

## Ўзингни англа!



16:18 / 27.07.2017 8156

Шахсинг ўзини-ўзи бошқариши ҳақидаги ҳикматни ёдингизга солиб қўйишни маъқул деб топдик. Унда Аллоҳ таоло, ўз Яратувчисини унутган, фоний дунёдаги бандалик вазифаларини ёддан чиқарган ва бу билан ўзларига хиёнат қилган гуноҳкорларни, азобга дучор қилишини хабарини беради.

Аллоҳ таоло Ҳашр сурасида мўмин-мусулмонларга мурожаат қилиб: “**Аллоҳни унутганларга ўхшаган бўлманглар. У Зот уларга ўзларини унуттирди. Ана ўшалар фосиқлардир**” (19-оят), дейди

Расули акрам соллаллоҳу алайҳи васаллам мўмин-мусулмонларни, энг аввало, ўзларини англашга чақирганлар. Зеро, ўзини англашлик воситасида банда юқори ва мукамал ахлоққа, руҳий баркамолликка эришиши мумкин. У муборак зот доимо инсонларга нафсларига эрк

беришлари уларга фақат бахтсизлик ва фақирлик олиб келишини эсга солиб турганлар. Шунингдек, у зот инсон ўзини англашлик босқичидан ўтмасдан аввал руҳий-ахлоқий ютуқларга эриша олмаслигини таъкидлаб: “Ўзини англаган, Аллоҳни англабди”, дедилар. Ҳазрати Идрис алайҳиссалом: “Яратилганни англаган, Яратувчини англабди. Яхшилиқни англаган, Яхшилиқ қилувчини билибди. Ўзини англаган, Аллоҳни англабди”, дедилар.

Асрлар давомида ҳикмат соҳиблари ҳам инсоннинг ўзини бошқаришни муҳим омил эканини таъкидлаган. “Ўзингни ўзинг англа” (Суқрот), “Бир аср яшасанг ҳам, қандай яшашни бир аср ўрган” (Сенека), “Мен яшаган замондаги энг буюк кашфиёт бу – инсон атрофидаги ҳодисаларга муносабатини ўзгартириши орқали ўз ҳаётини ўзгартира олишидир” (Виллям Жеймс), “Ҳатто энг юксак ақл эгалари ҳам ўзини бошқаришда қийинчиликка дуч келадилар” (Жозеф Эдисон). Бу ҳикмат дурдоналари ҳам инсон аввало ўзини ўзи бошқариши, ўзини англаши зарурлигини уқтиради.

“Ўзингни англа!” Жуда чиройли айтилган, шундай эмасми? Бу сўзларда жуда чуқур фалсафий маъно яширин. Бу чақириқ бизни ўз ҳаётимиз ва мавжудлигимизни, ҳаётимиз мазмун-моҳиятини, фалсафасини тафтиш қилишга, барча ўзгаришлар фақат яхшилиқка олиб боришини тушуниб етишга ҳамда муваффақиятга эришишга доимий равишда ундайди. Бу даъват сизнинг ҳаётини шиорингиз бўлсин.

Ўзини бошқариш тушунчасини ҳадислар ва файласуфлар қарашлари воситасида ўрганишлигимиз бежиз эмас. Чунки уларнинг орасида узвий боғлиқлик бор. Шунингдек, уларнинг долзарблилик даражаси бугунги кунимизда ҳам муҳим аҳамият касб этади. Суқрот: “Мен ҳеч нарса билмаслигимни биламан” дея одамларни ўзини англашлиқка ундаган. У ўзини англашлиқни “ички туйғуларингни, яширин қудратингни тушуниб ет” деб ҳам ифодалаган. Ички интилиш эса ҳақпарварлик, адолат, жасурлик, тартиб-интизом ва ростгўйлик билан бир қаторга қўйилган. У хаёллардаги ва амаллардаги ростгўйликнинг энг ёрқин мисоли бўлиб қолаверади.

Ўзини бошқариш тарихига назар ташласак, одамлар уни мукаммаллаштириш учун турли усуллардан фойдаланишган экан. Биз уларнинг энг муҳимларидан бир нечасини эътиборингизга тақдим қиламиз.

Ўтмишда ҳам бу муаммо олимларни ўйлантирган муҳим масала бўлган. Оқибатда шаманликка асос солинган. Ўзини бошқаришлик ҳақидаги тадқиқотларга асосан шарқий давлатлар – Хитой ва Ҳиндистон олимлари катта ҳисса қўшган. Бу мамлакатларда сеҳргарлик ва шаманлик таълимотлари гуллаб яшнаган. Уларнинг орасида машҳур бўлган кўплаб йўналиш ва мактаблар, жумладан, ушу, цигун, сўфийлик бор эди. Ундан ташқари ўзликни англаш учун йўлга қўйилган ибодат, тавба, рўза каби турли диний усуллардан ҳам фойдаланиш ҳалигача давом этмоқда. Ушбу замонавий усуллар руҳий тарбияда муҳим ўрин тутади. Ижтимоий руҳий таҳлил мактаблари ҳам шаклланган бўлиб, уларда янги тўлқин руҳий таҳлили номини олган нейролингвистик дастурлаш усулларида фойдаланилади. Лекин ўзини назорат қилишнинг юқоридаги барча шакллари мукаммаллашиб боргани сари, инсоннинг ўзи ҳам мураккаблашиб бормоқда.

Минглаб йиллар давомида инсонлар ўзларининг ички дунёси билан ишлаш усулларини такомиллаштириб келганлар. Ўзини бошқариш санъатига бағишлаб қадимги юнон донишмандлари, мисрлик файласуфлар ва бобиллик сеҳргарлар кўплаб асарлар ёзганлар. Хитойда эса Конфуций таълимоти давлат даражасидаги муҳим таълимот сифатида барча ўқув юртларида ўқитилган. Турли маданиятларда ўзини бошқариш санъати турлича ривожланган. Инсоният тарихи давомида бу билимлар бир-бирига уйғунлашган, айро ривожланган ёки бирлашган. Бу жараёнлар бугунги кунга келиб ҳам тугаллангани йўқ. Ўтмишда қўлланилган кўп усуллар ҳозирда қайта жонлантирилиши керак. Ўзини бошқариш фани тўхтовсиз ривожланиши керак. Биз ўзликни мукаммаллаштириш борасида тор доирадаги аниқ усулларни сизга ҳавола этмоқчимасмиз. Бизнинг вазифамиз ўзини бошқариш муаммосини кенгроқ доирада Ислоҳ билан уйғунликда изоҳлаш ва ўзини бошқаришнинг бир қатор тамойиллари, қоидалар ва қонунларини илмий изланишлар ва ўтмиш ҳамда ҳозирнинг ҳаётий тажрибасига таянган ҳолда тизимли равишда сиз азизларга тақдим қилишдир.

Ўзини бошқариш тарихидан шу нарса маълумки, бу тушунча инсоннинг бир кунда ўзлаштириб олиши мумкин бўлган содда ҳаракатдан иборат эмас, балки умр давомида мукаммаллаштириб бориши даркор бўлган ёндошувдир. Суқротнинг “Ўзингни ўзинг англа” даъватидан келиб чиқиб, биз ўзимизга қуйидагича саволларни беришимиз керак: “Мен кимман?”, “Мен нималарни биламан?”, “Қўлимдан нима келади?”, “Фикрларим мени қаерга етакляпти?”. Бу каби саволларни сиз ўзингизга ҳар куни бериб,

виждонингиз олдида ўзингиз жавоб беришингиз керак. Ўзини англаш – бу сиз учун ҳаётда нима муҳим, қадрли эканини тушуниб етиш, кўриш ва ҳис қилишдир ҳамда сиз шахсиятингиздан келиб чиқиб қандай ҳаракатларни рад этишингиз, нималарни қалбингиз ва виждонингиз қабул қила олмаслигини билиб олишингиздир.

Барчамизга маълумки, кўплаб динларда ёмонлик ва гуноҳга етакловчи нарсалар ҳақида ўйлаш ва уларга интилиш тақиқланган. Масалан, Ислом динига кўра, маълум вақт давомида, айниқса Рамазон ойида сўкинишлик, номаҳрамларга нигоҳ солишлик, жинсий яқинлик ва ёмон нарсалар ҳақида ўйлаш мумкин эмас. Тарихдан кўплаб мисоллар маълумки, инсонни жиноятга етакловчи ва ёмонликка олиб борувчи барча интилиш ва ҳаракатлари маломат қилинган ва жазоланган. Яхшилик қилиш, яхши ният ва амал инсонни энг юқори чўққиларга кўтарган, ўзига ва одамларга манфаати тегишига сабаб бўлган. Милоддан аввалги V асрдаёқ Конфуций таълимотида қуйидагича маълумот бор эди: “Ўзингизга нисбатан қаттиққўл, бошқаларга мулойим бўл. Бу билан сен ўзингни инсонларнинг нафратидан ҳимоя қиласан”. Кўриб турганимиздек юқоридаги ҳаракат бизни бошқаларга қилишимиз мумкин бўлган нотўғри муносабатлар, ҳаракатлардан асрайди. Энг асосий урғу, бизнинг бошқа инсонларга айтадиган сўзларимизга берилган. Инсонни сўз билан ўлдириш, таҳқирлаш, тушкунликка тушириш ҳам мумкин, хурсанд қилиш, даволаш, тўғри йўлга солиш, яхши ишларга рағбатлантириш ҳам мумкин. Шунинг учун биз натижаси ўзимизга қайтиб келиши аниқ бўлган фикрларимиз, хоҳишларимиз, ҳаракатларимизнинг фарқига боришимиз керак. Буларнинг барчаси ўзини бошқаришнинг ажралмас таркибий қисмларидир.

**Абдулатиф Иргашев**

*таржимаси*