инқилоб эканлигини исботлади, бунда беморлар ўзларининг касалликларини даволаш ва психологик ҳаётини бойитиш учун ўзларининг ақлий ҳамда маънавий кучларидан фойдаланадилар.

Европада ва Америкада оммалашиб кетган медитация ва релаксация бўйича терапевтлар томонидан берилган медитация ҳамда дам олиш тўғрисидаги китобларда, аудиофильмларида ва видеофильмларда берилган кўрсатмаларда, мусулмон ибодат қилгандан кейин ўтирган ҳолатига, Худонинг марҳамати, Унинг улуғворлиги ва Унинг яратилишининг аниқлиги ҳақида ўйлашга сингиб кетган, Худонинг мадҳ ва тасбеҳ сўзларини тинимсиз такрорлайдиган ибодат маросимига ўхшашдир. Тафаккур қиладиган, амалда бўлган мусулмон энг кам вақт ва куч сарфлаб, медитациянинг юқори даражасига эришиши мумкин. Фақатгина Қуръоннинг чиройли овози билан айтилган шеърый сўзларини тинглаш бир неча дақиқада барча яхши медитацион таъсирни бериши мумкин. Доктор Аҳмед Элқадӣ АҚШнинг Флорида штатидаги Акбар клиникасида ўтказилган бир қатор мураккаб тажрибалардан сўнг, мусулмонлар араб тилини тушуниши ёки тушунмаслигидан қатъий назар, Қуръон оятларининг ўқилишини тинглаганларида, улар барча физиологик ўзгаришларни стресс ва хавотирдан ҳалос бўлиш, илиқ хотиржамлик ҳамда касалликка қарши иммунитетни ошади, бу билан трансцендентал медитация ҳақида илгари тасвирланган бошқа ўзгаришларни бошдан кечирмоқда деган хулосага келди.⁷

Тафаккурнинг исломий ибодат тури, Шарқ ва Ғарб медитациясининг бошқа шакллари ўртасидаги ўхшашлиги аслида фақат юзаки, чунки Ислом тафаккурининг асослари Худонинг бирлигига ишонишдир. Ислом тафаккури яратилиш тўғрисида мулоҳаза юритишдан Яратгувчигача бўлган тараққиётга асосланган. Бу силлиқ ва оқилона ҳаракат. Тафаккур – бу маънавий амалиёт бўлиб, унда барча билим ва маънавий қобилиятлар Худонинг ҳақиқий билимига интилиш учун фаоллашади. Бу бузқўликни даволаш учун мантиқсиз ёки ҳиссий ҳаракатлар тўплами эмас, танани қийноққа соладиган оғриқли машқлар ҳам эмасдир. Иймонлилар бу оламдаги ҳар бир нарса Худони улуғлашини биладилар. Қуръонда

шундай дейилган: «... ҳеч нарса йўқ, лекин Унинг мақтовини улуғлайди; Аммо сизлар (эй одамлар) Унинг улуғворлигини қандай эълон қилишларини тушунмайсизлар!» (17:44) Иймонлилар ҳақида мулоҳаза юритиш, олам томонидан Худонинг улуғланишини аниқлай олмаса ҳам, улар ўзларининг улуғланиши ва бошқа мавжудотлар билан уйғунлигини ҳис қилишади. Бу туйғу тафаккурни давом эттириш билан чуқурлашиб боради, токи у руҳий юксакликка ва ҳар қандай дунёвий саодат билан таққосланмайдиган қувонч ҳамда маънавий завқ туйғусига етгунга қадар.

ТЎРТИНЧИ БОБ

Қуръон ва Худонинг

ижоди ҳақида мулоҳаза юритиш

Худонинг ижоди ҳақида мулоҳаза юритиш Исломдаги энг буюк ибодат турларидан биридир. Кўплаб Қуръон оятлари ҳар қандай мижоз ва руҳий ҳолатга мурожаат қилиш учун турли хил усуллардан фойдаланган ҳолда ушбу фаолиятни рағбатлантиради. Мақсад турли хил усуллар билан одамларни оламда ўзларининг Роббиларининг аломатларига ақл ва таъсирчан қалб билан гувоҳ бўлишга ундашдир. Бирок, ҳақиқий ислом тафаккури фақат Худога ишонган қалбдан, Унга ва Унинг фазилатларига бўйсунадиган ақлдан пайдо бўлиши мумкин. Бу бутунликни яратган, бошқарадиган ва қўллаб-қувватловчи Худонинг ягона эканлигига гувоҳлик берадиган бирдамликнинг (*tawhid*) абадийлигига гувоҳлик беради. Ислом тафаккурининг руҳий саёҳатига чиқишдан олдин Худога бўлган мустаҳкам бузилмас ишончни ўрнатиш жуда зарур, чунки бу мўмин учун ҳидоят нури ва уни адашишига йўл қўймайдиган мустаҳкам илдиз бўлади.

Қуръон кўп жиҳатдан инсон қалбини юмшатишга уринади. Улардан бири Худонинг инояти ва неъматларини эслатиб ўтишдир. Булар ҳақида мулоҳаза қилиш раҳм-шафқат ва муҳаббат ҳиссини туғдириши мумкин. Худонинг инсонга ва бу дунёда яшайдиган бошқа барча жонзотларга бўлган раҳм-шафқати, севгиси ҳақида ўйлаш дарҳол сезгир, миннатдор ҳамда доно кишиларнинг қалбини ҳаракатга келтиради. Ушбу оятлар-

нинг аксарияти «Кўрмадиларми?» ёки «Улар кўрмайтими?» деган савол билан бошланади. Масалан: «Улар туяларга карамайдиларми, улар қандай яратилган? Осмон қандай қилиб баландга кўтарилган? Тоғлар қандай қилиб мустаҳкам бўлган? Ер қандай кенгайтирилган?» (88:17-20)

Аксинча, баъзи оятлар руҳий хушёрларга далда ва мактовлар келтиради, улар дунёда уларга сабоқ бермайдиган ва Худонинг беҳисоб неъматларини эслатадиган ҳеч нарсани кўрмайдилар. Қуръон, шунингдек, одамларда туғма эстетик туйғуни уйғотиш орқали коинотдаги Илохий аломатлар ҳақида ўйлашга чакиради, масалан 35:27-28, бу одамларнинг гўзал туйғуларини ҳис қилишлари учун уларни асл туйғулари ҳамда ҳиссиётларини ер юзидаги барча нарсалардан – ҳар-хил ранглар ва соялар, ўсимликлар, ҳайвонлар ва ҳатто жонсиз нарсалар илҳомлантиришга қаратилган. Ёки яратишда инсониятга Унинг неъматларини кўрсатгандан кейин чорва молларини боқиш ва ишлатиш учун, Худо ўз бандаларига гўзалликлари ҳақида ўйлашларини эслатади, масалан: «Ўзи яратган ҳамма нарсани яхши қилиб яратилган: У инсонни яратишни лойдан бошқа нарса билан бошламаган». (32:7)

Бирок, тафаккур даражаси билан боғлиқ энг муҳим нукта шундаки, Худонинг Ўзи баъзи бир ижодига қасам ичади. Бу ушбу ижод ҳақида ўйлаш, унинг тубини текшириш ва унинг мазмуни ҳақида чуқур ўйлаш учун энг катта чақириқдир. Қодир Худо тонг отиши, кун чиқиши, ой, анжир ва зайтун билан қасам ичади; У шамоллар, юлдузлар, осмон, кундузги та-наффус ва тушаётган тун билан қасам ичади.

Бундан ташқари, умуман осмон ва ер ҳақида мулоҳаза юритишни рағбатлантирадиган, инсон энг муҳим яратилиш деб ҳисобланадиган кўплаб Қуръон оятлари мавжуд бўлса-да, инсониятнинг яратилиши ҳақида ўйлаш билан боғлиқ жуда кўп оятлар мавжуд. Шафқатсизлар ва мағрурларга келсак, Қуръон уларга шу каби ҳақоратли саволлар билан мурожаат қилади: «Одам кўрмайдик, биз уни манийдан яратганмиз. Шундай бўлса-да! у очикчасига қарши турибди!» (36:77) Инсон табиатининг эстетик томонини уйғотиш тўғрисида Қудратли Таоло шундай дейди: «Биз ҳақиқатан ҳам инсонни энг яхши шаклларда яратдик». (95:4) Қодир Худо қасамёд қилади: «У ҳолда осмонлар ва ернинг Раббига қасамки, бу ҳақиқатдир, худди сиз гапира оладиган ҳақиқатдир». (51:23)

Таъсири лабораторияда қайд этилиши мумкин бўлган оддий психологик ходисалар – ўрганиш, хотира, ҳиссиётлар ва рағбатлантириш – ҳали ҳам психология томонидан тўлиқ ўрганилмаган. Бундан ташқари, инсониятни биологик ва моддий жиҳатларини фақат юзаки даражада англаш мумкин. Одамлар ўзларининг мўъжизавий яратилишидан қандай қилиб кўр бўлишлари мумкинлиги ҳақида савол берадиган илоҳий даъват – «Ўзингизнинг яратилишингизда кўрмаяпсанми?» (51:21) – бу тушунча ҳар доим биринчи мартаба очилганидек янги ва қийин бўлиб қолаверади.

БЕШИНЧИ БОБ

Тафаккур – чекланмаган ибодат шакли

Осмон ва ерни ҳамда уларга киритилган нарсаларнинг яратилиши ҳақида мулоҳаза юритиш – бу вақт, жой ёки нарсаларнинг табиатидаги ўзгаришлар тўсқинлик қила олмайдиган амалиётдир. Бу ибодатнинг эркин, чекланмаган шакли. Бу, шунингдек, жонлантирадиган билим ва ҳиссий жараёндир, онг оламдаги Худонинг аломатларини тасаввур қилишдан Яратувчиси ва Роббига кўтарилишида қалб ва идрокни ёритади. Тафаккурнинг асл маъноси ҳам шундадир.

Қуръон яратилишнинг бошланиши ҳақида мулоҳаза юритиш амалиётини рағбатлантиради: «Айтингки» Ер юзида саёҳат қилинг ва Худо яратган ижодини кўринг; Худо кейинчалик яна яратади: чунки Аллоҳ ҳамма нарсага қодирдир». (29:20) Қуръон иймонлиларни ҳозирги кун ҳақида ўйлашга ундашдан ташқари, уларни йўқ бўлиб кетган халқлар тақдири ҳақида ўйлашга ҳам даъват этади: «Улар ер юзида саёҳат қилмаяптими ва сизлардан олдин бўлганларнинг оқибати қандай бўлганини кўрмаяпсизми? Улар кучлари билан улардан устун эдилар...» (30:9) Қуръон мўминларга бу дунё ҳақида фикр юритишни буюрганида, шунингдек, охират ҳақида мулоҳаза юритишга чақиради: «...шундай қилиб, Худо сизларга ўз оятларида белгилар қилиб қўйди, шоядки бу дунё ва охират ҳақида ўйласангиз». (2:219-220)

Қуръон тафаккур эркинлиги ҳақида ва инсоннинг ҳеч қандай аҳамиятга эга бўлмаган Худонинг табиий ижодлари ҳақида мулоҳаза юритиш-

га чақиради, масалан, осмон, тоғлар ва денгизлар. Қуръон, шунингдек, иймонлиларнинг эътиборини одамларга берилган неъматларга қаратади. Ҳеч қандай инсон кашфиёти ёки ихтироси ҳеч қачон Худо томонидан белгиланган табиий қонунлардан ташқарида бўлмайди. Масалан, «Сизнинг Роббингиз Унинг фазлидан баҳраманд бўлишингиз учун кемани денгиз орқали бемалол суздир оладиган зотдир. Албатта, У сизларга раҳмлидир». (17:66) Бундан ташқари, Худо Қуръонда одамларни яратган ва инсон онги ҳамда қўллари билан яратган нарсани У яратганлигини айтади: «Худо сизни ва барча ишларингизни яратди». (37:96) Коинот ҳақида мулоҳаза юритиш – бу чекланмаган маънавий фаолият. Бироқ, бу дунёда мусулмонларнинг қизиқишини уйғотадиган ва уларнинг эътиқодининг муҳим жиҳатларини шакллантирадиган кўринмайдиган мавжудотлар ва ҳодисалар мавжуд.

ОЛТИНЧИ БОБ

Кўринмас нарсалар ва унинг чегаралари ҳақида мулоҳаза юритиш

Ислом тафаккури эркин ибодат туридир, чунки инсон яшаши ёки тасаввур қилиши мумкин бўлган нарсалар учун чекловлар йўқдир – у қуёш, дарёлар ва сайёралар каби кўринадими ёки фаришталар ҳамда жинлар сингари кўринмас бўладими фарқи йўқ, шунга қарамай, битта чеклов, яъни Худо Ўзи ҳақида ўйлашга чеклов қўйган. Бу нафақат таъқиқланган, балки бунинг иложи ҳам йўқ, чунки Унинг ҳақиқатан ҳам қандай эканлигини Худодан бошқа ҳеч ким билмайди. Қодир Аллоҳ Ўзи тўғрисида Қуръонда шундай дейди: «(У) осмонлар ва ернинг яратувчиси-дир ... Унга ўхшаш ҳеч нарса йўқ ва У (ҳамма нарсани) эшитувчи ва кўрувчи Зотдир». (42:11)

Худо инсониятни чеклайдиган вақт ва макон чегараларидан ҳоли. Дарҳақиқат, одамлар ҳодисани маълум вақт ва жойга ишора қилмасдан тасаввур қила олмайдилар ёки ўзларининг аввалги тажрибаларига му-рожаат қилмасдан ҳеч нарсани тасаввур қила олмайдилар. Одамлар ҳа-нузгача ўзларининг мия ва асаб тизими ҳақида жуда кам маълумотга эга.

Уларнинг ақли, руҳи ва руҳияти ҳақидаги билимлар яширин сирлар ва ҳимояланган хазиналар кабидир. Олимлар, шунингдек, Илоҳий мавжудот ҳақида нимани тасаввур қилса, У бундан бутунлай фарқ қилади, деб тасдиқлашади. Ибн Аббос айтганлар: «Баъзи одамлар Худо ҳақида ўйламоқчи бўлишди, лекин Пайғамбар уларга: Худонинг Ўзини эмас, балки Худонинг яратган ижодини ўйлаб кўринг, чунки сиз ҳеч қачон Унга ўз ҳаққини бера олмайсиз».⁸ Худонинг фазилатлари Унинг борлиги билан бир хил табиатга эга. Илоҳий мавжудот ҳақиқатини фақат У билиши ва тушуниши мумкин бўлганлиги сабабли, Унинг илоҳий сифатларини ҳам ёлғиз У билиши мумкин.

Бизнинг дунёмиз катта бачадонга ўхшайди, бу ерда жисмлар бачадондаги йўлдоши билан бир хил роль ўйнайди. Ўлим соати келганда, руҳ бу дунёдан жуда катта ва мураккаброқ бўлган тўсиқдан ҳаётнинг юқори даражасига ўтади, чунки у энди танага муҳтож эмас (худди янги туғилган чақалоқ энди йўлдошига муҳтож бўлмаганидек), ва жасад кўмилади. Шундай қилиб, одамлар бир босқичдан ракета каби юқори босқичга ўтишни давом эттирмақдалар, ёқилғиси тугаган замон ҳар бир босқичнинг охирида бир қисми асосий танасидан енгилроқ вазнда, катта энергия билан тезроқ етиб бориши учун ажралади. Шунга ўхшаб, жаннатнинг саодати ва унинг барча мевалари, оқаётган булоқлари ва гўзалликлари бизнинг ҳозирги дунёмизда ўзларининг ўхшашликларига эга, гарчи улар жаннатда тақдим этиладиган нарсалар билан таққослаганда шунчаки арзимас нарсалардир.

Кўплаб дастлабки ва замонавий олимлар, ибодат қилувчилар ўлим, тўсиқ ва охират хусусияти тўғрисида мулоҳаза юритиш тажрибаларини қайд этишган. Мусулмон бу охират лаззатлари ҳақида ўйлаши мумкин, аммо уларнинг ҳақиқати инсонлар ихтиёрида эмас, чунки улар Яратгувчи эмас, балки ижодлардир. Бу коинотда Яратган Худодан ва Унинг ижодидан бошқа ҳеч нарса йўқ. Шундай қилиб, иймонлиларга Илоҳий мавжудот ҳақида фикр юритиш таъқиқланган, аммо улар ҳамма нарсалар ҳақида эркин фикр юритишлари мумкин.

ЕТТИНЧИ БОБ

Тафаккурнинг индивидуал даражалари

Одамлар турли даражадаги тафаккурни бошдан кечиришади. Тафаккур ва медитация чуқурлигига таъсир қилувчи биринчи омил, бу одамнинг иймон даражасига ва унинг Худога яқинлигига боғлиқ. Инсоннинг Худога бўлган ишончи, севгиси ва иззат-эҳтироми қанчалик катта бўлса, ижод ҳақида чуқурроқ мулоҳаза юрита олади. Иккинчи омил диндорларнинг шахсияти ва уларнинг туғма қобилияти билан боғлиқ. Бу сифат асосан асаб тизимининг хусусиятига боғлиқ. Интровертлар одамлар билан аралашиб, ҳаяжонли тадбирларда қатнашишни талаб қилмайдиган фаолиятни афзал кўришади, масалан, ёлғиз ўқиш, боғда ёки кутубхонада ишлаш. Улар одатий ишларидан зерикмасдан завқланадилар. Агар улар медитация қилувчи иймонлилар бўлса, улар бошқа одамларга қараганда ижод ҳақида чуқурроқ мулоҳаза юритишлари мумкин.

Экстревертларда асаб тизими мавжуд бўлиб, унинг ретикуляр шаклланиши миянинг юқори марказларига борадиган асаб сигналлари ва стимуллари сусайтиради. Бинобарин, аввалги туридан фарқли ўлароқ, бундай одамлар ўзлари кучли тажрибаларга муҳтож. Бироқ, бу автомат равишда экстревертлар паст даражада дегани эмас. Дарҳақиқат, улар асаб ва психологик тизимлари туфайли одамлар билан аралашиб, дўстлашиб ёки жамоат жойларида сўзлашибни талаб қиладиган исломий ҳаракатлардаги интровертлардан устун туришлари мумкин.

Тафаккурнинг чуқурлигига таъсир қилувчи учинчи омил бу психологик омил. Дарҳақиқат, тафаккур руҳий ва жисмоний саломатлик билан бир қаторда, хотиржамликни талаб қилади. Жисмоний саломатлик, шубҳасиз, тафаккур чуқурлигини ошириш учун жуда муҳимдир. Дарҳақиқат, касал одам, ҳаддан ташқари семириб кетган ёки гиёҳвандликдан азият чекадиган киши унинг маънавий мақомини юксак тафаккур даражасига кўтаролмаслиги аниқ. Хавотир, руҳий тушкунлик ёки бошқа бирон бир психологик бузуклик билан оғриган иймонлидан юқори даражадаги диққатлик билан ўйлашни кутиш мумкин эмас. Тўртинчи омил – атроф-муҳитнинг иймонлиларга таъсири ва уларнинг кундалик ҳаёт эҳтиёжлари, муаммолари билан қандай муносабатда бўлишлари ҳамда

бу эҳтиёжлар уларнинг фикрлаш қобилиятига қанчалик тўсқинлик қилиши ёки кучайтириши мумкинлигидир.

Бешинчи омил – маданиятнинг таъсири. Баъзиларнинг болаларни тарбиялаш маданияти, исломий бўладими ёки йўқми, ўз болаларида табиий ва сунъий гўзалликни севиш ҳамда кадрлашни болалик чоғидан сингдирадилар. Бундай маданиятда ўсган катталар ўзларининг кўп вақтлари ва пулларини чиройли манзара каби нарсалардан завқ олиш ва ўйлаш учун сарфлашади ёки чиройли расмларни сотиб олишади. Бошқа томондан, ўз халқларини аёлларнинг жисмоний гўзаллигидан ташқари, эҳтимол шеърят ва маҳаллий мусиқани кадрлаш учун жалб қиладиган маданиятлар мавжуд. Кўпгина мусулмон жамиятларимиз иккинчи тоифага кириши ачинарли. Олтинчи омил одамларнинг тафаккур объектлари билан қанчалик таниш эканлигига ва билимига боғлиқ. Улар ўзларига таниш бўлган медитация объектларини осонроқ танлайдилар ва кадрлайдилар.

Еттинчиси биз ўзимизни ўраб турган одамларнинг мисолларини ўз ичига олади. Пайғамбаримиз айтганларидек: «Одам ўз шеригига ўхшайди, шунинг учун ким билан дўстлашсангиз эҳтиёт бўлинг».⁹ Бундан ташқари, донишманднинг шериклигининг маънавий таъсири шогирдининг дунёқарашини кескин ўзгартириши ва унинг исломий медитацион қобилиятини ошириши мумкин. Тафаккурнинг чуқурлигига таъсир қилувчи саккизинчи омил – тафаккур ва медитация табиатидир. Баъзи табиат ходисалари зудлик билан фикр ҳамда кучли ҳиссиётларни рағбатлантиради, одамларнинг психологик ва маънавий жиҳатларини тубига силкитади, ўзларини қалблари ҳамда онларига таъсир қиладди. Ва ниҳоят, тафаккур объектларини билиш ва тушуниш чуқурроқ тафаккур қилишга туртки бериши мумкин бўлса-да, бунинг акси ҳам бўлиши, яъни объект билан ўта танишлиги уни тафаккур қилишга халақит бериши ажабланарли эмас. Атрофимиз билан танишишимиз қанчалик катта бўлса, кўриш ва онгимиз устидан парда шунчалик оғирлашади ҳамда биз жуда муҳим нарсаларни кузатмаймиз ёки эслай олмаймиз. Шубҳасиз, ушбу омилларнинг ҳар бирининг аҳамияти, тафаккур қилувчиларнинг шароитига боғлиқ. Қандай бўлмасин, агар одамлар самимий ва ғайратли бўлса, улар Худога ибодат қилиш ҳамда Унинг ижоди ҳақида ўйлаш учун тўсиқларни енгиб ўтишлари керак.

САККИЗИНЧИ БОБ

Экспериментал фан ва дин: космик қонунлар

Худо ижодини ўйлаш учун Исломотомонидан берилган юксак мавқега эътибор берган инсон, қалби, қулоғи, кўзи ва онги Худонинг аниқ белгиларига ёпиқ бўлганларнинг қайғули ҳолатини англайди, кундузи ва кечаси қоинот бўйлаб уларни намойиш қилса ҳам: «Осмонлару ердаги қанча аломатлар ўтиб кетаяпти? Ваҳоланки улар бундан юз ўгирадилар!» (12:105) Аммо бу билим уларни юзаки ташқи жиҳатлардан ташқарига чиқармайди ёки уларни Унинг яратган мўъжизаларидан Худого етказмайди. Қуръон уларни қуйидагича таърифлайди: «Улар бу дунёнинг ташқи (юзаки) нарсаларини биладилар; Улар охиратдан ғофилдирлар». (30:7)

Иймонлиларнинг қалбини энг кўп ҳаракатлантирадиган нарса – бу Худонинг ижодини бошқарадиган Илоҳий қонунлар ҳақида билиб олиш сирлари, хоҳ майда чумолининг кимёвий тилини кашф қилиш бўлсин ёки улкан сайёра орбитасини топиш бўлсин. Худо барча инсонларнинг қалбига сингдирган бу туғма табиат, эҳтимол ҳозирги кунда баъзи олимларнинг ибодат қилувчилар билан ўхшаш тилда гаплашишидир. Масалан, Сесил Хамман Балтимор қушининг уясини ва унга ким бу тасвирий санъатни ўргатганлигини сўрайди. Тафаккур ва зукко кузатув ўртасидаги муносабатни очиш учун Ибн ал-Қаййим чумолилар ҳақидаги мунозарасида, чумолилар ва уларнинг фаолиятини кузатиш ҳамда ўйлашдан жуда манфаатдор бўлган намозхон томонидан айтилган қизиқарли латифани айтиб беради. У илмий тажриба ўтказди, натижада у чумолиларнинг махсус алоқа тили борлиги ва улар нотўғри маълумот келтирганга қаттиқ жазо тайинлаши ҳамда шу билан чумолилар жамоасини йўлдан оздириши ҳақида хулоса қилишди. У сингари олимлар, кўринадиган мавжудотлар ҳақида тўхтамасдан, мавҳум тушунчалар, шу жумладан, тафаккур жараёни ҳақида мулоҳаза юритишга киришдилар. Масалан, Ал-Ғазал янги туғилган чақалоқларда ақл қобилятини чеклаш бўйича Худонинг донолиги ҳақида мулоҳаза қилди.¹⁰

Космик қонунларни излаш диний эътиқоднинг фарқига қарамай, тафаккурпараст ва замонавий олим томонидан баҳам кўрилади. Дарҳақиқат, қоинотни бошқарадиган қонунлар ва тамойиллар замонавий эксперти-

ментал олимлар томонидан космик ҳодисаларни катта аниқлик билан башорат қилишга ёрдам бериш учун изланмоқда. Бироқ, мусулмон тадқиқотчилар ўз ишларида чинакам самимий бўлганларида, тадқиқот учун рағбатлантириш ва натижада мукофот олиш мусулмон бўлмаган ҳамкасбларига қараганда анча мазмунли бўлади. Дарҳақиқат, улар моддий, биологик ва психологик ҳодисалар ичидаги мураккаб муносабатларни кашф этганда ва улардаги Худонинг иши ва Унинг қонунларини кузатганларида, улар аслида энг юқори ибодатни бажарадилар. Уларга Қуръоннинг қуйидаги сўзларини қўлланг: «Албатта, улар илмга эга бўлган бандалари орасида Худодан кўрқишади». (35:28) Агар бундай талабалар ўзларининг изланишларини чин дилдан Худо хизматиغا йўналтиришса, уларнинг барча ҳаракатлари кузатув, мулоҳаза юритиш ва тафаккур (лабораторияда ёки далада бажарилган) билан мукофотланади.

Афсуски, мусулмон талабалар бу муқаддас хабарни тушунмаётгандек туюлмоқдалар ва қатъиятсизлик билан кўп нарсага эриша олмасликларини англамайдилар. Агар мусулмон тадқиқотчилари ўзларининг кузатиш ва тафаккур қилиш вазибаларини Худонинг розилигини таъминлайдиган ибодат шакли деб билсалар, унда улар ғайратли бўлар эди. Агар иймонли инсоният учун фойдали бўлган нарсани кашф қилса ёки ихтиро қилса, Худо уни доимий садақа сифатида қабул қилади; у учун бу дунёда ҳам, охирада ҳам мукофот берилади, чунки унинг иши ундан фойдаланганларнинг барчасига фойда келтиради. Мусулмон томонидан олиб бориладиган ҳар қандай тадқиқотлар, Пайғамбарнинг кўрсатмасига риоя қилишдир: «Илм излаш ҳар бир мусулмоннинг бурчидир».¹¹

Нозик доимий тафаккур (ибодатнинг илғор шакли сифатида) ва илмий билимларнинг таракқиёти ўртасидаги ижобий муносабатлар мусулмон дунёсидаги экспериментал фанларнинг таракқиёт тарихи билан тасдиқланган. Дарҳақиқат, ҳар қандай соҳада мусулмон олимларининг кашфиётлари ва ихтиролари Европага замонавий цивилизация асосини ташкил этадиган илмий услубни ўргатганига шубҳа йўқ. Мусулмон оламида экспериментал илм-фаннинг ривожланишига оид кўплаб мисоллар мавжуд, Худонинг ижоди ва Унинг оламни қўллаб-қувватловчи қонунлари ҳақидаги тафаккур ушбу илмий уйғонишнинг асосини ташкил этган асрда юз берди. Бу жисмоний ва маънавий жиҳатдан инсоннинг ақл-идрокли ҳайвон ва маънавий мавжудот сифатида туғма иккилик та-

биятини англашга асосланган ҳолда уйғун ва бир хил муносабатда бўлган етук, мувозанатли цивилизация эди.

Ислоннинг бегоналашиши, унинг цивилизацияси маънавий илдизлари эса энг ачинарли, чунки бунинг натижасида жисмоний, маънавий ҳамда илм-фан ва дин ўртасидаги фожиали бўлиниш юзага келди. Инсониятнинг илми ва дини ягона Қудратли Худога бўйсунуш назорати остида ўзларини мисли кўрилмаган тотувликда намойиш этганда, Ислон бошқарувида гуллаб-яшнагани каби мутаносиб цивилизация ҳеч қачон бўлмаган. Дастлабки мусулмон уламулари орасида илм-фан ва диний этиқоднинг соғлом комбинацияси билан замонавий дунё ва халқаро илмий ҳамжамиятнинг ҳозирги ҳолати ўртасидаги зиддиятни кўришимиз мумкин. Афсуски, кўплаб «дунёвий» мусулмон уламулари ҳам Ғарб моделига амал қилишни ва қабул қилишни танладилар. Шунга қарамай ғалати тарзда, мусулмонлар ўзларининг инсоний, ижтимоий ва исломий маънавий, ахлоқий меъёрларга эга бўлган илмий фанлар, замонавий дунёвий дунё илм-фан, дин ҳамда секуляризация ўртасидаги зиддият туфайли юзага келган ижтимоий заифликни тан олишга киришмоқда.

Дастлаб динни таъсирини озайтириш ва унинг ўрнини босиш учун келган Ғарб илм-фанидаги сўнгги кашфиётлар, ўз навбатида, янги илмий инқилобни ва бу олдинги ҳолатга қайтишини келтириб чиқаради. Ажабланарлиси шундаки, бу жараён аниқ фанларнинг «кироли» бўлган физика томонидан бошқарилади. Афсуски, жуда оз сонли олимларгина, ўзларини ихтисослашувининг ташқи қатламларига чуқур кириб, унинг ядросига етиб келишган ва олдинги табиатни бўйсундируш каби мағрур фикрига шубҳа қилишни бошлайдилар. Ғарблик олимларнинг аксарияти ўзларини атеист деб аташар экан, бир машҳур олим шундай деган эди: «Бир оз илм одамларни Худодан узоқлаштиради, лекин кўп илм уларни Унга қайтаради».¹²

Илмий тараққиёт инсонларнинг саъй-ҳаракатлари ва илоҳий кўрсатмалар ўртасидаги мувозанатга асосланмаса, инсониятга бахт келтирадиган тегишли ислохотга тўлиқ эришиш мумкин эмас. Дарҳақиқат, бу олимларнинг Худонинг бутун ижодига бўлган муҳаббат, садоқат ва Худонинг ижодининг ягоналигига қайтиши ҳамда уларни қайта кашф этишнинг ягона йўли. Шу муносабат билан Қуръонда шундай дейилган: «У (Худо)

сизга осмонлар ва ердаги барча нарсани бўйсундирди. Мана, бунда тафаккур қиладиганлар учун оят-белгилари бордир». (45:13)

ТЎҚҚИЗИНЧИ БОБ

Хулоса

Мен *тафаккурнинг* барча мусулмонлар учун диний бурч сифатида аҳамиятини очиб беришга ҳаракат қилдим, Қуръон ва Муҳаммад Пайғамбар ҳадиси шарифларида мусулмонларни Худога мунтазам равишда сиғинишга ва Унинг ижодини ўрганишга ундайдиган таълимотлар борлигини кўрсатиб бердим. Ушбу таълимотларда муборак фаолият билан шуғулланадиган ибодат қилувчиларни мақташ, ўз ижоди ёки ўзлари яшаётган дунёнинг яратилиши ҳақида ўйламайдиган кофирларни қоралаш каби барча усуллар қўлланилади. Агар мусулмонлар ўзларининг ғайритабиий саёҳатларида руҳий маърифат ва ақл-идрок (*shuhud*) босқичига садоқатли ибодат қилувчиларнинг руҳий йўлидан кўтарилишни истасалар, улар чуқур медитацион тафаккурдан яхшисини топа олмайдилар. Дарҳақиқат, улар аста-секин ўзларининг тафаккур билимини шунчаки сезги идрокдан тортиб то чуқур ақл-идрокка қадар такомиллаштирганда, улар қалблари ҳамда онглари севги ва улуғворликнинг юқори босқичига эришадилар.

У вақт бу коинотдаги ҳамма нарса Худога тўлиқ бўйсунушини, Унинг иродасига бўйсунадиган ва Унинг раҳм-шафқатига эга бўлганлигини ўзларининг жисмоний қарашлари ва маънавий тушунчалари билан кўришади. Кўпгина мусулмон уламолари ва донишмандлари гувоҳлик берганидек, бу даражага эришган намозхонлар одамларнинг энг бахтлисидир.

Ғарб психологияси ва умуман психотерапия, хусусан, узоқ йиллар давомида ниҳоят ноўрин, фойдасиз ёки баъзида тўғридан-тўғри зарарли ҳамда номаълум бўлган дунёвий назариялар ва амалиётлар билан шуғулланиб келмоқда. Бироқ, замонавий когнитив инқилоб келиши билан Ғарб психотерапевтлари охир-оқибат ўзларининг диний ва маънавий эътиқодларини ҳурмат қилишга олиб келадиган, ўзларининг беморларида онгнинг катта таъсирини тан олишни бошладилар. Шундай қилиб, кўп йиллар

давомида руҳсиз назариялар чўлида юрган психотерапия, ниҳоят, доимо ҳиссий хафагарчиликка ёрдам бериш учун ишлатилган когнитив давола-нишнинг ақл-идрок амалиётига қайтмоқда. Ушбу когнитив терапевтик усуллар қадимги мусулмон табибларимиз томонидан синчковлик билан ўрганилиб, тавсифланган.

Кўпгина ёш талабалар, янги технологияларни ихтиро қилишга ёки янги ходисаларни кашф этишга интилаётганда олимлар эмпирик, индуктив ва дедуктив усулларнинг қадамларига қатъий амал қилишлари керак деб ўйлашади. Аммо, барча бакалавр талабалари томонидан чуқур ўрганил-ган муаммони аниқлаш, гипотезани шакллантириш, тажриба ўтказиш, маълумотларни йиғиш ҳамда гипотезани синаш учун аниқ белгиланган қадамлар шунчаки кенг қўлланмалардир. Дарҳақиқат, сезги билан боғ-лик чуқур фикрлаш ва тафаккур олимлар тан олишни истаганларидан кўра анча кенг тарқалган.

Мусулмон мутахассислар сифатида биз бундай дунёвий тенденцияни ку-затишда эҳтиёт бўлишимиз керак. Агар психологик ҳодиса ёки назария бир неча бор эмпирик далиллар билан тасдиқланган бўлса ҳам, биз ўзи-миз ушбу психологик ҳақиқатни яратган Зот ҳақида эслашимиз ва бун-дай тамойил учун илоҳий доноликни излашимиз керак. Ҳар қандай таъ-лим назариясини ёки амалиётини қабул қилишда биз уни ҳар доим Худо бизга билим бериш ва Унга шуқур қилиш учун танлаган тамойиллар ва усуллар билан боғлашимиз керак, чунки У Куръонда таъкидлаганидек, ҳеч бир инсон Унинг изнисиз ҳеч қандай билимга эга бўла олмайди.

Муаллиф

МАЛИК БАДРИ – Судандаги Аҳфад университетида психология фани бўйича таниқли профессор, ҳозирда Туркиянинг Истанбул шаҳрида жойлашган Заим университетида иш олиб боради. У Малайзия Халқаро Ислом Университетида Ислом ва гуманитар илмлар Куллиясида, Ибн Халдун кафедрасининг етакчиси. Малакали терапевт, турли халқаро университетларда профессор, кафедра мудири, факультет декани ва проректор вазифасида ишлаган. У ЮНЕСКОнинг психология бўйича собиқ мутахассиси, Эфиопия педагогика институти (1973-1974); ва ЖССТнинг анъанавий тиббиёт амалиёти кўмитасида мутахассис (1980-1984). Кўплаб китоблар ва мақолалар муаллифи, кўплаб мукофотлар билан тақдирланган, шу жумладан, 2003-йилда Судандаги академик хизматлари учун энг юқори даражадаги мукофот бўлган Зубайр мукофотига сазовор бўлди.

Изоҳлар

1. Ж. Эклз, Миянинг ривожланиши: Ўзини яратиш. (Лондон: Роутледж Публишерс, 1991)
2. Шу ерда.
3. Ж. С. Пирс, Ривожланишнинг яқуни. (Сан-Франциско: Харпер Соллинс Публишерс, 1992), 103-104-б.
4. А. Т. Бек, Когнитив терапияси ва ҳиссий бузилишлар (Нью-Йорк: Нью Американ Лайбрери, 1976), 29-35-б.
5. С. Вульф, «Кимёвий моддаларнинг инсон субъектларига таъсири: плацебо фармакологияси», Клиник тадқиқотлар журналы, 29 (1950), 100-109-б.
6. Ж. П. Пинел, Биопсихология (Бостон: Аллйн & Басон, 1993), 591-559-б.
7. Қаранг Аҳмад Элкадий: «Салбий ҳис-туйғуларни йўқ қилиш бўйича Қуръон тушунчалари: Қуръоннинг шифобахш таъсирининг яна бир жиҳати», нашр қилинмаган мақоласи. Қуръон ва Суннатнинг илмий аломатлари бўйича Халқаро конференцияда тақдим этилган, Москва, Россия, 1993-йил, сентябрь.
8. Al-Suyutī, Jalal al-Dīn, Al-Jamiʿ al-Baḡhīr fī Ahadīth al-Bashīr al-Nathīr, 1-боб, (Beirut: Dar al-Fikr, 1981), 514-б.
9. Абу-Ҳурайра томонидан иқтибос келтирилган ва ат-Термизий томонидан ёзиб олинган.
10. Abu Hamid al-Ghazalī, Al-hikmah fī Makhlūqat Allah (Beirut: Dar Ihya' al-Ulum, 1984), 83-б.
11. Анас томонидан иқтибос қилинган al-Suyutī, Al-Jami, 2-боб, 182-б.
12. Луи Пастернинг иқтибослари.

Халқаро ислом тафаккури институтининг китобларининг қисқача сериялари – бу китобнинг асл мазмуни тўғрисида ўқувчиларга тушунча бериш учун мўлжалланган қисқача шаклда ёзилган институтнинг муҳим нашридир

Инсоният инкирозга юз тутмоқда ва бизнинг жуда озчилигимиз, агар мавжуд бўлса, ҳаётимизда ва умуман оламда нима бўлганини тушунишга қодир. Қандай қилиб бу содир бўлди ва қандай қилиб одамлар одамгарчиликдан «узоқлашиб кетишди?» Нима учун депрессия, хавотир, кўрқув, ўз жонига қасд қилиш каби психологик касалликлар кўпаймоқда ва нега анъанавий Ғарб муолажалари бу оқимни тўхтата олмаяпти деган савол туғилади? Бунга жавоб топиш учун аввало ўзимизга қарашимиз керак. Ҳаётдаги ўз мақсадимизни ўрганиш ва ушбу тамойилни бутун инсониятга етказиш – бизнинг вазифамиз. Замонавий Ғарб психологияси ва кўпчиликка ёрдам берадиган терапия усуллари ривожланишига қарамай, асосан «инсон руҳи» ва маънавият соҳаси ўрганилмаган, чунки инсон онгини ташқи стимулларга жавоб берадиган «машина» деб ҳисоблаш қулайроқ эди.

Малик Бадри инсон онги ва унинг инсон руҳи билан бўлган муносабати тўғрисида олиб борилган ушбу кучли изланишда ўқувчини тафаккур, мулоҳаза юритиш, асл маъносини англаб етиш амалиёти ҳамда Худонинг ижодида ўз ўрнини топиш орқали ўзини ўзи кашф этиш, мақсад ва маънавият эшигини очишга таклиф қилади. Ислом динида сиғинишнинг асоси бўлса-да, бу жуда катта қизиқиш уйғотади ва ибодат сифатида ёки шунчаки ўзини ривожлантириш ҳамда ички даволанишнинг бир қисми сифатида маънавият тушунчасини кашф қилишни истаган ҳар қандай ўқувчига ёрдам беради.

Доктор Жереми Хензел-Томас, Кембриж университети Исломшунослик марказининг илмий ходими (ва собиқ аспирант).

Малик Бадри исломий тафаккур амалиётининг чуқурлиги ва кенглигини очишда катта хизмат кўрсатган. *Тафаккурга* оид олий даражадаги имкониятларга йўл очаркан, авваламбор бутун инсониятга хизмат қилиш учун мусулмонларни юксак даъватларига риоя қилишга илҳомлантириши мумкин бўлган маънавий юксалган, тўлиқ инсоний ва чинакам яхлит ваҳийда Исломни тиклаш йўлини кўрсатмоқда.

Профессор Абдур-Расжид Скиннер, маслаҳатчи клиник психолог
Тафаккур ҳаётни ўзгартирадиган китобдир. Одатда психологияга нафақат назарий жиҳатдан, балки Қалбга таъсир қиладиган руҳий таъсир кўрсатади.