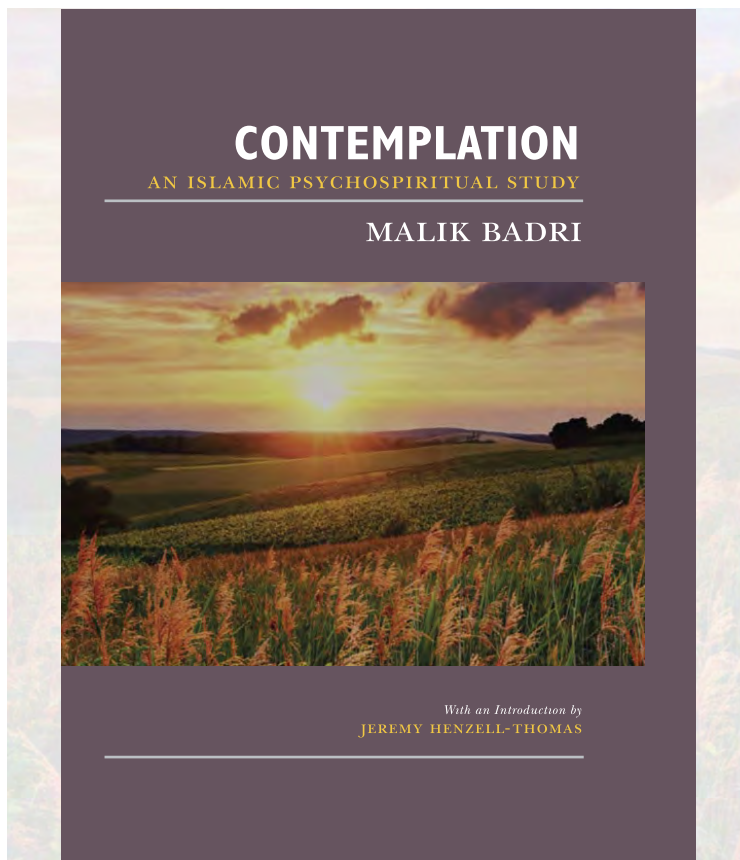


Малик Бадри

ОЙ ТОЛГОО
Исламдык
руханий-психологиялык
ИЗИЛДӨӨ



(IIIТ) «Кыскача сунушталган китептер» сериясы

Малик Бадри

ОЙ ТОЛГОО
Исламдык руханий-
ПСИХОЛОГИЯЛЫК ИЗИЛДӨӨ

Кыскартып жазган: Уанда Крауз



Ислам Ойлору Эл аралык Институту (ИИТ)

Бишкек - 2020

УДК
ББК



Китептин демөөрчүсү:
Ислам Ойлору Эл аралык Институту (ИИТ)
Херндон, Вирджиния, США
Билим Интеграция Институту
Грузия, Тбилиси

Китепти англисчеден кыргызчага которгон **Шаршенбиева Замира**
Китептин редактору **Беделбек кызы Вера**

Автору **Малик Бадри**

Ой толгоо: Исламдык руханий-психологиялык изилдөө / Которгон Шаршенбиева
Замира:– Б.: 2020. – 28 б.

Бул китеп жалпы окурмандарга, Ислам динине кызыккандарга, Ислам динин изилдегендерге өтө пайдалуу. Бул китептин өзгөчөлүгү – исламга болгон жаңы көз карашты сунуштайт. Мусулмандарды калыптанып калган эски көрүнүштөрдөн арылтып, чыныгы ийгиликке жеткире турган жолдору чагылдырылат.

Китеп «Ихсан Хайрия» коомдук фонду тарабынан бастырылган

КЫРГЫЗСТАН МУСУЛМАНДАРЫНЫН ДИН БАШКАРМАСЫ

Бул китеп Кыргызстан мусулмандарынын дин башкармасы тарабынан тастыкталат. №

Contemplation An Islamic Psychospiritual Study (Kyrgyz)

Malik Badri

ИИТ Books-In-Brief Series

Ой толгоо: Исламдык руханий-психологиялык изилдөө

Малик Бадри

(ИИТ) «Кыскача сунушталган китептер» сериясы

© Ислам Ойлору Эл аралык Институту (ИИТ)

The international Institute of Islamic Thought (ИИТ)

P. O. Box 669

Herndon, VA 20172, USA

www.iiit.org

ИИТ London Office

P.O. Box 126

Richmond, Surrey

TW9 2UD, UK

www.iiituk.com

М

УДК

ББК

© Малик Бадри, 2020

Ислам Ойлору Эл аралык Институтунун (ИИТ) – кыскача жазылган китептер жыйнагы

Бул Ислам Ойлору Эл аралык Институтунун (ИИТ) кыскача китептер сериясы окурмандарга түп нусканын негизги мазмуну жөнүндө түшүнүгүн берүү үчүн институттун негизги публикацияларынын кыска формага келтирилген баалуу коллекциясы болуп саналат. Окуганга ыңгайлуу, убакытты үнөмдөгөн кыска форматта чыгарылат. Бул конспекттер чоңураак, ири публикациялардын жакындан кылдат изилденген обзорлору болуп, окурмандардын түп нусканы андан ары тереңдеп изилдөөсүнө түрткү болот деп үмүттөнөбүз.

Малик Бадри «Ой толгоо: исламдык руханий-психологиялык изилдөө» китебинде ой толгоо тууралуу исламдык, заманбап жана руханий көз карашта түшүндүрмө берип, психология жаатында изилдейт. Батыш психологиясы ондогон жылдар бою адамдын абалын, айрыкча бала чактын кийинки жашоого берген таасирин изилдөөгө мүмкүндүк берип өнүгүп келген. Ошентсе да, адамдын психикасы туурасындагы бул билимибиз көбүнесе тарыхый-маданий чөйрөнүн, башкача айтканда светтик-гуманисттик көз караштын жыйынтыгы болуп, акыл-эс кандайдыр бир «түшүнүүгө» мүмкүн болгон, ал эле эмес жасалма интеллект алгоритмдеринин жардамы менен компьютерде окшоштуруп тууроого мүмкүн болгон нерсе каралат. Жасай ала турган нерсе катары бааланат. Акыл-эс – бул жөн гана «бөлүктөрдүн жыйындысы» эмес, кандайдыр бир сыйкырдуу да нерсе эмес, бул жүрөк жана «жан дүйнө» менен байланышкан нерсе катары бааланып, адам денесиндеги ага берилген мүмкүнчүлүктөрүн жана аткарган кызматын толугураак изилдөөнү талап кылат.

Акыл-эсти сан ченемдүү машина/механизм катары түшүнүү коопсуз мейкиндик деп каралат, ошол эле убакта ченемге алууга мүмкүн эмес акыл-эс түшүнүгү илимий ыкма менен билим алгандарга аны психология жаатында колдонуу жетишерлик татаал болушу мүмкүн. Традициялык Батыш психологиясында убакыттын өтүшү менен адамзат жаратылышынын табышмагы ачылат деген зор ишеним ар дайым болуп келген. Айрым жаркын ойлуу окумуштуулар акыл-эс жөнүндөгү түшүнүктү өнүктүрүүгө чоң аракеттерди кылышкан, ошого карабай көптөгөн суроолор дагы эле жоопсуз бойдон калууда. Айрым психологиялык көйгөйлөрдүн, айта кетсек депрессия, тынчыздануу, коркунуч жана суицид көрсөткүчтөрүнүн дүйнө жүзү боюнча көбөйүп жатышы жана мындан да күчөшү ыктымал экенин эске алсак, адамзаттын ички дүйнөсүн түшүнүү үчүн тереңирээк изилдөөлөрдү тезинен ишке ашыруу керектиги айдан ачык болот.

Психологиялык оорулар менен жапа чегип жаткандарды айыктыруу үчүн натыйжалуураак колдоо жана терапия жолдору иштелип чыгышы зарыл. Традициялык Батыш психологиясында, акыл-эсти механикалык нерсе катары баалоо адамзаттын «руханий» жараталышын баркка албайт, бирок айрым Батыш психологдору мусулмандар жана башка динге ишенгендер дайыма ишенип келген адам «рухун» жана анын адамдын жашоосундагы маанисин таанып башташты. Мындай көрүнүш көпчүлүккө үмүт отун жандыра ала турган, психикалык оорулар менен жабыркагандарга гана эмес, дегеле башкаларга да жашоонун жаркын жана кыйынчылык мезгилдеринде адам болуу деген эмне экенин түшүнүүгө жардам бере ала турган чоң изилдөөлөрдүн башталышынан кабар берет.

Бул таасирлүү изилдөөдө, Малик Бадри, Батыш психологиясындагы руханий чөйрөнү жокко чыгаруу маселесин карайт жана ой-толгоо (тафаккур) түшүнүгүндө жана практикасында акыл-эсти жүрөк жана жан менен байланыштырган эң күчтүү курал бар экендигин айтат. Ой жүгүртүү, айрыкча Кудай жөнүндө ой жүгүртүү аркылуу биз психикалык оорулардан, тагыраак айтканда «жан дүйнө дартынан» жапа чеккендердин психикасына терең кирип, алардын жан дүйнөсүнүн жай алуусуна жана дарттан сакаюусуна өбөлгө болобуз. Бадри ой толгоонун көптөгөн элементтерин, айта кетсек анын тарыхта маанисинин төмөндөөсүн, Чыгыш салттарындагы түзүлүшүн, жадагалса заманбап психологияда ушундай философиялык аспектилерине кайтуунун жанданып жатышын кыскача түшүндүрмөлөйт. Айтмакчы, ислам салтында ой толгоо тафаккур дегенди туюндурат. Ой толгоо алда-канча чоңураак нерсеге айланды, бул – өзүн таануу жолу гана эмес, ички туюмубузда Кудайды издөө жана Ага берилүү аркылуу, өзүбүздөгү терс нерселерди баспай, жашоодогу жана ааламдагы ордубузду концептуалдуу түшүнүүдөн алыстоо менен дарттан сакаюуга умтулуу болду.

Малик Бадринин түп нускасынын кыскартылып басылышы

ОЙ ТОЛГОО: ИСЛАМДЫК ПСИХО-РУХАНИЙ ОКУУ

БИРИНЧИ БӨЛҮМ

Ой толгоо: Заманбап психологиялык көз караш

Исламдык ой толгоо жана светтик психология

Исламдык ой толгоо (тафаккур) – исламдагы сыйынуунун жогорку формаларынын бири. Маңызы боюнча дин аралашпаган жана көбүнесе коомдук маданиятка байланышкан заманбап Батыш психологиясынын көз карашында тафаккур тууралуу талкуу жүргүзүү бир караганда таң каларлык иштей көрүнөт. Батыш маданий парадигмалары мусулмандар дүйнөсүндөгү академиялык илимдердин көпчүлүк формаларын, анын ичинде психологияны изилдөөнү да басмырлагандыктан, ой толгоо туурасындагы талкуубузду дал ушул көрүнүштөн баштообуз абзел.

Ошентип, ой толгоо жаатында, Батыш психологиясы медитациялык практикаларга жана алардын акыл-эсти өзгөртө алуу жөндөмдүүлүгүнө жакындан бери эле кызыгуу башталды. Исламдык ой толгоо медитациянын бошоңдотуу таасирин алууга жардам берет, бирок биз кийинчерээк баамдай ала тургандай, ал Чыгыш диндеринен чыккан медитациялык процедуралардын бардык башка түрлөрүнөн айырмасы максаты көбүрөөк таанып-билүүгө жана ой жүгүртүүгө багытталгандыгында. Акыл-эстин акыбалын өзгөртүү ислам ой толгоосундагы баштапкы максат эмес. Кудайды Ааламдын Жаратуучусу жана Коргоочусу катары таанып билүү негизги максаты болуп саналат.

Бихевиоризм үстөмдүк абалды ээлегенге чейин, когнитивдик психология, өзүнүн табигый формасында алгачкы психология мектептеринин өзөгүн түзгөн. Ал мезгилдерде, психология негизинен адамдардын акыл-эсин, алардын сезимдерин, ойлорунун мазмунун жана акыл-эсинин структурасын изилдөөдө гана колдонулган, билүү/таануу маселесине ушул жааттарда гана көңүл бөлүнгөн. Бихевиористтик мектеп таптакыр жаңы жолду алып келди жана психологиянын негизине айланды, атап айтканда билүү/таануу жолдорун тышкы стимулдардын жана аларга карата байкалган жооптордун жардамы менен изилдесе болот. Алар сезимдерди, акыл-эсти, ойлоону процессин тике байкоого алууга мүмкүн эмес деп эсептешкен. Ошондуктан, аларды изилдөө методдору (тактап айтканда интроспекция, ички туюмдарды байкоо жана билдирүү) так жана ишенимдүү эмес деп жана эксперименттик процедуралар аркылуу текшерүүгө мүмкүн эмес деген сынга кабылышкан.

Ошол себептен, психологияны физика жана химия сыяктуу так жана туура илим болуусун каалаган бихевиористтер лабораторияда байкоого мүмкүн болгон көрүнүштү изилдөө менен иштерин чектеп калышкан. Алардын эксперименттик жана илимий-изилдөөлөрүнүн көңүл чордонун өлчөөгө жана текшерүүгө мүмкүн болгон жооптор гана түзгөн. Аталгандай инсандын руханий жана ички когнитивдик ишмердигин четке кагуу менен физикалык жана биологиялык илимдерди тууроо аракети бихевиоризмдин негиздөөчүсү Дж. Б. Уотсондун айкын демилгеси менен түптөлгөн.

Мындай чектелген көз караш менен таасирленген жана Иван Павловдун билүүгө/үйрөнүүгө шарт түзүү менен жардам берүү туурасындагы окуусу менен шыктанган бихевиористтер адамзаттын бардык менталдуу жана психологиялык ишмердүүлүгүн «стимул – жооп» байланышы менен түшүндүрүп башташкан. Адамдарды мындай дегуманизациялоонун негизги максаты психологияны илимий түзүлүшкө өзгөртүү эле. Дагы бир маанилүү себеби Батыш коомчулугун секуляризациялоо/светештирүү жана аны диндин таасиринен куткаруу болуп саналган. Психоанализ жана биологиялык багыт сыяктуу психологиянын негизги мектептеринин жана агымдарынын бихевиористтер менен пикир келишпестиктери болгонуна жана азыр да бардыгына карабай, секуляризация жана акыл менен ой жүгүртүү статусун басмырлоо маселесинде алар толугу менен бир пикирде.

«Органисттик» биологиялык багытка олуттуу таянган салттуу нейропсихиатрия дагы адам баласынын акыл менен ой жүгүртүүсүнө, тандоо эркиндигине жана руханий моралдык стандарттарынын өзгөрүлбөстүгүнө жеткире баа бербейт. Биологиялык детерминизм, өзүнүн терең таризинде, адамдардын адаттагыдай жана адаттан тыш жасаган иштеринин баары тең ата-бабадан калган гендердин, нерв системаларынын жана тубаса биохимиянын жардамы менен башкарылат деп ырастайт. Исламдык ой толгоону психологиялык жаатта үйрөнүү сөзсүз түрдө адамдардын ички акыл менен таанып билүү ойлорун жана сезимдерин жөнгө салса, Батыш психологиясынын негизги агымдары (бихевиоризм, фрейд психоанализи жана нейропсихиатриясы) бул маселеде бир аз же таптакыр жардам бере алышпайт.

Исламдык ой толгоо жана когнитивдик төңкөрүш

«Акыл-эсин» калыбына келтирүү үчүн жана ички аң-сезимдүүлүк менен таанып-билүү ишмердүүлүгүн кайрадан ачуу үчүн психология толук кандуу төңкөрүштү башынан өткөрүшү керек. Бул төңкөрүш – заманбап когнитивдик төңкөрүш. XX кылымдын орто ченинен баштап окумуштуулар ойлоону жана ички когнитивдик процесстерине терең кызыгуу арта

башташкан, бирок бихевиоризмдин «стимул – жооп» механизми үстүртөн билим экендигин, ошондой эле психоанализ теориясынын илимге негизделбеген, бурмаланган мүнөзүн моюнга алышы үчүн психологияга ондогон жылдар керек болду. Психологиядагы бул жаңы көрүнүш ой толгоонун маанисин илимий жана диний көз карашта ачып бергендиги үчүн өзгөчө мааниге ээ.

Белгилей кетүүчү нерсе, психология жана башка социалдык илимдер адам жаратылышын динден алыстатып кароо идеясын колдоону улантып жатканына карабай, алар адам жөнүндөгү түшүнүгүн алдыңкы технологияларга жараша өзгөртүштү. Мында, окумуштуулар адамдын ой жүгүртүүсүн, ички таанып-билүү жана эмоционалдык процесстерин, ошондой эле эс-тутумун компьютер менен салыштырышат. Алар ар кандай стимулдарды курчап турган чөйрөдөн алып, аларды код менен туюнтуп, топторго бөлүп андан соң эс-тутумда сакталаарын, кийин жаңы маселелерди чечүү керек болгондо аны кайрадан калыбына келтирүү фактысын сүрөттөшөт. Адамдын мындай компьютердик үлгүсү бихевиористтик үлгүгө караганда чындыкка алда канча дал келет, себеби заманбап психология «акыл-эсти» жана «аң-сезимди» калыбына келтирүүгө аракет кылат; бирок дагы эле адамзатты чыныгы исламдык руханий көз карашта баалай албайт.

Ошентсе да, психологиядагы чыныгы төңкөрүш качан гана ал адам жаратылышы жөнүндөгү түшүнүктү түптөө үчүн өзүнүн «жан дүйнөсүн» калыбына келтирип, чектелген илимий жана медициналык үлгүлөрдөн бошоно алганда гана болуп өтөт. Бирок, жадагалса бул дисциплинаны чектелген мамиледен бошотууга аракет кылган когнитивдик психологиядагы төңкөрүш дагы өзүн адамдын жүрүм-турум жана эс-акыл процесстеринин үч жаатын түзгөн психологиялык, биологиялык жана социалдык-маданий курамдар менен чектейт. Бул төңкөрүш дагы руханий курамдын жогорку маанисин ырастаган заманбап илимий тастыктоолордун көбөйгөнүнө карабай аны этибарга алган жок. Жадагалса руханий ишеним факторунун жоктугуна жана билимдин топтолгонуна карабай аталган ички психикалык кубулуштарды үйрөнүү дайыма абдан татаал маселе боюнча калат, себеби стимулдар менен жооптордун, себептер менен натыйжалардын өз ара аракеттешүүсүн бир дагы татаал метод менен байкоого жана өлчөөгө мүмкүн эмес.

Ой толгоо жана дененин / акылдын табышмагы

Адамдардын ички психологиялык жана акыл-эс дүйнөсүн изилдеп жатып акыл менен дененин байланышы кандай деген адамзаттагы эң татаал

маселелердин бири менен бетме-бет кездешибиз. Адам мээсинин иши туурасында абдан аз билсек дагы, материалисттер адам «акылга» ээ эмес, эгер бул сөз баш сөөктүн ичиндеги материалдык «мээни» гана түшүндүрүү үчүн колдонулуп жатпаса деп айтышат. Биз айтып жаткан «ой жүгүртүүчү акыл» – бул жөн гана мээ химиясындагы эң майда өзгөрүүлөрдүн чагылышы жана «котормосу» жана анын электрохимиялык нерв импульстары, муну менен алар адамдардын ой жүгүртүүсү, ал гана эмес мүнөздөрү дагы мээ жабыркаганда толугу менен өзгөргөндүгүн түшүндүрүшөт.

Карама-каршы пикирдеги окумуштуулар мээни, ал тургай адамдын жүрүм-турумун жана ой жүгүртүүсүн башкарып турган «акыл» бар экендигин айтышат. Бул тайпанын лидери – Джон Экклз, ал нерв системасын изилдөөдөгү көрүнүктүү иштери үчүн Нобель сыйлыгын жеңип алган. Бул илимпоз жана аны менен санаалаш окумуштуулар өздөрүнүн адам мээси жана анын нерв системасынын ишмердүүлүгү үстүндөгү изилдөөлөрүн «акылдын», «түшүнүүчү жандын» же Экклз айткандай «аң-сезимдүү акылдын»¹ бардыгы менен гана толук кандуу түшүндүрүүгө мүмкүн экендигин ырасташат.

Акыл-эс жана мээнин ортосундагы байланышты түшүндүрүү үчүн, Экклз жана башка илимпоздор, теле берүү станциясы менен телевизордун ортосундагы өз ара байланыш жолун көп мисал кылышат. Экклздын айтуусу боюнча материалдык эмес, аң-сезимдүү акыл мээни тынымсыз сканерлеп/текшерип, изилдеп жана контролдоп турат.² Экклз айткандай, мээнин өлүмүнөн кийин эмне болот деген суроо илимпоздорду да, динсиздерди да түйшөлткөн башкы суроолордун бири болот. Рух эмне деген сурашканда, Азирети Мухаммед Пайгамбарга (саллаллаху алейхи ва салам) бул кабар келген: «Алар сенден рух жөнүндө сурашат. «Рух Эгеме таандык иштерден. Силерге азыраак гана илим берилген», – деп айт. (Куран, 17:85).

Дене жана акыл ортосундагы байланыш жөнүндө заманбап биологиялык изилдөөлөр келип такалган татаал маселелердин бири – бул адам жүрөгү мээге кандай таасир берет жана нейрондук жүрүм-турумду курууда кандай мааниге ээ. Джозеф Пирс ой жүгүртүүгө түрткү болгон «Эволюциянын акыры» деген китебинде мындай деп айткан: «Жүрөктөгү кыймыл-аракеттер денедеге да, мээдеги да кыймыл-аракеттерден мурда болуп өтөт... Биз азыр билебиз...жүрөк мээнин иштешин гормондук, өткөргүч, мүмкүн кылдат кванттык энергиялардын жардамы менен текшерип жана башкарып турат.»³ Пирстин айтуусу боюнча, биз терең руханий ой жүгүртүү учурунда, руханий универсал жүрөгүбүздөн алабыз, ал болсо

биздин физикалык жүрөгүбүзгө таасир этет, ал мээбиз менен байланышып, таануу аракетинизге таасир этет.

Таанып билүү иш-аракетинен калыптанган дурус жана аномалдык адаттарга карай

Когнитивдик психологдор да, компьютердик адистер да адамдын маалыматты анализдөө, классификациялоо, эсте сактоо жана кайрадан муктаж болгондо аны эстөө жөндөмдүүлүгүн изилдөөгө абдан көп көңүл бурушат. Алардын кээ бир изилдөөлөрү бихевиористтер маңызын тактоого мүмкүн эмес деп эсептеп этибарга албаган маселелердин көп жактарын такташты жана «стимул – жооп» аңкоо концепциясын сындаган көптөгөн теорияларды жана түшүндүрмөлөрдү иштеп чыгышты. Адамдын ниетиндеги ар бир кыймылдан мурда ички когнитивдик иш-аракет процесси болуп өтөөрүн жакшыраак түшүнүү жогорудагы аракеттердин бири. Ошондой эле бул изилдөөлөр адам акылы мындай когнитивдик иш-аракеттерди эч качан токтотпой, күн - түн дебей, адам аны билээр – билбесине карабай аткаарын тастыкташты.

Ар бир кыймыл ички когнитивдик иш-аракеттен башталаары туурасындагы ачылышка дагы бир кошумча – түшүнүү болобу, эстөө болобу, элес болобу, түшүнүк же эмоция болобу – качан бул когнитивдик иш-аракет бышыкталганда, кыймылдын себебине же түрткүсүнө айланаары дагы далилденген; адам мындай ниеттеги кыймылды бир нече жолу кайталап кылса, бул ички түрткүлөр аны оңой эле жана аргасыздан калыптанган адатка айлантат. Мындай адат сөзсүз түрдө эле шыкка айланбайт, ал эмоция, руханий сезим же мамиле болушу мүмкүн.

Ошентип, адамдардын ан-сезимдүү ой жүгүртүүсү жана ички маеги алардын сезимдерине жана эмоцияларына таасир этишип, мамилелери менен көз караштарын калыптандырынын когнитивдик психология ырастайт; кыскача айтканда, жадагалса алардын баалуулуктарын жана турмуштагы багыттарын аныктай алышат. Ой жүгүртүү аркылуу, мусулмандар руханий өнүгүү үчүн өздөрүнүн ички психоруханий «сыйлык жана жазалоо» жолдорун өркүндөтө алышат. Керексиз адаттарын өзгөртүү үчүн же башка татыктуу адатка ээ болуу үчүн мусулмандар сыйлыкка же соккуга муктаж эмес. Өздөрүнүн ички таанып-билуу жана руханий ниеттерин Кудайдын улуктугун жана кемтиксиздигин, анын алдында өзүнүн алсыздыгын жана барксиз журум-турумун ой жүгүртүп таанууга багыттоо менен албетте, алар Кудайга болгон сүйүүсүн жана ыраазычылык, бактылуулук жана тынчтануу сезимдерин арттырышат.

ЭКИНЧИ БӨЛҮМ

Ой толгоо: алгачкы мусулман илимпоздорунун эмгектери

Ички ой жүгүртүү, эмоциялар, кабылдоолор, элестетүү жана ниеттердин бардыгы инсандын жүрүм-турумунун – атап айтканда шыгынын, ишенимдеринин, аңдаган жана аңдабаган иш-аракеттеринин, жакшы жана жаман адаттарынын калыптанышына түрткү болоору белгилүү болгондон баштап – эмне үчүн Куран жана Сүннөт асман менен жердин жаралуусу жөнүндө, алар кантип жүрөктөрдү жана акыл-эсти Жараткандын улуулугу жана анын асылзат сапаттары менен толтураары жөнүндө байкоо жүргүзүүгө жана ой жүгүртүүгө ушунчалык кам көрүшөөрүн түшүнүүгө болот. Ойлонуунун жана когнитивдик процесстердин адамдын ишенимдерине, түшүнүктөрүнө жана сырткы жүрүм-турумунун калыптанышына тийгизген таасирин «акылга сыярлык» моюнга алуусуна Батыш психологиясына жетимиштен ашык жыл кеткен, а бул натыйжалар алгачкы ислам илимпоздоруна эбактан эле маалым болчу.

Өзүнүн Аль-Фаваид аттуу китебинде (Руханий Артыкчылыктар) Ибн ал-Каййим ачык эле мындай дейт, адам жасаган бардык нерселер терең ой, айтылбаган сөз же ички маек катарында башталат, бул жерде ал арабча хаватир деген сөздү пайдаланат. Хаватир деген сөз хатира деген сөздүн көптүк түрү, бул сөз – тез, ички, жашыруун элести, түшүнүктү же чагылгандай тездиктеги айтылбаган ойду туюнтат. Заманбап когнитивдик психологдор муну 1970-жылдары(!) когнитивдик терапевт Аарон Бек ачкан «автоматтык ойлор» идеясы менен салыштыра алышат. Өзүнүн классикалык «Когнитивдик терапия жана эмоционалдык бузулуулар» китебинде Аарон Бек «Автоматтык ойлорду айкындоо» аттуу бөлүмдө кантип бул «ачылышты»⁴ жасаганын алты баракка сүрөттөп жазат.

Ибн аль-Каййим мусулманга ички тез ойлордо келүүчү терс хаватир жана васавис (шайтандын азгырыктары) менен күрөшүп, алардын эмоцияга айланып же жаман ишке түрткү болуусуна жол бербей, бактылуу жана такыба жашоого кеңеш берет. Буга кошумча, Ибн аль-Каййим ички когнитивдүү иш-аракеттин толук аныктамасын берет жана окурмандарды Кудай адамзатка тез ойлордон жана элестерден толугу менен арылуу мүмкүнчүлүгүн бербегенин эскертет, анткени алар дем алуу сыяктуу сөзсүз боло турган нерселер. Иш-аракеттер жана кылык-жоруктар качан гана адамдын ички жана байкоочу ойлору Кудай менен болгон жакшы руханий байланыштан келип чыкканда дурус болот. Алгачкы мусулман

илимпоздордун көпчүлүк эмгектери Курандан жана Сүннөттөн алынган билимге таянып жазылып, пайдалуу психологиялык принциптерге айланган.

Абу Хамид ал-Газали ой жүгүртүп байкоо жолу менен дарылоонун теориялык багыттарына көп салым кошкон, бирок ал практика жаатына да бир нече чынгы мисалдарды келтирүү менен кайрылган. Кайсы бир мусулман өзүн такыба жолдо алып жүргүсү келсе, биринчи кезекте ал өзү жөнүндөгү ойлорун оңдоп, өзүн көңүлүндөгүдөй акыбалда элестетүүсү зарыл деп «Ихья улум ад-Дин» китебинде айтат. Аль-Газалинин айтуусу боюнча, ар бир иш-аракет когнитивдик, эмоциялык же интеллектуалдык акыл ишинин натыйжасы болгондуктан, узакка ой жүгүртүүнү көптөн бери колдонуп жүргөндөр сыйынууга жана моюн сунууга тез эле көнүп кетишет. Ошондуктан, исламдык ой жүгүртүү процессине терең сиңген динчил адамдар ой жүгүртүп байкоо салган нерселерди мурунку түшүнүктөрүнө жараша, тилди колдонууда ээ болгон символдор жана сүрөттөлөр, ошондой эле алардын мурда ким болгон жана келечекте ким болуусу мүмкүн экендиги тууралуу түшүнүгү аркылуу кабыл алышат.

Исламдык байкап ой жүгүртүү процесси бири-бирине байланышкан үч баскычтан өтүп, төртүнчү жана акыркы баскычка келишет, мен аны «руханий таанып-билүү» (шухуд) баскычы деп атайм. Биринчи баскыч – биз назар салып байкап таанышып жаткан нерсе жөнүндөгү маалымат тике сенсордук кабылдоо – көрүү, угуу, кармап көрүү, жыттоо, даамдап көрүү, же болбосо кыйыр кабыл алуу аркылуу келет, мисалы элестетүү учурунда. Экинчи баскыч - адам качан бул маалыматтар менен жакындан таанышып, алардын эстетикалык жагын жана өзгөчө сапаттарын билүү менен башталат. Үчүнчү баскычта - байкоо жүргүзүүчү ой жүгүртүп жаткан нерсе менен анын Жаратуучусунун ортосундагы чектен өтөт. Андан соң ал адамда моюн сунуу жана ал байкоо жүргүзүп жаткан баалуу нерсенин жана да бул дүйнөдөгү башка бардык нерселердин Жаратуучусуна ыраазычылык сезимдери пайда болот. Мындай сезимдер бул турмушта Кудайдан жана Анын жараткан нерселеринен башка эч нерсе жок экендигин таанып-билүүсүнүн натыйжасында келип чыгат. Окутуу жана адаттардын калыптанышы жаатынан карай турган болсок, динге ишенип терең байкоо менен ой жүгүрткөн адамдар төртүнчү баскычка жете алышат деп айтууга болот, себеби үзгүлтүксүз эске салуу менен калыптанган ой жүгүртүү терең-тамырлаган руханий адатка айланат.

Канткен менен адамдардын байкап ой жүгүртүүсү бул ааламдын кооз жана өзгөчө жаратылган нерселерине, атап айтканда сулуулукту жана

түрү сууктуку да, улуулукту жана санда жоктуку да, жакшылыкты жана жамандыкты да өзүнө камтыган нерселерге көңүл топтоо менен чектелбеши керек. Кабылдоолорго ооруксунтуучу, коркунучтуу же тынчыздандыруучу абалдар, аларды кабылдоо карама-каршы эмоцияда болсо дагы кириши керек. Ой жүгүртүүнүн натыйжасында жагымсыз тажрыйбалардан сабак алынып, ой жүгүртүүчү мындай нерселерден кантип качуу керектигин үйрөнөт. Чындыгында, салыштырып карасак, мисалы сулуулукту, өлчөмдү же имараттын тактыгын адам жайчылыкта кабылдаганга караганда үрөй учурган окуяларга күбө болуу же башынан кыйынчылыктарды өткөрүү адамдарды ой жүгүртүүгө мажбурлап, андан натыйжалуураак сабак алууга түрткү болот.

ҮЧҮНЧҮ БӨЛҮМ

Исламдык ой жүгүртүү жана заманбап медитативдик ыкмалар

Акыркы мезгилде трансцендеттик медитация жана анын түрлөрү Европада жана Америкада өтө популярдуу болуп кетишти – бул элдердин тарыхында болуп көрбөгөн феномен. Болжолдуу түрдө мындай көрүнүш, байыркы Чыгыштан жана Индиядан чыккан медитациянын жогоруда аталган түрү эмоциялык, когнитивдик жана физикалык ооруларды дарылоодо абдан натыйжалуу экендиги аныкталган кийин башталган. Медитациянын бир нече далилденген артыкчылыктары бар, чынында алар исламдык ибадаттын бир түрү болгон ой толгоо менен байланыштуу.

Заманбап медициналык изилдөөлөр исламдык сунуштамалар, эрежелер жана көңүлдөгүдөй жүрүм-турумдар такыба адамдардын физикалык жана психологиялык ден-соолуктарын сактоодо дагы талашсыз мааниге ээ экендигин көрсөттү. Мисалы, дене тазалыгынын, күнүмдүк беш убак намаз алдында даарат (вуду) алуу же Жума намазынын алдында жана жубайлардын кошулуусунан кийин жөрөлгөлүү сууга түшүү (гусул) аркылуу камсыз болгон жана башка Сүннөт иштердин көрүнүктүү санитардык мааниси бар. Жыйырманчы кылымдын аягында басылып чыккан жүздөгөн китептер жана илимий макалалар психикалык, психофизиологиялык жана органикалык дарттарды дарылоодо ишеним фактору менен айкалышкан медитациянын баалуулугун баса белгилешет.

С. Вольф буга байланышкан абдан кызыктуу жана үлгүлүү изилдөө тууралуу билдирип, кардардын ишеними жадагалса анын наркотик затка болгон көз карандылыгынын мизин кантип кайтараарын көрсөттү⁵. Тынчсыздануу, депрессия, жанга баткан жалгыздык жана өзүнө ишенбөөчүлүк менен коштолгон психологиялык өнөкөт стресстер көп илдеттен коргоп туруучу адамдын иммунитетине чоң зыяны тийерин заманбап изилдөөлөр биротоло тастыкташты. Изилдөөлөр жаңы адистиктин – психонейро-иммунологиянын, пайда болушуна алып келди, биринчи жолу эки башка жааттагы адистикти, тактап айтканда социология илимдери жана психологияны адам иммунологиясынын химиясы менен бириктирди.⁶ Миндеген жылдар мурда индустар жана буддисттер жөнөкөй медитация жолдорун билишкен жана колдонуп келишкен.

Клиникаларда жана медициналык лабораторияларда психофизиологиялык өзгөрүүлөрдү көзөмөлдөөнүн соңку ыкмаларын колдонуп өткөрүлгөн эксперименттер ойду топтоо (концентрациялоо) медитациянын, трансценденттик медитация сыяктуу түрү чыныгы медициналык төңкөрүш экендигин айгинелешти, мындай медитациянын жардамы менен пациенттер өздөрүнүн менталдык, когнитивдик жана руханий күчтөрүн дарттан сактоого жана психологиялык ден-соолугун чыңдоого пайдаланышат.

Китептердеги, аудио жана видеофайлдардагы ишеним фактору менен коштолгон жана Европа менен Америкада популярдуулукка ээ болгон медитация жана релаксация боюнча терапевтердин берген кеңештери такыба мусулмандар намаздан (салат) кийин Алла Тааланын ырайымдуулугу, Анын улуулугу жана Ал чеберчилик менен жараткан нерселер туурасында терең ой жүгүртүп, Алла Таалага чексиз мактоолорду айтып, шүгүр келтирип отурган абалы менен барабар. Терең ой жүгүртүүчү жана ойлонуучу мусулман аз убакыт жана аз күч жумшап медитациянын бийик баскычтарына жетише алат. Курандын поэтикалык сөздөрүн кооз үн менен аткарылып жатканын угуу гана бир нече мүнөттүн ичинде жакшы медитативдик таасир калтырат. АКШнын Флорида аймагындагы Акбар Клиникасында өткөрүлгөн бир нече татаал эксперименттердин жыйынтыгында, доктор Ахмед Элькади мындай деп тыянак чыгарган, качан мусулмандар Курандын аяттарын уккан кезде, алар араб тилинде сүйлөсө да, сүйлөбөсө да, өздөрүндө стресстин жана санаанын басаңдаганын көрсөткөн физиологиялык өзгөрүүлөрдү, жан дүйнө тынчтыгын, дарттан сактоочу иммунитетинин көтөрүлгөнүн жана трансценденттик медитация жөнүндө мурда сөз болгондо айтылган өзгөрүүлөрдү сезишет.⁷

Исламдагы сыйынуунун бир түрү болгон ой толгоо менен, Чыгыш жана Батыш медитациясынын башка түрлөрүнүн ортосундагы окшоштук, чынында, абдан үстүртөн, себеби исламдык ой толгоонун негизин бир Кудайга болгон ишеним түзөт. Бул бир калыптагы акылга сыярдык механизм. Ой толгоо – бул руханий ыкма, бул Алла Тааланы туура таанууга умтулууда когнитивдик жана руханий жөндөмдөрдүн жандануусу. Бул дартты айыктырууга болгон иррациоаналдык же эмоционалдык аракет эмес, денени кыйнап ооруксунткан көнүгүү дагы эмес. Такыба адамдар билишет, Ааламдагы ар бир атом Алла Тааланы мактайт жана анын даңкын чыгарат. Куранда айтылат: «... Аны аруулап, мактабай турган эч нерсе жок. Бирок силер алардын мактоолорун түшүнө албайсыңар. Акыйкатта, Ал – Жумшак, Кечиримдүү» (Куран, 17:44). Такыба мусулмандар Аалам кантип Кудайды мактап жатканын түшүндүрүп бере албаса да, өздөрүнүн мактоолору менен башка жаратылган нерселердин мактоолорунун гармониясын сезишет. Бул сезим ой жүгүртүүнү уланткан сайын жер бетиндеги бир дагы ыракатка теңелгис руханий бийиктикке жана кубанычтуу сезимге, адеп-ахлактык ыракаттанууга жетмейинче тереңдей берет.

ТӨРТҮНЧҮ БӨЛҮМ

Куран жана Ыйык Жазуу

Алла Тааланын жараткандары тууралуу ой толгоо

Алла Тааланын жараткандары тууралуу ой толгоо – исламдагы сыйынуунун жогорку формаларынын бири. Ушул себептен, Курандын көпчүлүк аяттары бардык табияттагы жана жан дүйнөсү ар кандай акыбалдагы адамдарга кайрылуу үчүн ар кандай жолдорду колдонуп ой толгоону жандандырат. Мунун максаты – адамдар Жараткандын бүткүл Ааламдагы белгилерин аруу жана сезимтал жүрөктөрү менен ар кандай жолдор аркылуу таануусуна түрткү болуу.

Бирок, чыныгы исламдык ой толгоо бир гана Кудайга ишенген жүрөктөн жана Ага жана Анын бийик касиеттерине сыйынган гана акыл-эстен чыгат. Бул Жараткандын жалгыздыгын (таухид), Ал ааламдын жаратуучусу жана башкаруучусу экендигин тастыктаган туруктуу ишеним. Исламдык ой толгоого сапар тартаардан мурда Кудайга болгон ишеним күчтүү жана

кайтарылгыс болуусу абзел, себеби мындай ишеним такыба адамдарга туура багыт берип турат жана анын адашуусуна бөгөт болот.

Куран адамдардын жүрөгүн ар кандай жолдор менен жумшартууга аракет кылат. Мындай жолдордун бири – Кудайдын ырайымдуулугу жана мээрими жөнүндө эскертүү. Бул тууралуу ой жүгүртүү адамда ырайымдуулук жана мээримдүүлүк сезимдерин жаратат. Кудайдын адамзатка жана жер бетиндеги башка бардык жандыктарга болгон ырайымы менен мээрими тууралуу ой толгоону эске салып, боорукер, сезимтал жана даанышман адамдардын жүрөгүн дароо эле жумшартат. Көпчүлүк аяттар мындай деген суроо менен башталат «Алар карашкан жокпу?» же «Алар карашпайбы?» Мисалы: «Чындыгында, алар төөнүн кантип жаратылганын карашпайбы? Асмандын кандай көтөрүлүп турганын карашпайбы? Тоолордун кандай кадалып коюлганын карашпайбы? Жердин кандай төшөлгөнүн карашпайбы?» (Куран, 88:17-20).

Кээ бир аяттар, тескерисинче, дүйнөдө сабак боло турган нерселердин бирин да көрө албаган сезимталдарга колдоо менен мактоо тартуулап, Жараткандын айтып бүткүс мээрими тууралуу эскертет. Ошондой эле кээ бир аяттар, Жараткандын ааламдагы укмуштуу белгилери тууралуу ички тубаса сезимдерди ойготуу менен ой толгоого чакырат. Мисалы, Курандагы 35:27-28 аяттар, адамдар дүйнөдөгү бардык нерселердин, түрдүү түстөрдүн жана алардын түркүн түрүн, өсүмдүктөрдүн, жаныбарлардын, жадагалса жансыз нерселердин да кооздугун көрүүсү үчүн аларды чыныгы сезимдерге жана эмоцияларга шыктандырат. Адамзатка ырайымдуулук тартуулап малды алардын тамактануусу жана колдонуусу үчүн жараткандан кийин, Кудай өзүнүн кулдарына алардын кооздугу тууралуу ой жүгүртүүнү эскертет, мисалы: «Ал бардык нерселерди сонун кылып жараткан. Ал инсанды оболу чоподон жараткан» (Куран, 32:7).

Ой толгоонун баскычы туурасындагы дагы бир абдан маанилүү учур, Кудай өзү жараткан нерсе менен ант бергендигинде. Ал жараткан нерсе жөнүндө ой толгоп таанышып, аны тереңден түшүнүп жана анын маңызы туурасында ойлоноуга чакырык жасайт. Кудуреттүү Кудай таңкы маал, эртең мененки убакыт, күүгүм, ай, курма жана зайтун менен ант берет. Ал шамал, жылдыздар, асман, таң жана караңгы түн менен ант ичет.

Ошол эле учурда, инсан Кудайдын эң жогорку даражадагы жаратканы экендиги айтылган, асман жана жер жөнүндөгү жалпы ой толгоолор айтылган көп аяттардан сырткары, адамзат кантип жаралгандыгы тууралуу ой жүгүртүүлөр камтылган башка аяттар да бар. Жүрөгү катуулар жана бой көтөргөндөргө Куран жемелеген суроо менен кайрылат: «Биз аны

бир тамчы суудан жаратканыбызды инсан көрбөдүбү? Ошентсе да, ал ачык жаңжалчы!» (Куран, 36:77). Адам жаратылышынын эстетикалык түзүмүнүн ойгонушу тууралуу Кудай айтат: «Албетте, Биз инсанды эң мыкты – текши турпатта жараттык» (Куран, 95:4). Ошондой эле Кудай ант кылат: «Андыктан, асман менен жердин Эгесине ант! Акыйкат – ал силер сүйлөшүп жатканыңардай чын» (Куран, 51:23).

Жыйынтыктарын лабораторияда белгилөөгө мүмкүн болгон, окууга жөндөмдүүлүк, акыл-эстин өлчөмү, эмоциялар жана мотивациялар сыяктуу салыштырмалуу жөнөкөй психологиялык көрүнүштөр психология тарабынан дагы деле толугу менен изилденип бүтө элек. Мындан сырткары, адамзаттын сезүүгө мүмкүн болгон биологиялык жана материалдык түзүмдөрүн үстүртөн гана түшүнүүгө болот. Адамдар өздөрүнүн сыйкырдуу жаратылуусун кантип көрө албай жатканына суроо салган Кудайдын чакырыгы: «Жана силердин өзүңөрдө да бар, аны карап көрбөйсүңөрбү?» (Куран, 51:21), – биринчи жолу айтылгандагыдай дайыма актуалдуу чакырык боюнча калат.

БЕШИНЧИ БӨЛҮМ

Ой толгоо сыйынуунун чектелбеген ыкмасы

Асман менен жердин, жана алар камтыган бардык нерселердин жаратылышы тууралуу ой толгоону камтыган тажрыйбага убакыттын, жердин же заттардын мүнөзүнүн өзгөрүүсү тоскоолдук кыла алышпайт. Бул диний сыйынуунун эркин, чектелбеген формасы. Ошондой эле бул жүрөктү жандандырган жана Кудайдын ааламдагы белгилеринен баштап, өзүнүн Жаратуучусу жана Эгесине чейин ой жүгүртүүдөн акыл-эсти бийиктикке көтөргөн когнитивдик жана эмоциялык процесс. Ой толгоонун чыныгы маңызы мына ушунда.

Куран ой жүгүртүүнү алгачкы жаратуудан баштоону эп көрөт: «Жер үстүндө жүрүп, Ал алгачкы жаратууну кандайча баштагандыгын карап көргүлө. Анан Кудай акыркы жаратууну пайда кылат. Кудай бардык нерсеге кудурети жетүүчү» (Куран, 29:20). Учур жөнүндө ой толгоодон сыткары, Куран такыба адамдарды жок болуп кеткен элдердин тагдыры жөнүндө да ой жүгүртүүгө чакырат: «Алар жер жүзүн кыдырып, өздөрүнөн мурункулардын акыбетинин кандай болгонун көрүшпөйбү? Чындыгында,

алар булардан күчтүүрөөк болчу...» (Куран, 30:9). Такыбаларга бул дүйнө жөнүндө ой жүгүртүүнү буюруу менен бирге, Куран аларды тиги дүйнө тууралуу да ойлонууга чакырат: «...Ушинтип Аллах силерге өз белгилерин түшүндүрүп берет, – балким силер бул жашоо жана тиги дүйнө тууралуу да ой жүгүртөсүңөр...» (Куран, 2:219-220).

Куран ой жүгүртүүнүн эркиндигин камсыздап, адамдын колу тийбей жаратылган асман, тоолор жана деңиздер сыяктуу Кудайдын жараткандары тууралуу ой жүгүртүүгө чакырат. Ошондой эле Куран такыбылардын көңүлүн аларга берилген жоомарт тартууларга бөлөт. Адамзаттын бир дагы ачылышы же ойлоп табуусу Кудай белгилеген табигый мыйзамдардан сырткары ишке аша алган эмес жана ишке ашпайт дагы. Мисалга: «Эгеңер Анын кеңчилигинен насибиңерди табууңар үчүн деңиздерде кемелерди сүздүрөт. Ал – акыйкатта, силерге Мээримдүү» (Куран, 17:66). Мындан тышкары, адамзатты жана анын акылынан жана колунан эмне жасалса, ошонун баарын Мен жараттым деп Кудай Куранда айтат: «Аллах силерди да, силер жасап алгандарды да жараткан» (Куран, 37:96). Аалам тууралуу ой толгоо – чексиз руханий иш. Бул дүйнөдө көзгө көрүнбөгөн нерселер жана кубулуштар бар, алар мусулмандардын кызыгуусун туудуруп, алардын ишениминин олуттуу багытын түптөйт.

АЛТЫНЧЫ БӨЛҮМ

Көзгө көрүнбөгөн нерселер тууралуу ой жүгүртүү жана анын чектери

Исламдык ой жүгүртүү сыйынуунун эркин түрү болгонуна карабай, ал адамдын сезүүсүнө же элестетүүсүнө, ал нерсе көзгө көрүнгөн күн, дарыя жа планета сыяктуу нерсеби, же көзгө көрүнбөгөн периште жана жин сыяктуу нерсеби, чек коё албайт. Ошентсе да, бир чектөө бар, атап айтканда: Кудайдын өзү жөнүндө ой толгоо. Буга тыюу гана салынбастан, бул жөнүндө ой толгоо мүмкүн да эмес, себеби Кудайдын өзүнөн башка бир да нерсе Ал чынында кандай экенин билбейт. Куранда өзү жөнүндө Алла Таала мындай дейт: «Асандар менен жердин жаратуучусу! Ага окшош эч нерсе жок. Ал – Угуучу, Көрүүчү» (Куран, 42:11).

Адамзатты чектеген мезгил жана мейкиндик чектөөлөрү Алла Таалага таасир этпейт. Чынында, адамдар окуяны белгилүү бир мезгилге жана

мейкиндикке байланыштырмайынча аны элестете алышпайт, ошондой эле өзүнүн башынан өткөндөргө салыштырмайын эч нерсени элестете да алышпайт. Адамдар дагы эле аларды инсан катары сыпаттаган мээ жана нерв системасы жөнүндө өтө эле аз билишет. Алардын акылы, жан дүйнөсү жана психикасы жөнүндөгү билим – дыкаттык менен коргоолуп, табышмак менен курчалган кенч. Илимпоздор дагы айтышат, Алла Тааланы кандай элестетишпесин, Ал баары бир таптакыр башкача. Ибн Аббас айткан: «Кээ бир адамдар Алла Таала тууралуу ой жүгүртүүгө аракет кылышкан, бирок Пайгамбар аларга айткан: «Алла Таала жөнүндө эмес, Анын жараткандары туурасында ой жүгүрткүлө, себеби силер эч качан Ага тиешелүү баа бере албайсыңар».⁸ Алла Тааланын касиеттери Анын маңызына окшош. Себеби, Кудайдын чыныгы затын Ал гана таанып жана түшүнө алганындай, өзүн жана өзүнүн касиеттерин да өзү гана түшүнүп, билет.

Бул дүйнө чоң курсакка окшош, дене болсо эненин курсагындагы түйүлдүк сымал. Ажал сааты жеткенде, адамдын жаны чектин ичиндеги жашоонун бийигирээк баскычына өтөт, ал болсо бул дүйнөдөн бир нече эсе чоңураак жана татаалыраак себептен адам андан ары денеге муктаж болбойт (ымыркайга эми тондун кереги жок сыктуу эле), а дене болсо жерге берилет. Ушинтип, адам баласы улам бир баскычтан кийинки татаалыраак баскычка, ракета сымал жыла баштайт, ар бир баскычтын аягында жана күйүүчү майы азайган сайын улам бир бөлүгү негизги бөлүгүнөн ажырап, анын тезирээк, кичирээк жана көбүрөөк энергиялуу болушун шарттайт. Ушул сыяктуу, бейиш жыргалчылыгы жана андагы бардык жемиштер, агып турган булактар менен кооздуктарга окшогондор биздин дүйнөдө да бар, бирок, албетте, бейиштегилерге салыштырмалуу алардын кубарган көлөкөсү гана сыяктуу.

Көптөгөн мурдагы жана азыркы окумуштуулар жана такыбалар башынан өткөргөн ажал табияты, чек жана тиги дүйнө жаатындагы медитациялык тажрыйбаларын жазып калтырышкан. Мусулмандар бул дүйнө жыргалдары жана тиги дүйнө тууралуу чындык алардын түшүнүгүнүн чегинен сырткары экенине карабай ой жүгүртө алышат, себеби булар жаратылган нерселер, Жаратуучу эмес. Бул дүйнөдө эч нерсе Жаратуучу кудайсыз жана анын жаратуусунан сырткары жаратылбайт. Себеби, такыбаларга Жаратуучу зат жөнүндө ой жүгүртүүгө тыюу салынат, бирок башка бардык нерселер тууралуу эркин ой жүгүртө алышат.

ЖЕТИНЧИ БӨЛҮМ

Ой жүгүртүүнүн жекече баскычтары

Адамдардын ой жүгүртүүсүндө ар кандай баскычтар бар. Ой жүгүртүүнүн жана медитациянын тереңдигине таасир эткен биринчи фактор – бул инсандын ишениминин деңгээли жана анын Кудайга канчалык жакындыгы. Инсандын Кудайга ишеними, сүйүүсү жана сыйынуусу канчалык чоң болсо, анын жаратуу үстүндөгү ой жүгүртүүсү жана медитациясы ошончо терең болот.

Экинчи фактор такыбалардын өздүк сапаттарына жана ички жөндөмдөрүнө байланыштуу. Мындай сапат көбүнчө нерв системасынын өзгөчөлүктөрүнө көз каранды. Интраверттер башка элдер менен баарлашууну жана кызыктуу иш-чараларда катышууну талап кылбаган, жалгыз отуруп окуу, бакта же китепканада иштөө сыяктуу иштер менен алектенгенди жакшы көрүшөт. Алар күнүмдүк жумушун зерикпей ыракаттанып аткарышат. Эгерде алар медитация кылган такыбалар болсо, анда алар башкаларга караганда узагыраак жана тереңирээк ой жүгүртө алышат.

Экстраверттердин нерв системасы – ретикулярдык калыптанууда мээнин жогорку бөлүктөрүнө баруучу нерв сигналдары жана дүүлүктүргүчтөрү алсызданып же басаңдап калат. Бул себептен жана мурунку мүнөздөгүлөргө карама-каршы, мындай адамдардын айланасында интенсивдүү жана кызыктуу иш-чаралар болуп туруусу зарыл. Бирок бул сөзсүз түрдө эле экстраверттерди төмөнкү деңгээлге түшүрбөйт. Чынында, нерв жана психикалык өзгөчөлүктөрүнүн себебинен, алар элдер менен баарлашууну талап кылган достошууну же эл алдында сүйлөөнү талап кылган иштерде интраверттерден озуп кетиши мүмкүн.

Ой жүгүртүүнүн тереңдигине таасир берген үчүнчү фактор – бул психологиялык тең салмактуулук. Албетте, ой жүгүртүү тынч акыл-эсти жана бейкуттукту, ошондой эле психологиялык жана физикалык чың ден-соолукту талап кылат. Физикалык ден-соолук терең ой жүгүртүүгө күмөнсүз керек. Албетте, оорукчан адам, көп тамак ичкен толук адам же наркотик колдонгон адам өзүнүн руханий деңгээлин ой жүгүртүүнүн бийик баскычына көтөрө албайт. Чочулоо, депрессия, семирүү же башка психологиялык оорулар менен жабыркаган динчил адамдан оюн бирге жерге чогултуп терең ой жүгүртүүнү күтүүгө болбойт.

Төртүнчү фактор – бул динчил адамдарды курчап турган чөйрөнүн ага

берген таасири, күнүмдүк муктаждыктарды жана кыйынчылыктарды чечүү аракеттери жана бул муктаждыктар ой жүгүртүүнү канчалык деңгээлде көтөрүп же чектээри.

Бешинчи фактор – бул маданияттын таасири. Кээ бир маданияттарда, исламдык болобу, же башкабы, бала тарбиялоо жолдору өздөрүнүн элдерине алар кичинекей чагынан баштап нукура жана жасалма көркөм сулуулукту баалоону жана сүйүүнү үйрөтүшөт. Мындай маданиятта тарбияланган адамдар бойго жеткенде өздөрүнүн көп убактысын жана акчасын табияттын кооз көрүнүшүнө суктанууга же ал жөнүндө ойлоонууга, болбосо кооз сүрөттү сатып алууга жумшашат. Башка жагынан караганда, кээ бир коомдордо адамдарды анча-мынча эле кооздукту, аялдардын өңкелбет сулуулугун, балким поэзияны жана жергиликтүү музыканы, баалап-таанууга үйрөтүшөт. Тилекке каршы, биздин мусулман коомдорубуздун көпчүлүгү экинчи топтогу коомдорго кирээри өкүндүрөт.

Алтынчы фактор – ой жүгүртүп жаткан нерселер жөнүндө адамдар канчалык терең жана көп билгендигине байланыштуу. Алар медитация үчүн көндүм чөйрөдөгү нерселерди оңой тандашат жана баалашат.

Жетинчиси – биз өзүбүздү өзүбүз курчаган адамдардын үлгүлөрүн камтыйт. Пайгамбар айткандай: «Адам жанындагы жолдошуна окшош, ошондуктан досторду тандоодо этият бол»⁹. Ошондой эле, акылман менен баарлашуунун руханий таасири анын окуучусунун дүйнө көз карашын түп тамырынан менен өзгөртүп, анын исламда медитациялык жөндөмдөрүн өркүндөтөт.

Ой жүгүртүүнүн тереңдигине таасир эткен сегизинчи фактор, бул ой жүгүртүп жана медитация кылып жаткан нерсенин табияты. Кээ бир жаратылыш кубулуштары дароо эле адам табиятынын психологиялык жана руханий дүйнөсүнүн кайрыктарын терең козгоо менен терең ойлорду ойготуп, күчтүү сезимдерди чакырат, жана алардын жүрөктөрүндө жана акыл-эсинде абдан күчтүү таасирлерди калтырышат.

Акырында, ой жүгүртүп жаткан нерсе тууралуу билүү жана аны түшүнүү теренирээк ой жүгүртүүгө өбөлгө экендиги белгилүү, мунун тескерисинче болуусу да чындык экени таң калтырбаш керек, атап айтканда, ал нерсе тууралуу абдан көптү билүү ой жүгүртүүгө жолтоо болот. Курчап турган нерселер менен канчалык жакындан тааныш болсок, биздин көз карашыбыздагы жана акыл-эсибиздеги чүмбөт ошончолук калың болот, биз абдан маанилүү нерселер жөнүндө унутуп же байкабай калабыз. Бул факторлордун маанилүүлүгү, албетте, ой жүгүртүп жаткан адамдарды

курчап турган чөйрөдөн көз каранды. Бирок, эгер адамдар чынчыл жана абдан кызыккан болсо, алар Кудайга сыйынууда жана Анын жараткандары тууралуу ой жүгүртүүдө сөзсүз түрдө кыйынчылыктарды жеңүү үчүн туура жолго салынышат.

СЕГИЗИНЧИ БӨЛҮМ

Эксперименталдык илим жана дин: космос закондору

Ислам Кудайдын жаратканы жөнүндө ой жүгүртүүгө кандай бийик деңгээл бергенин түшүнгөн адам Кудайдын айкын белгилери жер жүзүнүн бардык тарабында, күнү-түнү адамдардын көз алдынан өтүп турса да, жүрөктөрү, кулактары, көздөрү жана акыл-эстери ал белгилерге жабык адамдардын акыбалы канчалык аянычтуу экендигин жакшы түшүнөт: «Асмандар менен жерде канчалаган далилдер бар. Бирок адамдар ага көңүл бурушпайт!» (Куран 12:105). Бирок бул билим аларды сырткы үстүртөн кубулуштардын чегинен чыгарбайт, аларды жаратуунун кереметтеринен Жаратканга жеткирбейт. Куран аларды мындайча сүрөттөйт: «Алар бул дүйнө тиричилигинде көрүнүп турган нерселерди гана билишет да, акыреттен бейкапар (жүрүшөт)» (Куран, 30:7).

Кудайдын жаратканын башкарган диний мызамдар жөнүндө алар билген сырлар, ал кичинекей кумурсканын химиялык «тили» жөнүндөгү ачылыш болобу, же аябай чоң планетанын орбитасынын ачылышы болобу, динге ишенгендердин жүрөгүн толкунданткан эң чоң нерсе. Бул Кудайдын ар бир адам баласынын жүрөгүнө салып койгон ички табияты, балким ушул себептен айрым заманбап окумуштуулар динге ишенгендердин тилине окшош тилде сүйлөшөт. Мисалга алсак, Сесил Хаманн, балтимор чымчыгынын уясы жана аны бул көркөм өнөргө ким үйрөткөндүгү тууралуу сурайт. Ой жүгүртүү менен аңдап байкоонун байланышын ачуу үчүн Ибн аль-Каййим өзүнүн кумурскалар туурасындагы талкуусунда кумурскаларга жана алардын иштерине байкоо жүргүзүп, алар жөнүндө ой жүгүртүүгө абдан кызыккан бир динчил адам айтып берген кызыктуу көрүнүшкө кай-

рылат. Ал бир байкоо жүргүзүп, анын натыйжасында кийинки корутундуга келген, кумурскалардын өзгөчө баарлашуу тили бар кайсы бир кумурска туура эмес маалымат алып келип, анын натыйжасында алардын үйүрү адашып калса, ал кумурска катуу жазага алынат. Ибн аль-Каййим сыяктуу окумуштуулар көзгө көрүнгөн нерселер туурасында ой жүгүртүү менен токтоп калышкан жок, алар андан ары абстрактуу, ой жүгүртүү процессинин өзүн кошо түшүнүктөр жөнүндө медитацияны улантышты. Мисалга алсак, Аль-Газали жаңы төрөлгөн наристелердин акыл-эс мүмкүнчүлүктөрүн чектөөдөгү Кудуреттүү Кудайдын дааныш-мандыгы тууралуу ой толгогон.¹⁰

Космос мыйзамдарына изилдөө иши ой жүгүрткөн динчил адам менен заманбап окумуштууну алардын максаттарынын жана диний көз караштарынын айырмачылыгына карабай бириктирет. Чынында, ааламды башкарып турган мыйзамдарды жана принциптерди заманбап тажрыйба жүргүзүүчү окумуштуулар космостук окуялар жөнүндө алдын ала өтө тактык менен айтып берүү үчүн изилдешет. Ал эми, мусулман изилдөөчүлөрдүн иши чын ниетте болсо, алардын изилдөөгө болгон ниети жана андан аркы сыйлыгы, алардын мусулман эмес кесиптештериникине караганда, алда канча маанилүү болот. Чынында, алар материалдык, биологиялык жана психосоциалдык кубулуштардын алкагында татаал байланыштарды табышканда, аларда Кудайдын ишин жана Анын мыйзамдарын көрө алышса, алар чынында кудайга сыйынуунун эң жогорку деңгээлин аткарган болушат. Куран аларга карата мындай дейт: «Чындыгында, пенделеримдин билимдүүлөрү Аллахтан коркушат» (Куран, 35:28). Эгер мындай окуучулар чын ниеттен изилдөөлөрүн Кудайга кызмат кылууга багытташса, алардын байкоого, медитацияга жана ой толгоого кеткен (лабораторияда же талаа жеринде өткөрүлгөн) аракеттери чоң сыйлыкка ээ болот.

Тилекке каршы, мусулман студенттер бул ыйык кабарды да, алар тырыш-чаак болмоюнча көп нерсеге жетише албасын да түшүнө беришпегендей. Эгерде мусулман изилдөөчүлөр байкоо жүргүзүү жана ой жүгүртүү аракеттерин кудайга сыйынуунун жолу деп билип, натыйжасында Кудайдын ыраазычылыгына ээ боло алаарын билгенде, алар көбүрөөк шыкактанган болушаар эле. Эгер бир динчил адам адамзатка пайдалуу нерсе ачса же ойлоп тапса, Кудай аны туруктуу кайрымдуулук катары кабылдайт; ал адам бул дүйнөдө да, тиги дүйнөдө да сыйлыкка ээ болот, себеби анын эмгегинин үзүрүн аны колдонгондордун баары көрүшөт. Мусулман жүргүзгөн кайсы гана изилдөө болбосун, Пайгамбардын айтканына да дал келиши керек: «Билим алуу – ар бир мусулмандын парзы».¹¹

Тынымсыз кылдат ой жүгүртүү (диний сыйынуунун өркүндөтүлгөн формасы катарында) менен илимий билимдин өнүгүүсүнүн ортосундагы позитивдүү байланыш мусулмандар чөйрөсүндөгү эксперименталдык илимдердин өнүгүү тарыхы менен ырасталат. Чынында, мусулман илимпоздору жасаган бардык жааттагы ачылыштар жана ойлоп табуулар Европага азыркы цивилизациянын өзөгүн түзгөн илимий жолду үйрөттү. Кудайдын жараткандары жана Анын ааламды башкарып турган мыйзамдары тууралуу ой жүгүртүү доорунда ал илимий ренессанстын негизин түзгөн эксперименталдык илимди өнүктүрүүнүн көп сандаган мисалдары бар. Ал калыптанган, тең салмактагы, дене жана рух өз ара келишкендикте жана бир өңчөйлүктө аракеттенген, адамдын тубаса, акылдуу айбан жана руханий зат сыяктуу эки тараптуу табиятын ишке ашырууга негизделген цивилизация болчу.

Исламдан жана анын цивилизациясынын руханий тамырларынан алыстоо абдан кайгылуу, себеби ал дене менен рухтун, илим менен диндин кайгылуу ажырымына алып келген. Кудуреттүү Бир Кудайга баш ийүү калкасында адам билими жана дин мурда болуп көрбөгөндөй шайкеш абалда болуп, исламдын башкаруусунда гүлдөп өнүккөн мындай тең салмактагы цивилизация эч качан болгон эмес. Биз алгачкы мусулман илимпоздордун арасындагы илим менен диний ишенимдин таза айкалышынын жана заманбап светтик замандын, айрыкча эл аралык илимий коомчулуктун азыркы абалынын ортосундагы карама-каршылыкты көрө алабыз. Тилекке каршы, көпчүлүк «светтешкен» мусулман илимпоздор да Батыш үлгүлөрүн кабыл алууну жана колдонууну чечишкен. Ошентсе да, тагдырдын тамашасы менен, мусулмандар өздөрүнүн гуманитардык, социалдык жана илимий тармактарын исламдык руханий жана этикалык нормалар менен чечкиндүү интеграциялоодон качып жаткан учурда, заманбап светтик коом илим менен диндин айрымынан чыккан социалдык залаканы түшүнө баштады.

Адегенде диндин маанисин түшүрүп, аны сүрүп чыгарууга багытталган Батыш илиминдеги жакынкы ачылыштар эми илимдеги жаны төңкөрүштүн жана кайра баштапкы калыбына келтирүүнүн себеби болууда. Таң калардык нерсе, бул иштин башында, так илимдердин «падышасы» болгон физика турат. Тилекке каршы, аз сандагы гана илимпоздор, өз адистигинин түпкү маңызына жетүү үчүн анын сырткы катмарларын терең түшүнгөндөн кийин, өздөрүнүн мурдагы басуучулук мүнөздөгү текебер көз карашын күмөн санао менен карап башташты. Көпчүлүк (батыш) илимпоздор өздөрүн атеистпиз деп аташканы менен белгилүү окумуштуунун мындай дегени бар: «Бир аз илим адамдарды Кудайдан алыстатат, бирок илимди көп билүү кайрадан Ага кайтарып келет»¹².

Эгерде илимий жетишкендик адам баласынын күч-аракети менен диний багыттын тең салмактуулугуна негизделбесе адамзатка бакыт алып келүүчү ылайыктуу реформа толугу менен ишке ашышы мүмкүн эмес. Чындыгында, бул жол окумуштуулар үчүн Кудайдын бардык жараткандарына кайтып келүүнүн жана аларга болгон сүйүүнү, берилгендикти жана бирдиктүүлүктү кайрадан ачуунун бирден-бир жолу. Буга байланыштуу Куран мындай дейт: «Ошондой эле, Ал өзү тараптан силер үчүн асмандар менен жердеги бардык нерселерди силерге багындырып койду. Чындыгында, ушуларда ой жүгүрткөн эл үчүн белгилер бар» (Куран, 46:13).

ТОГУЗУНЧУ БӨЛҮМ

Корутунду

Мен тафаккур деген сөздүн маанисин же Кудайдын жараткандары тууралуу медитативдик ой жүгүртүү бардык мусулмандардын диний милдети экендигин түшүндүрмөлөөгө аракет кылып жана Куран менен Мухаммед Пайгамбардын хадистери мусулмандарды Кудайдын жараткандары тууралуу ойлоону менен Ага дайыма сыйынууга чакырган акыл-насааттарга толтура экендигин көрсөтөйүн дедим. Бул насааттар өзүнө ар кандай жолдорду камтыйт, динге ишенгендерди Кудай жактырган жана ыраазы болгон амалдарды аткаргандыгы үчүн мактоо жана динге ишенбегендерди өзүнүн кандайча жаралганы жана алар жашап турган дүйнө кандайча жаралганы тууралуу ой жүгүртпөгөнү үчүн жемелөө кирет. Эгер, берилген динчил адамдарга тиешелүү руханий жолдо мусулмандар трансценденттик саякаттоо менен руханий өркүндөө жана маңыздуу ойлоону (шухуд) баскычына жетүүнү каалашса, алар терең медитативдик ой жүгүртүүнү эч нерсе менен алмаштыра алышпайт.

Чындыгында, алар өздөрүнүн ойлоону жөндөмдүүлүгүн жөнөкөй сезимтал кабылдоо баскычынан чыныгы терең ойлоону баскычына карай өркүндөткөн сайын, алардын жүрөгү жана акылы Кудуреттүү Кудайга болгон сүйүү жана мактоого толгон берекелүү абалга жетишет, ошондой эле алар физикалык көзү жана руханий туюму менен бул дүйнөдөгү бардык нерселер Кудайдын каалоосуна моюн сунуп, Анын ырайымдуулугу жана мээриминен Ага баш ийишээрин көрүшөт. Ушул баскычка жеткен динге

ишенген адамдар – адамдардын арасындагы эң бактылуулар экендигин көпчүлүк мусулман илимпоздор жана даанышмандар далилдешти.

Батыш психологиясы бүт бойдон, психотерапия ошону менен бирге көп жылдар бою орунсуз, пайдасыз, атүгүл зыяндуу деп табылган светтик теориялар жана практикалар менен туура эмес жолго салынып келген. Бирок заманбап когнитивдик төңкөрүштүн келиши менен Батыш психотерапевттери кардарлардагы, акырындап аларды диний жана руханий ишенимдерди кадырлоого алып келүүчү, аң-сезими менен акыл-эсинин чоң таасирге ээ экенин акыры моюнга ала башташты. Ушул себептен, психотерапия теориялардын ырайымсыз чөлүндөгү көп жылдык тентирөөдөн кийин, эмоциялык бузулууларды сакайтууда дайы-ма колдонулган когнитивдик сакаюунун жүйөлүү тажрыйбаларына акыр аягы кайтып жатат. Бул когнитивдик терапиялык жолдор биздин илгерки мусулман дарыгерлерибиз жана табыптарыбыз тарабынан изилденип жа-на баяндалып жазылган.

Көпчүлүк жаш илимий студенттер жаны технологияларды же жаңы ачылыштарды жасоодо сөзсүз түрдө эмпирикалык, индуктивдүү жана дедуктивдүү жолдорду колдонушубуз керек деп ойлошот. Бирок, жогорку окуу жайдын студенттери ийне-жибине чейин үйрөнүп жаткан: көйгөйдү аныктоо, гипотезаны так жазуу, маалыматтарды топтоо жана текшерүү, жана гипотезаны текшерүү сыяктуу - так аныкталган кадамдар жөн гана жалпы көрсөтмөлөр болуп саналат. Чындыгында, өзүнө интуицияны камтыган терең ой жүгүртүү жана акыл калчоо, окумуштуулар мойнуна алууга даяр деңгээлден алда канча көбүрөөк жайылган.

Мындай светтик багыттарды колдонууда, биз мусулман аалымдары сак болушубуз керек. Жадагалса кандайдыр бир психологиялык көрүнүш эмпирикалык маалыматтар менен бир нече ирет ырасталса да, биз бул психологиялык чындыкты Ким жаратканын эсибизге салып, мындай тыянактагы Кудайдын даанышмандыгын издешибиз керек. Биз үйрөнүп жаткан теориянын жана практиканын кайсынысы болбосун, аларды Кудай бизге илим алуубуз үчүн тартуу кылып тандап берген принциптер жана жолдор менен дайыма түшүндүрүп беришибиз керек жана Ага ыраазы болушубуз керек, анткени Ал Куранда айткандай, бир да адам Анын уруксатысыз бир да илимге ээ боло албайт.

Автор тууралуу

МАЛИК БАДРИ – психологиянын көрүнүктүү профессору, Афхад университети, Судан. Азыркы чакта Турциядагы Стамбулдун Заим университетинде сабак берет. Малайзиядагы Эл Аралык Ислам университетинин Куллиях Ачык Ислам жана Гуманитардык Илимдер факультетинде Ибн-Халдун атындагы кафедранын жетекчиси. Тажрыйбалуу терапевт, профессор, кафедранын жетекчиси, факультеттин деканы жана бир нече эл аралык университеттерде проректордун милдетин аткаруучу болуп эмгектенген. М. Бадри ЮНЕСКОнун психология боюнча мурдагы эксперти, Педагогика Институту, Эфиопия (1973-1974); ВОЗдун (1980-1984) Салттуу медициналык тажрыйбалар боюнча комитеттин эксперти болуп эмгектенген. Көптөгөн китеп жана макалалардын автору, көп сыйлыктардын ээси, Судандын эң жогорку академиялык сыйлыгы – Зубаир (Zubair) Академиялык Артыкчылык сыйлыгынын 2003-жылкы жеңүүчүсү.

Эскертүүлөр

1. Экклс Ж. Мээнин эволюциясы: Өздүктүн жаралышы. Лондон: Раутледж басмалары, 1991.
2. Ошол эле китеп.
3. Пирс Ж. С. Эволюциянын аягы. Сан-Франциско: Харпер Коллинс басмалары, 1992. 103-104 б.
4. Бек А. Т. Когнитивдик терапия жана эмоционалдык туруксуздуктар. Нью – Йорк: Жаңы Америка китепканасы, 1976. 29-35 б.
5. Вулф С. “Химиялык заттардын адамдарга тийгизген таасирине сунуштоо менен шарттоонун тийгизген таасири: Плацебонун фармакологиясы”. Клиникалык изилдөө журналы. 1950. №29. 100-109 б.
6. Пинел Ж. П. Биопсихология. Бостон: Allun & Bacon, 1993. 591-593 б.
7. Ахмед Элкади. “Терс эмоцияларды жок кылуу үчүн Куран түшүнүктөрү: Курандын дарылоочу касиеттеринин башка аспекти”, Курандын жана Сүннөттүн илимий белгилери жөнүндө 5-эл аралык конференцияда сунушталган, басып чыгарылбаган газета. Москва, Орусия, Сентябрь 1993.
8. Аль-Суюти, Жалал аль-Дин. Аль-Жами аль-Сагхир фи Анадис ал-Башир аль-Натир. 1-том. Бейрут: Дар аль-Фикр, 1981. 514-б.
9. Абу Хурайра тарабынан айтылган жана аль-Тирмизи тарабынан жазылып алынган.
10. Абу Хамид аль-Газали. Аль-Хикма фи Макхлукат Аллах. Бейрут: Дар Ихя аль-Улум, 1984. 83-б.
11. Анас тарабынан аль-Суюти Аль-Жамиде айтылган. 2-том. 182-б.
12. Луи Пастердин цитатасы.

Ислам Ойлору Эл аралык Институтунун (ИИ) – кыскача жазылган китептер жыйнагы, бул аталган институттун (ИИ) негизги басылмаларынын баалуу коллекциясы болуп саналган кыскача жазылган китептер жыйнагы окурмандарга түп нусканын негизги мазмуну тууралуу кыскача түшүнүк берүү максатында жазылган.

Адамзат баласы башынан кризисти өткөрүп жатат, арабыздан кээ бирөөлөр гана, эгер бирөө-жарымы болсо, жашообузда жана бүткүл дүйнөдө эмне туура эмес болуп жаткандыгын түшүнө алышат. Бул кандайча болду, адамзат кантип адамгерчиликтен «ажырап» калды? Эмне үчүн депрессия, санаркоо, коркунуч жана өзүнө кол салуу сыяктуу психологиялык бузулуулар көбөйүүдө, эмне үчүн салттуу Батыш психологиясы бул толкунду токтоо албай жатат? Бул маселелерди караш үчүн биз биринчи кезекте өзүбүздүн ички дүйнөбүздү карашыбыз керек, жашоодогу максатыбыз кандай экенин талдап билип, анан бул принципти бүткүл адамзатка таркатышыбыз керек. Көпчүлүккө чынында жардам берип жаткан заманбап психологиянын жетишкендиктерине жана терапиянын өнүккөнүнө карабай, кеңири изилденбей жаткан дагы бир жаат бул «адамдын руху» жана руханияты, анткени адамдын акылын сырткы стимулдарга жооп берүүчү «машина» сыяктуу кароо алда канча ыңгайлуу.

Малик Бадри өзүнүн адамдын акыл-эси жана анын адамдын руху менен болгон карым-катнашы жөнүндөгү күчтүү изилдөөсүндө, окуучуну ой жүгүртүү, рефлексия жана медитация аркылуу өзүн таанып-билүүгө, жаратылуу максатына, руханиятка жол ачууга, руханияттын чыныгы маңызын жана тажрыйбасын аңдап билүүгө, ошондой эле Жаратуудагы өзүнүн ордун түшүнүүгө чакырат. Исламдагы сыйынуунун өзөгү болуу менен бирге, ал терең кызыгууну арттырып, руханият жөнүндө түшүнүүнү каалаган бардык окуучуларга жардам берет, маанилүү эмес сыйынуу иретиндеби же жөн гана өзүн өнүктүрүү жана ички дүйнөнү чындоо үчүнбү.

Д-р Джереми Хензел-Томас, илимий кызматкер (жана мурдакы чакырылган кызматкер), Кембридж университетинин исламдык изилдөөлөр борбору:

«Малик Бадри исламдык ой жүгүртүү ыкмаларынын тереңдигин жана кенендигин ачууда чоң салым кошту. Тафаккур кылуудагы бийик мүмкүнчүлүктөрдүн баскычы туурасында сөз кылып жатып ал исламга бийик руханий, толугу менен адамгерчиликтүү жана чыныгы бирдиктүү көз караш менен кароонун жолун көрсөтөт, айтылгандардан сырткары, мындай көз караш мусулмандарды бийик милдетин аткарууга шыктандырып жана мунун себебинен бүткүл адамзатка кызмат өтөөгө чакырат».

Профессор Абдур-Рашид Скиннер, серепчи, клиникалык психолог:

«Ой жүгүртүү – бул жашоолорду өзгөрткөн китеп. Ал жалпысынан караганда, психология деген түшүнүккө руханийди, теория жүзүндө гана эмес, жүрөктү козгогон ыкма менен киргизет».



Ислам Ойлору Эл аралык Институту (ИИ)

978-1-56564-980-4