

СЎФИЙ ТАБОБАТИ

Тошкент-2004

Муаллифлардан:

Ушбу рисолада биз тасаввуф табобатига хос амалиётлар, сўфий табобати масалалари хусусида баҳоли қудрат сўз юритишга ҳаракат қилдик. Бунда дунё сўфий табобати тажрибалари ҳамда ўзимизнинг узоқ йиллик илмий-амалий кузатувларимиз асос қилиб олинди. Муаллифлар келгусида ҳамкорликни давом эттириш ва янги изланишлар олиб бориш ниятидадир.

Сўфий табобати амалиёти махфий илмлар жумласидандир. Шунинг учун ҳам расмий адабиётларда маълумотлар жуда кам учрайди. Бунинг сабаби шундаки, сўфий табобатига доир маълумотлар муршид-мурид муносабатларида аён бўлиб, вақт ўтгани сари унутилаверган, чунки ёзма шаклда эмас, балки пир-солик йўналишида оғиздан оғизга ўтиб келган. Бунинг яна бир сабаби сўфий табобати илмининг илоҳийлигидадир.

Эллик бирда чўллар кезиб гиёҳ йиғдим,

Тоат қилиб тоғлар чиқиб кўзим ўйдим.

Дийдорингни кўролмасдан жондин тўйдим,

Биру борим дийдорингни кўролманму.

Қул Хожа Аҳмад Яссавий

Ушбу рисолаани биз тариқатимиз пиру муршиди Шайх Хожа Аҳмад Яссавийнинг руҳи покларига, шунингдек бизнинг шу йўлга тушишимизга ва тасаввуфнинг теран илмларини ўрганишимизга раҳнамолик қилган устозларимиз Ҳожи момо, Иброҳим ота, мулла Қўчқор табиб, Нурбой ота, Исмоилбой ота, Меҳриой она, Маннон табиб ва номлари фақатгина Яратганга маълум инсонларга бағишладик.

Китобнинг дунёга келишида бизга ёрдам берган ёзувчи Тўхтамурод Рустамга ўз миннатдорчилигимизни билдираамиз.

*Сўфийлик шундай бир кунки,
бунда қуёшга эҳтиёж йўқдир.
Сўфийлик шундай бир кечаки,
бунда ойга эҳтиёж йўқдир.
Сўфийлик шундайин бир йўқликки,
бунда ҳеч бир борлиққа эҳтиёж йўқдир.*

Шайх Абдулҳасан Ҳаққоний

*Соғлом инсон Аллоҳ таолонинг
мукаммал асаридур.*

Сўфий мақоли

ДЕБОЧА

*Бир одам Масиҳ билан сайр қилиб юрган экан,
бир нечта суякка кўзиб тушиб қолибди. У Масиҳдан
ўликни тирилтиришни ўргатишини сўрабди.*

*Масиҳ айтибди: «Бу иш сизга тўғри келмайди. Сиз
ўзингизнинг соғлиғингизга яхши қарай олмайсиз-ку,
бировларга таъсир этмоққа қизиқиб юрибсиз».*

Ўзбекистон мустақилликни қўлга киритганидан сўнг ўтмиш қадриятларини тиклаш, унинг ноёб дурдоналарини халқ тафаккурига қайта етказиш, ундан баҳраманд этиш борасида талай ишлар амалга оширилди ва амалга оширилмоқда.

Эндиликда ҳаёт ҳозирги кун муаммоларига бошқача ёндашишни тақозо этмоқда. Бу иқтисод ва сиёсат билан бир қаторда, тиббиётга ҳам тааллуқлидир. Айниқса, тиб-медицина соҳасида катта ўзгаришлар содир бўлаётир. Бунинг сабаби шундаки, Маразий Осиёда яшовчи халқларнинг урф-одатлари, расм-русумлари дунёнинг бошқа минтақаларида яшовчи халқлару элатларнинг урф-одатларидан тубдан фарқ қилади. Собиқ шўролар тузуми даврида бунга эътибор берилмас ёхуд паст назар билан қаралар эди.

Албатта, ҳозирги замон тиббиёт илмида ич касалликларини даволаш, жарроҳлик, аёллар хасталиклари, стоматология, тез тиббий ёрдам соҳаларида жиддий ютуқлар қўлга киритилган. Респуликамизда янги соғайтириш-соғломлаштириш масканлари бунёд этилмоқда. Шу билан бирга биз ўтмишдан қолган улкан меросга ҳам эгамиз. Тиббиёт соҳаси ҳам бундан мустасно эмас. Аждодларимиз қолдирган ноёб тажриба мукамал, тўлақонли ўрганилмаган. Бизнинг ўлкамизда ушбу тарихий тажриба ноанъанавий табобат деб номлангани ҳолда, чет элда аксинча анъанавий медицина деб эътироф этилган. Бунинг сабабларига назар ташлайдиган бўлсак, собиқ шўролар даврида фақат тиббиёт билим юртларини тамомлаган шахсларгина даволаш билан шуғулланиш ҳуқуқига эга бўлганликларини кўрамиз. Асрлар синовидан ўтган халқ табобатига беписанд назар билан қаралгани учун у «ноанъанавий» деган ном олди. Ваҳоланки, бутун дунёда бу табобат яқдиллик билан анъанавий деб тан олинади. Сўнги йилларда жаҳонда бу соҳага эътибор айниқса кучайди. Халқ орасидан чиққан табиблар қўллаб-қувватланмоқда, уларнинг ноёб қобилияти, тажрибаси ўрганилмоқда. Бундан келиб чиқиб, бу икки табобат соҳаларини «анъанавий» ва «ноанъанавий»га ажратмасдан, «ҳозирги замон табобати» ва «халқ табобати» деб тафовут этиш, бизнингча, тўғри бўлади.

Қадим Туркистон – ҳозирги Марказий Осиё – асрлар оша халқ табобати бешиги деб эътироф этиб келинган. Бунинг исботи тариқасида Муҳаммад Розий, Ҳусайний, Абу Мансур Бухорий, Абу Райҳон Беруний ва Абу Али ибн Сино исмларини келтириш kifоядир. Бу алломалар Гундишапур ёхуд сўфий табобати мактабига асос солганлар.

Ҳозирги замон тиббиётининг шифобахшлик самарасини баъзан кимёвий дори-дармонларнинг хилма-хиллиги, омборларда узоқ муддат сақланиши, уларнинг аксарияти чет эл фирмаларида инсон «мижози» хусусиятлари инобатга олинмасдан ишлаб чиқарилиши, асосан тижорат – бизнесни кўзлаб қилинаётган саъй-ҳаракатлар анча пасайтириб юбораётир. Ваҳоланки, бизнинг қадимги халқ табобатимиз «мижоз» ҳақида махфий маълумотга эга бўлиб, инсон танаси унинг баданидаги кўп қамровли иқтидорига моликдир. Бунда инсон ички энергиясининг ташқи муҳитга нисбатан мувозанати – мутаносиблиги бузилмайди, зеро, бу вақтинчалик натижаларга эмас, балки тўла-тўқис соғайиб кетишга олиб келади, ёндош оғриқ ва асоратларни келтириб чиқармайди.

Бугунги кунда дунёнинг ривожланган мамлакатларида, жумладан, АҚШ, Германия, Хитой ва Филиппинда ҳозирги замон тиббиётини халқ табобатига

таяниб амалга ошириш тажрибаси синаб кўрилмоқда. Бунда беморга ташхис қўйишнинг янги усуллари, шифобахш ўсимликлардан кенг фойдаланиш, организмнинг қаршилиқ кучини (иммунитетини) ошириш, сурункали касалликларни даволашга катта эътибор берилмоқда.

Бу ўринда халқ табобати республикамизда ҳам кундан кунга ривожланиб бораётганини алоҳида қайд этиб ўтиш жоиздир. Табиийки, бу ривожланиш ҳам ижобий, ҳам салбий жиҳатларга эга, зеро, ҳозирги замон тиббиёти атоқли табибларнинг фаолиятдан, сир у синоатидан беҳабар бўлганлиги учун ҳам уни назорат қила олмайди.

Шунга қарамай, халқимизнинг тарихий анъанавий турмуш тарзи уни халқ шифокорлари – табибларга шифо сўраб мурожаат этишга даъват қилмоқда. Бундан ташқари, бир қатор табибларимиз ўз билимларини ҳозирги замон тиббиётида қўллаб кўришга интилмоқалар. Ушбу саъй-ҳаракатлар шубҳасиз пировард натижада бобокалонларимизнинг қарийб унутилаётган ёки йўқолиб бораётган ноёб билимларини қайта тиклаш, барқарорлаштириш, шунингдек халқ табобатини соғлом авлодни тарбиялаб вояга етказиш ва маънавий етук жамият қуришга хизмат қилдиришга олиб келади.

Шарқ тиббиётидаги замонавий ва анъанавий русум-тамоийилларни ўрганиш, уларни қўллаш ва ривожлантириш маркази ёхуд мухтасар қилиб айтганда «Яссавий-Туркистон Халқ Табобати Маркази» ҳозирги замон ҳамда анъанавий-ноанъанавий даволаш усуллари қўллашни, Ўзбекистон Республикаси ва чет эл фуқароларига баҳоли қудрат хизмат кўрсатиш, уларнинг шифо топиб, тузалиб кетишларига ёрдам беришни ўз олдига асосий мақсад қилиб қўйган. Бунда Марказий Осиё минтақасида сўфий табобати ёхуд тасаввуф табобати муҳим ва ажралмас восита сифатида илк бор мана шу марказда амалга оширилади. Биз ушбу рисоламизда халқ табобатининг ажралмас қисми бўлган сўфий табобати, илм ва ибодат, сўфий табобатининг ҳозирги даврдаги ўрни, қолаверса, «Яссавий-Туркистон Халқ Табобати Маркази» фаолияти ҳақида умумий маълумотлар беришга ҳаракат қилдик.

ИЛМ ВА ИБОДАТ

Илм ибодатдан афзалдир.

**Ҳазрати Муҳаммад Мустафо (с.а.в.)
ҳадисларидан**

Донишмандлар илмни уч навъга бўлганлар: илми виросий, илмий касбий, илмий ладуний. Буни қуйидагича шарҳлаш мумкин: илмий виросий деганда қон

билан ёхуд ҳозирги замон тиббиёти тилида айтганда, ген орқали ўтадиган билимлар мажмуни англамоқ даркор. Уни илми хуний (яъни қондан ўтган илм) ёки илми меросий деб ҳам аташади. Чунончи, ота касбини ўғил давом эттиради. Фарзанднинг «пуштида» ёхуд халқ тили билан айтганда, «орқасида бор» бўлса, ўша касб белги-аломатлари унда ҳам зоҳир бўлади; «бобоси мулла эди, невараси ҳам мулла бўлибди, ота-бобоси чўпон ўтганди, болалари ҳам чўпон бўлишибди», деган гап-сўзларни тез-тез эшитиб турамиз.

Хўш, «илми касбий» нима? Ота-боболари маълум бир касб-ҳунар орқали ризқ-рўз топганидек, фарзандлар ҳам бирон-бир касбни танлайди ва уни ўқиб-ўрганади. Яъни у маълум бир ихтисослик бўйича ўқиб-ўрганиб, касб эгаси бўлади. Масалан, умр бўйи чўпонлик қилиб ўтган одамнинг ўғли ҳуқуқшунос бўлиши мумкин. Ёки, аксинча, отаси муаллим бўлгани ҳолда, фарзанди дурадгор ёхуд касиблик касбини танлаши мумкин.

«Илмий ладуний»га келсак, бу шундай бир илмки, у одамзотга Оллоҳдан келади. Шунинг учун ҳам бу илмни халқда «илми худодод», яъни Худо берган илм деб ҳам аташади. Бу масалада олимлар орасида яқдиллик мавжуд эмас. Баъзи олимлар бу илмни тан олсалар, айримлар унга шубҳа-гумон билан қараб келадилар. Ана шундай илоҳий илмлар жумласига тасаввуф илмини ҳам қўшсак, хато қилмаган бўламиз. Тарихдан маълумки, мутасаввуф олимлар, сўфий-шоирлар, сўфий-табиблар, сўфий-меъморлар, сўфий-дорбозлар, сўфий-пахлавонлар, сўфий-файласуфлар... халқ орасида юриб ном қозонганлар. Бунинг самараси ўлароқ, тасаввуф шеърляти, сўфий фалсафаси, сўфиёна фикрлар, сўфийлик табобати, сўфийлик қўл жанги санъати... ва ҳоказо ва ҳоказолар вужудга келган. Зеро, тасаввуф бу шунчаки бир фалсафий оқим ёхуд қотиб қолган таълимот бўлмай, у узлуксиз ривожланишдадир ва, бинобарин, жамики касб-ҳунарларга, илм-фан, табобат, жанг санъати, маориф ва маданият, тасвирий санъат ва мусиқа, маиший турмуш тарзимизга ҳам ўз таъсирини кўрсатиб, бу соҳаларни янги юксак поғоналарга кўтарган.

Ва яна шулким, уламолар айтганидек, тоат-ибодат ҳам мўминларга уч турлук бўлади. Авом, хос ва хос-ул-хослар. Масалан, намози омиёна хослар ва хос-ул-хосларга тўғри келмаганидек, хос-ул-хослар ибодати ҳам хослар ва авомларга вожиб эмас. Шунга кўра, зуҳду тавбаю тазарру ҳам. Тавба ҳақида байт:

Ёмонликдан ҳазар қилмоқ авомнинг тавбасидур,

Ўзидан ўзлигин поклаш хослар тавбасидур...

Шунга кўра, авом аҳлига оддий мўмин-мусулмонларни тааллуқли қилиш мукин. Зеро, улар шариат аҳкомини баҳоли қудрат бажо келтирадилар. Беш вақт намоз ўқишлик, бир ой рўза тутмоқлик, закот беришлик каби амалларни қанда қилмайдилар.

Хосларга асосан руҳонийлар, донишмандлар, олимлар, араб-форс тилларини маълум даражада биладиганларни киритиш мумкин. Улар дину диёнатда илгарилаб кетган бўладилар.

Ва аммо хос-ул-хосларга юқорида зикри келтирилган илмий ладуний эгарини, жумладан, мутасаввуфларни шак-шубҳасиз мансуб, десак, хато қилмаган бўламиз. Улар бор мол-мулкларини авом билан баҳам кўрувчилар, қаноатни пеша қилганлар, Ватан ва халқ учун жонини фидо этувчилар, «ўз»ларидан кечганлар, тоат-ибодат билан ҳамиша Аллоҳ номини тилга олиб юрувчилар, покиза-тахоратли кишилардирлар. Булар тарих жаридасига номлари ёзилгонлардирлар... Мавлоно Абдурахмони Жомий, Мир Алишер Навоий, Ҳусайн Воизи Кошифий, Ҳазрати Хожа Аҳрори Вали, Шайх Баҳоуддин Нақшбанд, Шайх Нажмиддин Кубро, Хожа Аҳмад Яссавий, Шайх Хамадоний, Абдуҳолиқи Фиждувоний, Шайх Абдулқодири Гелоний... ва юзлаб номларни келтириш мумкинки, улар нафақат тасаввуф илмини эгалладилар, балки бу илмда қатор-қатор таълимотлар ёзмишдирлар.

Шундай қилиб, илмни уч турга бўлганимиз каби (юқорида айтилган виросий-коний-меросий-иқтисобий-диросий-касбий, яъни саъй-ҳаракат билан ҳосил бўладиган илм, ладуний-илоҳий, ғойибдан худо бергани, бунда ирсий-иқтисобий омиллар иштироки йўқ), ибодат ҳам уч навъга табақалаштирилади: омиёна ибодат, хослар ибодати ва хос-ул-хосларга оид бўлган ибодат турлари.

Буюк донишмандлар хулосасини инобатга олсак, қуйидаги манзара намён бўлади. Ҳар қандай илм уч асосга таянар экан: касбий-диросий, хуний-виросий, ладуний-илоҳий. Бошқача қилиб айтганда, бирор-бир касбни эгалламоқ учун:

1. Ўша касбга мансуб бўлган илмни ўрганмоқ зарур.

2. Маълум касб ген ёхуд қон орқали отадан фарзандга ўтади.

3. Бирор-бир касб Аллоҳ томонидан бандага инъом этилади. Бунда аввалги икки омил – дарс ўқиш ва мерос олиш деярли қатнашмайди.

Модомики, шундай экан, тиббиётни ҳам айнан шу ойнада кўрмоқ керак:

1. Давлат қармоғида, тасарруфида ва ҳимоясида бўлган ҳозирги замон тиббиёти бу касбий-биросий илмдир.

2. Халқ таботати ва унга алоқадор амаллар хуний-меросий-виросий илмдир.

3. Сўфий таботати, яъни тасаввуф йўли билан даволаш илоҳий-ладуний илмдир. Зеро, таботат нуқул Худога соф эътиқод-ихлосга суянади. Бундай табиб-сўфий ҳам, дардманд-бемор ҳам «Дардни Худо беради, шифосини ҳам ўзи берар», деган улуғ ҳикматга пок имон билан қатъий амал қилади.

Тасаввуфда илм ва ибодат уйғунлашган: у бир томондан илм бўлса, иккинчи томондан ибодатнинг ўзгинасидир. «Илм ибодатдан афзалроқдир», деган эканлар пайғамбаримиз Муҳаммад Мустафо саллаллоҳу алайҳи васаллам. Таботат ҳам

илмнинг бир бўлагидир. Тасаввуф таботати ҳам илмдир (тасаввуф), ҳам касбдир (табиблик), ҳам ибодатдир (тўла ишонч-эътиқод).

Қуйида биз тасаввуф таботати ёхуд сўфийлик хусусида баҳоли қудрат ўз фикрларимиз билан ўртоқлашишга журъат этдик. Чунки ҳанузгача тасаввуф билан шуғулланувчи олимлари томонидан бу соҳада, яъни тасаввуф таботати юзасидан изланишлар деярли олиб борилмаган. Ҳар ҳолда, қизиқувчилар томонидан берилаётган: «Сўфийлик амалиёти қачон, қай йўсинда ва қаерда ишлатилади?», деган саволга бир шингил жавоб тариқасида ўз фикр-мулоҳазаларимизни армуғон этмоқчимиз. Ва яна кейинги пайтларда халқимиз сўфий, тасаввуф, тариқат, футувват, жавонмардлик, зоҳид, обид, солиқ, пир, муршид, мурид... сингари тушунчаларга кўп дуч келмоқда. Хўш, бу атамалар қачон, қаерда ва қандай келиб чиққан? Улар нимани англатади? Ҳозирги замон фан-техника тараққиёти даврида бу тушунчалар бизга нима бера олади? Бу ва шунга ўхшаш саволлар бугунги кунда кўпчиликни қизиқтириши шубҳасиз. Муҳтарам китобхон маълум бир тасаввуф ҳосил қилиши учун қуйида сўфий, тасаввуф, тариқат, футувват, жавонмардлик, зоҳид, обид, солиқ, пир, муршид, мурид... сингари атамалар ва сўзларни қисқача тавсифлашга ўтамиз.

ТАСАВВУФ ТАРИҚАТИГА ДОИР ТУШУНЧАЛАР

Ихлос Аллоҳдандур, унинг охири халосдур.

Ҳадисдан

Мутасаввуф олим Нажмиддин Комилов ўзининг «Тасаввуф» номли китобида (Тошкент, «Ёзувчи» нашриёти, 1996 йил) тасаввуф атамалари хусусида шундай фикр юритади:

«...Хўш, сўфий сўзи қаердан пайдо бўлган? Бу ҳақда бир неча хил қарашлар бор. Баъзилар бу сўз «саф» сўзидан келиб чиққан дейдилар, чунки сўфий Илоҳ йўлига кирганларнинг биринчи сафида турувчидир. Баъзи олимлар уни «суффа» сўзидан ҳосил бўлган деб айтадилар: асҳоби суффа ҳазрати Пайғамбар тириклигидаёқ тарки дунё қилган тақводор кишилар бўлиб, сўфийлар шуларга тақлид қиладилар, деб тушунтирадилар. Яна бир гуруҳ олимлар сўфий сўзи «сафо» сўзидан келиб чиққан, чунки бу тоифанинг қалби сидқу сафо офтобидан порлаб туради, деганлар. Яна баъзилари сўфий «суфух» сўзидан ясалган, суфух бирор-бир нарсанинг хулосасидир, бу жамо халқнинг хулосаси бўлганлиги сабабли уларни сўфий деганлар, деб ёзадилар. Сўфий сўзи «соф» сўзидан чиққан дегувчилар ҳам бор. Абу Райҳон Беруний бўлса «Осоруд боқия...» асарида ушбу сўзни юнонча «суф», яъни файласуф» сўзининг охириги қисмидан ясалган деб

кўрсатади. Аммо кўпчилик сўфий сўзи арабча «сўф» сўзидан ҳосил бўлган, деган фикрни билдирадлар. «Сўф» сўзининг луғавий маъноси жун ва жундан тўқилган матодир. Сўфийлар кўп ҳолларда жун чакмон ёки қўй терисидан тикилган пўстин кийиб юришни одат қилганлари учун жун кийимлар (форсча пашминапўш), яъни сўфий деб юритганлар. Бизнингча, шу кейинги этимологик маъно ҳақиқатга яқинроқдир, зеро, сўфий сўзининг «сўф» сўзидан ясалиши араб тили қонун-қоидаларига мос келади.

Агар «сўф» сўзидан сўфий ясалган бўлса, ўз навбатида, «сўфий»дан «тасаввуф», «мустасуф», «мутасуф», «мутасаввуф» сўзлари ҳосил бўлган. Мустасуф ўзини сўфийларга ўхшатиб, тақлид қилиб юрадлар, аммо асл мақсади амал, мансаб, молу мулкка интилишдан иборат бўлган кишиларга нисбатан ишлатиладиган сўз бўлса, мутасаввуф тариқат ва ҳақиқатда муайян манзилларни эгаллаган, бироқ сўфий даражасига кўтарила олмаган кишилардир. Қолган сўфиёна ғояларга мойил, тасаввуфни эътиқод-маслак қилиб олган, лекин тариқат амалиётини ўтамаган расман сўфий бўлмаган одамлар эса мутасаввуф бўлиб ҳисобланганлар. Сўфийларнинг ўзини ҳам Ҳусайн Воиз Кошифий «Футувватномаи султоний» номли асарида уч гуруҳга ажратган: муоширлар, мутарасмлар, муҳаққиқлар. Муоширлар тариқат аҳлининг мухлисларидир. Улар дарвешларга муҳаббат билан қарайдилар, дарвешлар суҳбатида иштирок этадилар, уларнинг хизматларини бажарадилар ва савобга ўзларини шерик деб биладилар. «Мутарасм» сўзининг маъноси расм-русумга эргашувчи демак, аммо мутарасмлар дарвешларнинг одатларига зоҳиран тақлид қилсалар-да, ботинан ҳол талабгоридирлар ва шу тоифага ихлослари туфайли илоҳий файздан баҳраманддирлар.

Муҳаққиқлар – ҳаққа етганлар, уларни олий мартабали сўфийлар деб таърифлаш мумкин. Ҳақиқий авлиёлар, шайхи муршидлар шулар ичидан етишиб чиққан. Бу ўринда муҳаққиқ сўфийларнинг нажиб сифатлари хусусида тўхталиб ўтиш жоиз деб ҳисоблаймиз.

Авалло шуни таъкидлаш керакки, чин сўфий ўзликдан, фоний дунёдан кечган ва ҳақ бақосида ўзлигини қайта топган зот бўлиб, суратда банда-ю, маънида озод кишидир. Сурат -ташқи кўринишда банда бўлиш, жисм танани Илоҳ тоатига бағишлаш бўлса, маънида озодлик, ботинни барча алоқалардан тозалаб, руҳни пок ва ҳур сақлаш демак. Сўфийга ҳеч бир нарса ва ҳеч бир киши қарам бўлмаслиги; унинг ўзи ҳам ҳеч бир нарсанинг ва ҳеч бир одамнинг қарами бўлмаслиги керак. Баҳоуддин Нақшбанд айтганларидан:

Ҳеч бир нарсамиз бўлмаганлиги учун ҳеч камимиз йўқ, ўша «ҳеч», яъни нарса кетидан қувиб, ғам ҳам чекмаймиз. Эғнимизда – жанда, орқамизда – гўристон, биз вафот этган кун ҳеч бир мотамнинг ҳам кераги йўқ.

Сўфийнинг озодлиги деганда тасаввуф аҳли солиқнинг башарий сифатларидан мутлақ қутулиши ва илоҳий фикр сифати бўлмиш пок руҳ кўринишида истиғно олами, Тангри таоло оламининг заруратлари бепоёнлигини қалбан идрок этишини англаганлар. Сўфий яна «сирри соф, ақли етук, муҳаббат

аҳлига дил боғлаган» (Кошифий) бўлиши, нафасидан бедардлар қалби бедор бўлмоғи керак. Сўфийлар руҳоният билан суҳбат қурадилар, кайҳону фалак асроридан мужда келтирадиган, фақрни ихтиёрий равишда бўйинга олиб, табиий ахлоқни тарк эта бориб, илоҳий ахлоқни касб этувчи, эзгулик йўлида жонини фидо қилувчилардирлар, улар борлиқ ва йўқлиқ, замон ва маконда хориж, азалу абадни бирлаштирган мукаррам зотдирлар. Бу ўринда ҳазрат Абдурахмон Жомийнинг «Суҳбатул аброр» достонида сўфийга берган таърифини келтирмоқчимиз, ўйлаймизки, бу қуйма ҳикматлар сўфийлар хислатини ёрқинроқ очишга ёрдам беражак:

«Агар сенда сўфийлик завқи бўлса, сен ўзингни унутишинг керак; ўзингга боқма, ўзгага боқ. Сўфий ўзидан қутулган, яхшиликдан сакраб ўтиб, ёмонликдан озод бўлган одамдир, у дунёнинг фарзанди, аммо дунёдан озоддир, борлиқнинг тузоғида, лекин борлиқдан халосдир. Ортиқчаликлар (моддийлик) билан бирга, бироқ ортиқчаликлардан ташқарида; масофада туриб, масофалардан ташқаридир. У маконда эмас (макондан ташқарида), аммо макон, яъни дунё ундан тўла, у замондан ташқарида, лекин замон, вақт у билан бирга, унинг азали ва абадияти орасида, азалидан ор қилмайди. Даврларнинг айланиши, ўтиши унга таъсир этмайди, унинг сийрати замонлар айланишидан ўзгармайди».

Ана шундай, даврларнинг алмашиниши, шоҳларнинг ўзгариши, сиёсату раёсат дарвеш сўфийлик эътиқодига, хулқига таъсир қилмаслиги керак, сўфий майда манфаатлар, одамларнинг кундалик ташвишларигина эмас, умуман фоний дунёнинг ғаму муаммоларидан устун турадиган, тафаккурининг сатҳи фалаклар қадар қамровли, қалбида маънолар булоғи қайнаб тўлган комил инсон ҳисобланади.

Бундай кароматли инсонларни халқ азиз авлиё, қудсий нафасли кишилар сифатида алоҳида эъзозлаган. Бу зотлар атрофдагилар онги ва шуурига қаттиқ таъсир ўтказганлар ва маънавият султонлари бўлиб майдонга чиққанлар. Уларнинг сўзи ва ҳаракати, хислати ва ахлоқи ҳаммага ибрат қилиб кўрсатилган. Жаҳоннинг бутунлиги, ободонлик ва осойишталик Парвардигор файзини етказувчи шу табаррук зотларнинг дуоси, хайрли ишларига вобаста деб қаралган. Шу аснода авлиё-анбиёнинг меросхўри – давомчиси деган ақида шаклланган. Яъни гарчи Пайғамбари охир замон Муҳаммад Саллаллоҳу алайҳи васалламдан кейин пайғамбар келмаса-да, аммо қутби киром валилар ҳар замонда пайдо бўлиб, халқни ислом ҳақиқатларига ҳидоят этадилар, тўғри йўлга бошлайдилар. Чунончи, улуғ шоир Хисрав Деҳлавий ўз пири Низомиддин Авлиёни шундай кишилардан деб таъриф этади ва «Матлаъул анвор» достонида бундай ёзади:

«Кўзнинг равшанлиги тўтиё вужудида бўлганидай, жаҳоннинг нури авлиё қадамидандир».

Демак, авлиё - жаҳоннинг нури, инсонлар кўзининг гавҳари. Авлиё Мустафонинг изидан борган ва унинг нафасидан баҳраманд одам:

«Низомиддин Авлиё сафо йўлда юрвчи шундай бир зотки, Мустафо орқасидан қадам-бақадам боради. Унинг бундай парвариш топган саодатли сийрати пайғамбар дебодасининг нусхасидир».

Алишер Навоий ҳам Баҳоуддин Нақшбанд ва Абдурахмон Жомийни гарчи Хусрав Дехлавий каби пайғамбар давомчиси деб атамаса-да, лекин уларни «муршиди офоқ», «кошифи асрори илоҳ», барча ишлардан хабардор кароматли ва пок ниятли зотлар сифатида таъриф-тавсиф этади.

Бу фақат шоирларнинг ҳаяжонли таъриф-тавсифи эмас, албатта, бунини ўрта асрлар кишисининг тафаккур тарзи ва дунёқараши ифодаси деб билмоқ керак, сўфий ва дарвешлар ҳақиқатдан ҳам катта нуфуз ва обрўга эга эдилар. Муқтадир шайхларгина эмас, қаландарлар, эшонлар, мажзуб, «девоналар», оддий дарвешларни ҳам одамлар ҳурмат қилганлар. Шунинг натижаси ўлароқ, дарвешлик ҳаракати кенг қулоч ёйган, дарвешлик удумлари шаклланиб, дарвешлар алоҳида бир тоифа-табақа сифатида жамиятда муҳим ўрин эгаллаган.

Бироқ бу бирданига юзага келган ҳаракат эмас, айтиб ўтганимиздай, тасаввуф ва дарвешлик ҳаракати узоқ тадрижий тарихга эга. Олимлар тасаввуф тарихини дастлаб икки даврга ажратадилар: биринчиси – зоҳидлик даври, иккинчиси – орифлик ва ошиқлик даври. Сўфийларнинг ўзини ҳам ориф сўфийлар, зоҳид сўфийлар, ринд сўфийлар, фақирн сўфийлар, файласуф сўфийларга ажратиш мумкин.

Зоҳидлик даври сўфийлари (чунончи: Иброҳим Адҳам, Ҳасан Басрий, Абдуҳошим Куфий ва бошқалар) тақво ва парҳезкорликни бош мақсад деб билган бўлсалар, кейинги давр сўфийлари тафаккурий-шуурий ривожланиш, яъни дунёни ва Илоҳни билиш, танишни асосий мақсад деб ҳисоблаганлар. Биринчи даврни тасаввуфнинг ибтидоий даври («аввалги давр») сифатида тилга оладилар. Орифлик даври деб атаганимиз иккинчи давр ҳам (IX-X асрлар) хонақоҳларнинг пайдо бўлиши, тариқат русумларининг шаклланиш даври, XI-XII асрлар тасаввуф мактаблари, силсилаларининг таркиб топиш даври. Бунда Миср, Бағдод, Бухоро, Нишопур, Термиз, Балх шаҳарлари тасаввуф ва тариқат марказлари сифатида муҳим роль ўйнаганлар. Натижада Миср, Хуросон, Мовароуннаҳр, Ироқ ва Туркистон мактаблари шуҳрат топган.

Тасаввуф адабиётининг гуллаши XIII аср - XIV аср бошларига тўғри келади. Айниқса, Муҳийитдин Ибн Ал Арабий, Яҳё Сухравардий, Нажмиддин Кубро сингари мутафаккир шайхлар, Фаридиддин Аттор, Аҳмад Яссавий, Жалолиддин Румий каби улуғ сўфий шоирлар тасаввуф илмий доирасини кенгайтirdилар ҳамда фалсафа ва ҳикмат билан бой этдилар. Шу вақтга келиб тасаввуф тарихида бир фалсафий оқим – «Ваҳдатул вужуд» равнақ топди. Сўфийлар энди коинот тузилиши, одамларнинг хусусиятлари, олам ва одам муносабатлари, комил инсон англамалари билан бош қотирган, натижада Ибн Ал Арабий, Мавлоно Румий каби зотларнинг таълимотларида маълум бир фалсафий тузум ўз ифодасини топди, улар илоҳий кашфу каромат, руҳий-психологик ҳолатлар, ички ботиний бой дунёлари билан бирга воқелик ҳаёти ҳақида жуда кўп ажойиб фикрлар билан

Шарқ фалсафасига таъсир ўтказдилар. Тасаввуф Шарқ тафаккурини ривожлантирди, дин ва фалсафа, ҳикмат ва ваҳдат, калом ва ҳадис илмларини бирлаштирди. Илоҳий илмлар билан дунёвий илмларни ўзаро боғлашга ҳаракат қилди. Шунинг натижаси ўлароқ тасаввуф тафаккури Шарқ кишисининг ҳаёт тарзини белгилайдиган меъёрга айланиб қолди. Тасаввуф айниқса ислом динидаги мазҳабларга, хусусан, сунний ва шиа мазҳаблари орасидаги ихтилофчиларга сезиларли таъсир кўрсатди. Эрон олимлари, масалан, Абдулхусайни Зарринкуб ўзининг «Жустужў дар тасаввуфи Эрон» («Эрон тасаввуфига доир изланишлар», Техрон, 1357 ҳижрий шамсий йили, 1979 милодий йил) китобида: «...Эронда тасаввуфнинг пайдо бўлиши ва ривожини, гуллаб-яшнашининг асосий омилларидан бири ҳар қайси бошқа жойлардаги каби зоҳидлар ва сўфийларнинг араб хилофати маҳкамасига қарши ўлароқ бир ҳодисадек туюлади, унинг орқасида бир томондан шиалик тамойиллари турар, иккинчи бир томондан эса аъроб билан ҳамкорликка тайёр эмаслик кўринишлари мавжуд эди...», деб ёзади. Баҳсларга бой бу китобнинг иккинчи бобида («Дар маҳди тасаввуф» – «Тасаввуф бешиги») олим куйидагиларни ёзади: «...Хуросонни тасаввуф бешиги дейишлари бежиз эмас, зеро бу ўлка қадимдан тасаввуф гуллаб-яшнашида мулоҳазага арзигулик таъсирга эга эди. Илк сўфийлардан бўлган Иброҳим Адҳам шу ўлкадан чиқди. Кейинчалик у тасаввуфда шўҳрат топди, донғи кетди, гарчи унинг тасаввуфи зуҳду риёзатдан кўп ҳам ошмаганди...»

Кези келиб шуни айтишни лозим топдикки, сўфийлар қошида мазҳаблар орасидаги баъзи бир ихтилофи назардан мавжуд бўлмай, балки аксинча, асли шариатнинг шиа мазҳабидан чиққан сўфийлар кейинчалик шайхлик-муршидлик даражасига етиб, сунний мазҳаблардан чиққан муридларни тарбият этганлар ёхуд аксинча, ханафия, ханабалия фикҳига мойиллик сезган баъзи бир шариат пешволари у ерларда таҳсил кўриб, шайхлик даражасига етишиб, қанчадан-қанча мазҳаб ва оқимларга, миллатларга тегишли бўлмасин, шогирду муридлар тайёрлашган ва шунинг ўзи тасаввуфнинг нечоғлик гўзал, пок, ҳар қайси ғаразлардан мусоффо эканлигини яна бир қарра собит этади.

АХЛОҚ-ОДОБ ТАБОБАТИ ВА ФАРОСАТ

*Кўнгил фақат Аллоҳнинг нафасидангина юмшайди,
равшанлашади.*

Сўфий матали

Қадим замонлардан одамзот пайдо бўлибдики, бошқа махлуқотдан фарқли ўлароқ онгли равишда ўз турмуш тарзини эзгулик сари янгилашга, табиий ва кейинчалик башарий жамиятни юксалтиришга интилиб келган. Инсон нафақат ўзига хос нутққа, балки муайян қолипдаги ахлоқ-одоб мажмуасига ҳам эгадир. Жамият ривожлангани сари бошқа фанлар қатори ахлоқ-одоб фани ҳам вужудга

келди. Бунинг боиси шуки, инсоният ўз ривожланиши жараёнида унга эҳтиёж сезди. Бу фан инсонни ахлоқ нуқтаи назаридан гўзақ, етук ва фаҳмли-фаросатли қилиб вояга етказишни ўз олдига мақсад қилиб қўйди. Шу билан бирга жамиятдаги ишлаб чиқарувчи кучларнинг юксалиши, шаҳарлар пайдо бўлиб, турли-туман корхоналар вужудга келиши, саноатнинг равнақ топиши одамлар орасида рақобатнинг юзага келиши, гина-адоват уруғининг сочилиши, ғийбат-бўхтон, тухмат-ёлғон, қизғаниш-рашк, ҳасад-адоватнинг кучайишига ҳам туртки берди. Хуллас калом, бу салбий ҳолатларнинг бошида нафс балоси турар эди. Ана шу нохуш оқибатларни енгиб ўтиш учун янги фанга зарурат туғилди. Шундай қилиб «Тибби ахлоқ» ёхуд ахлоқ-одоб тиббиёти деб аталмиш фан аста-секин ривожлана бордики, унинг асосчиларидан бири Абу Бакр Ар-Розийдир (865-925 йиллар). Унинг қуйидаги фикрлари айниқса ўрганишга лойиқдир: «Худо барча кишиларни тенг қилиб яратган ва бировни биров устидан афзал қилиб қўймаган. Агар бировни раҳнамолик учун ёрлақанган бўлса, бу фақат одамларни фойдазиёнларидан огоҳлантириш учунгина ва фақатгина ҳозирги ва келажак ҳаётларида бирон-бир ваздан талашиб-тортишиб мунокаша қилмасликлари учундир. Пешвопайғамбарларнинг сайланиши ҳеч ҳам бирон-бир мазҳабга фақат ўзининг пайғамбарга пайровлик қилиб, бошқа мазҳаб пайғамбарларини ёлғончи ё фирибгар деб эълон қилишга, бошқа дину адёнга душманлик руҳида бўлиш ва унинг оқибатида қатли омлар ўтказишга сабаб бўлмайди. ...Менинг онгим яралган ҳар қандай нарсани англаш учун қодир эканлигини менга айтди, барча нарсани биринчисидан тортиб охиригисига қадар...», деб хулоса қилади олим.

«Тибби ахлоқ» номи билан бир қанча таълимотлар мавжуд. Ар-Розийнинг «Тибби ахлоқ» асари тахминан 903-905 йиллар орасида ёзилган ва ўрта асрларда таълиф этилган бир қатор манбаларнинг гувоҳлик беришича, уни Рай шаҳрининг ҳокими Амир Мансур илтимосига кўра тузган экан. Хўш, бу асарда қандай масалалар ёритилган? Инсоннинг ахлоқ-одоб усуллари ва мукамаллашиш муаммолари, ҳузур-ҳаловат ҳамда азоб-уқубат масалалари, кишининг маънавий-ахлоқий баркамоллиги, ақл-идроқ, онг малакаларини ошириш йўллари, салбий сифатларнинг зарарлари, жумладан, қаҳр-ғазаб, аччиқланиш, худбинлик, ҳасад-рашк, ўлимдан қўрқиш, ёлғончилик, бахиллик, хасислик, ғам-андух, очкўзлик, ароқхўрлик, тухмат-бўхтон уюштириш ва ҳоказо. Шунингдек, ушбу салбий ҳолатлардан қутулиш йўллари, файласуф-донишманднинг хулқ-атвори, инсоннинг моҳияти, инсон жамиятининг ўзаро кўмаклашуви баён этилган. Хушхулқлик ва хушхулқ қилиб тарбиялаш воситалари, ёвузлик ҳолатларини кўпориб ташлаш, бошқа ахлоқий кучларни ақл-онгга итоат қилдириш, ҳирсу ҳаво, шаҳватга берилмаслик, меъёрий ҳузур-ҳаловатни ёлғон, ҳаддидан ошиб тушган кайф-сафодан фарқлаш, ҳар қандай ҳирс-шаҳватни сўндириб ёхуд назорат остига олиб, ақл-идроққа бўйсундириш асарнинг моҳияти – жавҳарини ташкил этади.

«Тибби ахлоқ»нинг яна бир жиҳати онгли равишда кайф-сафо қилиш моҳиятини очиб беришга қаратилган. Ар-Розий: «...Кайф-сафо ва лаззат топиш бу азоб-уқубатдан халос бўлишдан ўзга нарса эмас...», деб ёзади. Лаззат қувонтирадиган сезги-туйғу бўлса, азоб-уқубат хафа қиладиган туйғудир. Лаззат топиш ва азоб-уқубатдан қутулишнинг энг асосий шартларидан бири, Ар-

Розийнинг фикрича, зарур ва керакли неъматлардан таъмин бўлишлиқдир. Унинг негизи эса фаровонликка бориб тақалади. Бошқа бир шарт қилиб Ар-Розий ҳамма нарсага онгли равишда ёндашиш, ўзининг феъли-кирдикорлари оқибатларини олдиндан кўра билиш, барча кўринишдаги ҳирс-таъмаларни онгга бўйсундириб сингдириш, ғоятда чигал ва сон-саноксиз мусибатларга етакловчи ёвузликлардан омон-эмон чиқа олишлик каби ҳолатларни белгилаб беради. Кайфу сафо ва ҳузур-ҳаловатни Ар-Розий ҳар бир нарсани меъёрида ишлатиш ва сақлашда деб билади. Мўътадиллик асосий шартдир. Масалан, овқатланишда меъёрни билиш; шунча таом емоқлик даркорки, очликни бартараф этиш учунгина кифоя қилсин. ЛИБОС – кийим-кечак ихчам, қулай, муносиб ва камтарона бўлиши керак. Бунда ҳашаматга ўрин бўлмаслиги лозим. МАСКАН – уй-жой (манзил) шунинг учун керакки, қаҳратон қишдан ва ёзнинг жазирама иссиғидан инсон жон сақласин; бунда ашрафона уй-жойга ва ҳашаматли саройга интилмаслик керак.

Ар-Розийнинг фикрича, ортиқчалик ҳузур-ҳаловатга муносиб бўлмагани каби, етишмовчилик ҳам унга бегонадир. Онгли, қувончга бой соғлом ҳаёт кечириш, азоб-уқубатдан холи, одиллик, ахлоқан пок, хушфеъл, савобли иш қиладиган, одамларга нафи етадиган, инсониятга хизмат қилиш, ажал-ўлимдан қўрқмаслик - Ар-Розийнинг ҳузур-ҳаловат ҳақидаги назариясининг асосий талабларидир.

Бундан шу нарса ойдинлашадики, Ар-Розий бу масалада Эпикурга издошлик қилган, бироқ унга тўлақонли эргашмаган. Масалан, Эпикур барча кескинлик ва хавф-хатардан қутулиш йўлини булардан узоқ бўлишда, яқинлашмасликда кўради, ижтимоий ва давлат ишларига аралашмасликда, умуман олганда ташқи муҳитдан арлашида деб билади. Ар-Розий эса ижтимоий фаолликка чақиради, инсонни жамиятга наф келтиришга, ҳар қандай қийинчиликни енгиб ўтишга (бу машаққатлар асосан шаҳарларда кўп бўлади) ундайди.

Ар-Розий илгари сурган ахлоқ хусусиятларидан энг муҳими рационализм (мулоҳазакорлик)дир. Ақл-идрок ёхуд онг ҳамда билимга у катта аҳамият беради. «Идрок туфайли инсон нафақат теварак-атрофни, балки ўз-ўзини ҳам, ўз фаолиятининг асосларини, ички олами, ўз сезги-туйғуларини ҳамда зеҳний-фикрий қобилиятини англаб олиб, билим ҳақиқатига эришди», деб ёзади Ар-Розий. Сўфий-файласуфнинг айтишича, инсонни эҳтирос эмас, балки ақл-идрок бошқариши лозим. Шу ақлгина лаҳзалик эҳтиросни жиловлаши мумкин, у бошқа руҳий кучларни ўзига бўйсундириб, шахсни турли ёмон кирдикорлардан жиловлаб, кишининг ҳаётини қизиқарли, гўзал қилиб лаззатдан баҳраманд эта олиши мумкин. Ар-Розий барча одоб усулларини, урф-одат кўринишларини, хушхулқлик сифатларини ақл ойнасида кўриб чиқиб, шундай хулосага келадики, инсон амаллари, хатти-ҳаракатлари ва фаолияти ушбу талабларга жавоб беролмаса, демек, у бадфеълликдир.

Хулоса қилиб айтиш мумкинки, Ар-Розийнинг ахлоқий мулоҳазакорлигидан Сукротнинг атри-ҳиди келади. Сукрот билим ва ақлга биринчи даражали эътиборни қаратгани ҳолда, ахлоқ ва фалсафанинг асосий вазифаси этиб хулқ-одобни такомиллаштиришни белгилайди. У хушхулқлик билим билан бирламчи

эканлигини уқтиради ҳамда барча бадфеълликни ва шунга ўхшаш хатти-харакатларни нодонликка ёки адашишга (иштибоҳга) йўяди.

Ар-Розийнинг ахлоқ қоидалари ўзининг мазмун-моҳиятига кўра гуманизм (инсонпарварлик) туйғулари билан суғорилган. Бу шунда кўринадики, файласуф-сўфий ўзидан ҳам кўра бировга – бошқага яхши насиба-тақдир тилайди ва шуни истайди ҳам. Ар-Розийнинг фикрича, инсон ўз табиатига, зотига кўра меҳрибондир. Аммо биров жамиятга, инсонларга ёвузлик истаса ва уларнинг мусибатларидан, бахтсизлигидан завқланса, камбағаллигидан қувонса, бас, у ахлоқан бемор деб тан олиниб, руҳий ва маънавий даволанишга муҳтож ҳисобланади.

Ар-Розийнинг ахлоқ-одоб гуманизми унинг куч ва зўравонликка оид ақидаларида яққол кўзга ташланади. Мутафаккирнинг айтишича, зўравонлик нафақат бошқаларга нисбатан, балки унинг ўзига ҳам кечирарли эмас. Шу муносабат билан ҳиндуларнинг худо билан «яқинлашиш» ва «бирлашиш» илинжида ўзларини оташга – оловга ташлашларини, жинсий алоқадан ўзларини тийишларини, ўзларини очликда ва ташналикда сақлашларини адолатсиз ва ғайриинсоний иш деб ҳисоблайди. Мутафаккир насронийлар ибодатхонасида ва муслмонлар масжидларида яшовчиларнинг ҳаёт тарзини рад этади, бирон-бир касбни пеша қилмаганлари боис шу кунга тушганлар деб ҳисоблайди. Мана шу хатти-харакатларни файласуф ақлсизликнинг кўриниши ҳамда инсонга нисбатан зўравонлик деб билади. Шу билан бирга, Ар-Розий одамларга зиён-захмат етказадиган, жамиятга зарар келтирадиган одамларга нисбатан зўравонлик усулларининг қўлланишини маъқуллайди.

Ар-Розий ахлоқ илмидаги инсондўстлик ғоялари файласуфларнинг (донишмандларнинг) ҳаёт тарзини ва уларнинг вазифаларини белгилаб беради. У файласуф (олим) адолат, инсонпарварлик, сўз ва амал бирлиги каби сифатларга эга бўлмоғи лозим, деб ҳисоблайди. Файласуфнинг ахлоқий вожиботи, Ар-Розийнинг фикрича, одамларга қарз вазифаларини тушунтириб беришда, халқ манфаатини кўзлаб иш тутишда, муомала одобини халқ орасида ёйишда деб билади. Булар барчаси ўзаро ҳурмат ва хайрихоҳлик ҳамда дўстона муносабатларда зоҳир бўлмоғи даркордир. Файласуфнинг вазифаси кишиларга хушхулқликнинг фойдасини ҳамда бадфеълликнинг зарарли ва ҳалокатли оқибатларга олиб келиши мумкинлигини кўрсатиб беришдан иборатдир. Одамларни савобли ишлар қилишга ундаш, ҳуррам ва бахтли ҳаётнинг асоси бўлмиш бирон-бир касбни эгаллашга даъват ҳам файласуф-донишманднинг ишидир. Ар-Розийнинг фикрича, жамоат тартибини сақлаш ва инсон бахти ўзаро ёрдам ва кўмаклашув асосида қурилмоғи керак. Шуниси диққатга сазоворки, Ар-Розийнинг шахсий ҳаёти юқоридаги фикрларни татбиқ этишга, савобли ишлар қилишга, инсонни ҳар қандай руҳий-маънавий-жисмоний зўравонликдан асрашга, одамларнинг шарафи-шаънини ҳимоялашга йўғрилган. Буни «Тибби ахлоқ» асарининг ҳар бир сатридан уқиб олиш мумкин. Ар-Розий ҳар қандай салбий, разил ҳолатлар, ёмон хулқлилик-хулқсизлик, фисқу фасод, фоҳишабозлик инсонни ўзига қайтиб келишини, энг аввало манфур кишиларнинг оиласида пайдо бўла

бошлашани, охир-оқибат ҳар қандай инсон, у нечоғлик бой, машҳур, мансабдор бўлмасин, руҳий-жисмоний ҳолатдан завол топиб, халқ орасида юролмайд қолишини, бундай ҳаётга бардош беролмасдан охири бир ҳақир махлуққа айланиб кетишини уқтириб ўтади. Ушбу сўзларнинг исботи тариқасида буюк мутафаккирнинг ароқхўрлик ҳақидаги мулоҳазаларини иқтибос қилиб келтирамиз: «...Мастликка ружу қўйиш ва майхўрликни ҳаддан ошириш инсон табиатининг бир ахлоқона ва аблаҳона кўринишидирким, ҳалокатли оқибатларга олиб келади, турли мусибатларга, сон-саноқсиз хасталикларга гирифтор этади. Ароқхўрликни касб қилган киши аста-секин юракнинг тез уришига, нафас бўғилиши, юрак қозончаларининг тўлиб кетиши ва ногаҳоний ўлимга маҳкумдир. Унда мия қон томирларининг ёрилиши ҳам кузатилиши эҳтимоли бор. Кейинчалик унда қалтироқ, ичакларида қон кетиши ҳам рўй бериши мумкин. Бутун танани қалтироқ босади. Булар барчаси бир-бирига қўшилиб бошқа касалликларни, ақлдан бегона бўлишни, ҳушсизлик, ҳис-сезги аъзоларининг ишдан чиқиши, дунёвий ва диний иш-юмушларни бажаришга яроқсиз бўлиб қолишга олиб келади. У ҳатто ширин хаёл этишга ва яхши бўлиб кетиши учун умид қилишга ҳам ноқобил бўлиб қолади. Мана, нима учун буюк мутафаккир-мутасаввуф Ар-Розий ахлоқий етишмовчиликка, одоб бузилиши ва уларни бартараф этиш учун воситалар таҳлилига диққат-эътиборни кўп жалб этади.

Буюк мутасаввуф олим лаззат топишликни ўз мавқеидан туриб танқид остига олади. У бошқа олимларнинг инсоннинг руҳий жони тананинг ўлимидан кейин маҳв бўлади деган фикрларига қарши чиқади ва ҳаттоки ўлимни ҳаётдан ҳам аъло билади. Бунда буюк файласуф тана билан руҳнинг бир вақтда ўлиши ҳақидаги фаразни илгари сурмайди. Шунингдек у бошқа файласуфларнинг жаннат, дўзах ва қабр ичидаги ҳаёт ҳақида билдирган фикрларига ҳам қарши чиқмайди. Шуниси диққатга сазоворки, Ар-Розийнинг ғоялари бугунги кунда ҳам ўзининг асл моҳияти билан ажралиб туради.

Ар-Розий ахлоқининг демократизми диққатни ўзига жалб этади. Ўзининг ахлоқ-одоб ҳақидаги ақидаларида ва мулоҳазаларида у шундай хулосага келадиким, камбағал ва қашшоқ одамларнинг болаларини ўртаҳол ва бой кишиларнинг болаларига нисбатан тарбиялаш осондир. У шундай деб ёзади: «Қашшоқ кишиларнинг фарзандлари камбағалона ва камтарона ҳаёт кечираётганликлари учун ҳам ниҳоятда виждонли ва савоб ишларни қиладиган бўлиб етишиб чиқадилар, зеро, бошқалардан уларнинг фарқи сабру бардошлиликларида ҳамда ҳаёт машаққатларидан енгил ўтиб олишларидадир».

Ар-Розий «Тибби ахлоқ» асарида одоб муаммоларидан ташқари умуминсоний ижтимоий масалаларни ҳам қамраб олган: инсон – ижтимоий вужуд, ўзаро кўмаклашув жамият тараққиётининг шарти, харж ва дахл, яъни кирим-чиқимнинг мутаносиблиги, сарват-бойлик тўплаш... ўзаро кўмаклашув эса, Ар-Розийнинг фикрича, шундай сарчашма оладики, ҳар бир алоҳида олинган шахс бир вақтнинг ўзида барча машғулотлар билан шуғулланишга қодир эмас, яъни бир вақтнинг ўзида у ҳам деҳқон, ҳам ўқитувчи, ҳам қурувчи, ҳам спиноҳий-аскар бўлиши мумкин эмас. Ана шунинг ўзи ҳам одамларни ўз маънавий маҳсулотларини айирбошлашга,

Ўзаро кўмаклашув ва ҳамкорликка чорлайди. Ўзаро ҳамкорликсиз ҳаёт неъматларидан баҳраманд бўлиш мумкин эмас, осуда ҳол, бахт ҳамда маънавий баркамолликка етишиш номумкин дир. Айниқса, Ар-Розийнинг кириш-чиқим ҳамда бойлик тўплаш ҳақидаги фикрлари ана шундай хулосага олиб келади. Кириш ҳамда чиқимдан зиёдроқ бўлиши керак. Бу нима учун? Кутилмаган шароитлар ҳар қандай ҳаётда ҳам юз бериши мумкинлиги назарда тутилмоқда. Бироқ бунда ҳам мўътадилликка риоя қилиш лозим. Ушбу одат ҳеч қачон бахиллик ва ҳасислик каби иллатларга олиб келмаслиги керак. «Тибби ахлоқ» асари муаллиф ҳаёт даврида кескин танқид остига олинди. Унинг замондоши Ибн Ат-Таммар «Тибби ахлоққа раддия» деган алоҳида асар яратди. Ар-Розийнинг «Тибби ахлоқ» асарига қарши исмоилийлар раҳнамоларидан бири Ҳамид-Аддин Ал Кирмоний ҳам қарши чиқиб, айниқса, Ар-Розийнинг мулоҳазакорлиги (рационализми) ҳамда демократизми унга ёқмаганлигини уқтириб ўтади. Диний уламолар буюк мутафаккирнинг кайф-сафо ва лаззат-эҳтирос ҳақидаги назариясини ҳам рад этдилар. Бироқ, шунга қарамасдан, Ар-Розийнинг ахлоқ-одоб таълимоти кўпгина тарафдорлар қалбига йўл топди. Бу шундан далолат берадики, Ар-Розийдан кейин ҳам унинг анъанасини бошқа издошлари давом эттириб, айнан «Тибби ахлоқ» номи билан бир қанча асарлар ёздилар. Шу билан бирга Ар-Розийнинг нафасбахш, жонбахш ва ҳаётбахш таъсири Ибн Мисковайх Насриддин Тусий ва Жалолиддин Девонийлар таълимотида ҳам мушоҳада қилинади.

ТАБОБАТ ДУНЁСИ

Бу дунёю у дунёнинг жаннати – ички қувват ила тинч ҳолатда Аллоҳни эслаб зикр қилиш, ички жиҳодда нафсдан ғолиб келиш ва абад билан қўшилиб кетишдир.

Сўфий матали

СОҒЛИҚ. Соғлиқ жисм – тананинг бир маромда ишлаши натижасида вужудга келади. Жисмнинг – тананинг меъёрда ишлаши об-ҳаводан, овқатланишдан, фаолият ва истироҳатнинг мувозанатидан, шунингдек, ақл-фаросатнинг даражасидан келиб чиқади.

БЕМОРЛИК-КАСАЛЛИК. Бу жисмоний бузилиш демакдир. Уни моддий воситалар орқали даволаш мумкин. Тескари ақида ҳам мавжудким, уни чуқур ўйлайдиганлар қўллаб-қувватлашади. Агарда касалликка парво қилмай, беморни хаста эмаслигига ишонтира олсангиз, у албатта соғайиб кетади.

Ҳозирги кунга келиб кўпчилик ҳақиқий соғлиқни унутмоқда, зеро, соғлиқнинг бугунги андозаси асл соғлиқдан орқада қолмоқда. Соғлом одам мускуллари таранг

тортилган одам эмас, балки ҳақиқий соғлом киши бу ҳаёт гўзалликларидан қувона оладиган ва ҳаётни қадрлайдиган инсондир. Соғлиқнинг белгиси чуқур сезувчи кишида намоён бўлади. Моддий-даҳрий киши билан ақлоний-руҳоний одамнинг соғлиғига путур етишига ҳайрон қоладиган жойи йўқ. Биринчиси маромни йўқотганидан касалга чалинган бўлса, иккинчиси ўзига бегона бўлган меъер-маромга мослаша олмаганидан касалга йўлиқади. Инсон – хоҳ у моддий одам бўлсин, хоҳ руҳоний бўлсин – барибир оломон орасида яшайди. Ва ундан қочиб қутула олмайди ҳам. Модомики, шундай экан, у бир қатор омилларга беихтиёр гирифтор бўлади. Кўзини, кўнглини оладиган таассуротлардан яшира олмайди. Энг яхшиси бу ерда бир нарсадан: кўнгилсизликдан, тартибсизликдан, номувозанатликдан сақланиши ва бунинг иложи бўлмаган тақдирда журъат, жасорат пайдо қилиб, унинг йўлида ғов бўлаётган, соғлиғига ва комиллигига раҳна солаётган барча оқибатларни енгиб ўтиш даркор.

Сўфий ақидаси бўйича у нафақат маънавий жиҳатдан, балки ҳар томонлама юксакликка – баркамолликка эришмоғи лозимдир. Ҳар қандай таълимот ва билимлар мажмуаси – ҳосили бўладиган ишдир. Бироқ яшай олмоқлик ҳам бу бир илоҳий санъатдир, ирсий-меросий илмдир.

ТАВОЗУН ЁХУД МУВОЗАНАТ. Мувозанат жуда кам учрайдиган ҳодисадир. Масалан, агар биз бирон-бир соҳа билан қизиқсак, унга шўнғиб кетамиз. Зеро, табиатимиз шуни хоҳлайверади, хоҳлайверади, хоҳлайверади... Агарда жуда руҳий-маънавий бўлиб қолсак, унда дунёни унутган бўламиз. Шундай экан, агар биз бу дунёга яшаш учун келмаганимизда, бизни туғмас эдилар. Кимки бирор кишида яхшилик томонини кўрса, кейинчалик ҳам шу яхши фазилатларигина унинг назарига тушаверади. Кимки бу нуқсонларни фақат қидирса, охир-оқибат шунча камчилик-нуқсонларни қидириб топадики, натижада ҳатто эзгуликлар ҳам унга ёвузлик сингари туюлаверади. Инсон таскин билан юрса ва киши тез югуриб юрса, қайси бирида йиқилиб кетиш хавфи вужудга келади? Албатта, югурувчида: ортиқчалик ҳамиша заволга юз тутаяди. Агарда биз гапиришга одатланиб қолсак, унда тинимсиз гапираверамиз. Ўйлаймизки, кимдир бизни тингламоқда; оқибатда кейинчалик надоматлар ҳам чекамиз: нима учун кўп гапирдим-а, анча сир-асрорларимни очиб ҳам ташлабман-а, деб. Буюк форс шоири Саъдий шундай деб ёзган эди: «Эй ақлли киши, сенинг ақлинг қаерда эди, бунча кўп гапирдинг-ку, энди надомат не ҳожат?» Агарда инсон бугун беш дақиқа вақтини мусиқа ёхуд шеъриятга бағишласа, эртасига унга ярим соат вақтини бағишлайди. Шундай экан, агарда унинг калласида аччиқ ўй-хаёллар озгина пайдо бўлса, бора-бора у бутун вужудини қамраб олиши ҳеч гап эмас. Ҳар қандай нуқсон шундай юзага келади. Зардушт нуқсонларни уч турга бўлиб ташлаган: фикрдаги нуқсон, нутқдаги нуқсон, амал-ҳаракат ёки юриш-туришдаги нуқсон. Қора фикрлар қора ишлар билан баробардир. Ёмонлаб сўзлаш ёмон қилиқ каби ёмон кўринади. Аммо инсон ёмон қилиқ қилиб қўйса, бу барчасининг ҳосиласи бўлади. Бир ёқламалик киши мувозанатга эга бўла олмайди. Савдогар тижорат ҳақида ўйлайди, бастакор янги мусиқа, оҳанг ҳақида бош қотиради, шоир эса миясида чархланиб турган шеърини эслаб юради... Хўш, қандай қилиб мувозанатга эришиш мумкин, деб сўрайсиз. Истироҳат ва фаоллик ўртасида, уйқу ва уйқусизлик ўртасида мувозанат мавжуд.

Агарда инсон «кўп ухласам соғлом, бақувват бўлман», деб ўзининг бор кучини, вақтини уйқуга бағишласа, у инсон эмас, балки аллақандай махлуққа айланади. Зеро, дунёни англаш учун унга берилган тана-бадан ишлатилмай қолади. Ва агарда бирон-бир шахс умуман ухламай юрса, унда охир-оқибат асаб хасталигига чалинади-қолади. Ҳиндистонда шундай кишилар бор: улар шунчалик «ўзларини унуттишган»ки, ҳатто бу дунёни ҳам тўла «тарк» этишган, дунё ташвишлари умуман хаёлларида йўқ, ҳаттоки ўзларини ҳам йўқотишган. Бундай одамларни «мажзублар» деб аташади. Бироқ, ҳаддан ошиб тушиш ҳам мақсадга мувофиқ эмас. Хоҳ эзгулик бўлсин, хоҳ ёвузлик бўлсин, ухлаш ва уйғонмоқ, емоғу рўза тутмоқ, гапирмоқ ва сукут сақламоқ - мана, мувозанат нима.

Сўфий мувозанатга қандай эга бўла олади? У тананинг ҳаракатлари ва фаолиятини ўзида қамраб олувчи турли тарки-туриш (ҳол-ҳолат) ва қўзғалишлар орқали бунга эришади. Намоз, вазифаси ва зикр билан шуғулланаётиб бутун фикрини бир нуқтага жам қилиб, ақлини мувозанатга келтиради. Жазавага (ҳолатий жазб) қандай эришиш мумкин? Фикрни тўплаб зикрга тушгандан кейин у «ўзини» назорат остига олиб, бутун дунёни «кечиб» ўтади. Бунинг учун муршиднинг - пирнинг раҳнамолиги зарур. Акс ҳолда мувозанат йўқолади, зеро, ҳеч ким пирсиз ўзи ёлғиз бунга эриша олмайди.

МАРКАЗИЙ ОСИЁ ТАБОБАТИ

Тарихдан маълумки, Шарқ мамлакатларида, жумладан Миср, Сурия, Эрон, Туркия, Покистонда халқ табобатига эътибор жуда кучли бўлган. Аммо вақт ўтиши билан бу мамлакатларда ҳозирги замон тиббиётининг ривожланиши натижасида аҳли вужуд орасида халқ табобатига қизиқиш йўқолиб борган ва бугунги кунга келиб сўфизм ватани – арабий ва форсийзабон ўлкаларда ундан асар ҳам қолмаган, десак, муболаға бўлмайди. Бунинг бир неча сабаблари мавжуд. Авваламбор, номи зикр этилган мамлакатларда тариқатга бўлган қизиқиш камайиб, мутаассиб диний йўналишларнинг ривожланиши натижасида тарихий табобатга талаб ҳам йўқолиб борган.

Юқорида зикр этилган Шарқ мамлакатларидан фарқли ўлароқ, Марказий Осиёда халқ табобатига қизиқиш кун сайин ортиб бораётир. Бу қизиқиш мазкур минтақада жойлашган давлатлар мустақилликка эришганидан кейин айниқса кучайди. Буни Ўзбекистон тимсолида яққол кўриш мумкин. Ўзбек халқининг ўз тарихий анъаналарини нисбатан яхши сақлагани бошқа юртларда йўқ бўлиб кетаётган халқ табобатининг ривожланиб, янги босқичга кўтарилишига олиб келди. Бунга сўнгги йилларда Фарғона водийсидан чиққан машҳур табибларни, Москва ва Ленинград шаҳарларида «Инсон ва саломатлик» институтини ташкил этган ватандошимиз Норбековни, Болтиқбўйи мамлакатларида донг таратган наманганлик табиб Неъмат Абдуллаевни мисол қилиб келтириш мумкин.

Ўзбекистон чиққан табиблар бугунги кунда Яқин Шарқ, Америка ва Европа мамлакатларида эътироф этилиб, уларнинг билими дунё миқёсига кўтарилмоқда. Бу табибларнинг тажрибалари кўп давлатларда ўрганилиб, марказлар ташкил этилмоқда. Интернетда мазкур марказларнинг фаолиятини тарғиб қилувчи сайтлар очилмоқда.

Юқорида келтирилган маълумотларга асосланиб, бугунги кунда амалда бўлган халқ таъбаотининг негизини ташкил этувчи билимлар фақат тасаввуф тизими арбобларининг саъй-ҳаракатлари билан сақланиб қолган ва ҳозирда иқтидорли инсонларга илоҳий илм сифатида қайтадан берилмоқда, деб қайд этиш мумкин.

ТАСАВВУФ (СЎФИЙ) ТАБОБАТИ

Бир куни Мусо алайҳиссалом қаттиқ касал бўлиб қолибди. Бу аҳволни кўрган Аллоҳ таоло ундан хабар олибди. Шунда Мусо пайғамбар сўрабди: «Эй Аллоҳим, куним етганга ўхшайди, қаттиқ оғриб қолдим, нима, мени ўз даргоҳингга олиб кетмоқчимисан?»

Аллоҳ таоло дебди: «Йўқ, ҳали сен тузалиб кетасан. Сенинг қиладиган ишларинг бор».

«Унда менга даво бер, бунча қийналмайин», дебди Мусо алайҳиссалом.

«Йўқ, сен шифони ўзинг кўриб турган тол тагидаги қулимнинг қулидан (сўфидан) оласан», дебди Аллоҳ.

Шунда Мусо алайҳиссалом кулиб: «Эй Аллоҳим, сен турганда унга йўл бўлсин. Сенинг мўъжизанг олдида у қулинг нима қила олади?», дебди.

Аллоҳ таоло қатъий тарзда: «Унга бор, фақат у сени тузатади», деб жавоб берибди.

Худойи таоло Одам алайҳиссаломни яратиб, унга умр ваъда қилиб, унинг соғлиғини Аллоҳнинг ўзи ҳимоя остига олган ва унга ер юзида яшашни, озиқ-овқат топишни ўргатган. Одам атодан кейинги авлодлари - Қобил, Ҳобил, Шиш алайҳиссаломларга эса қуйидаги вазифаларни юклаган. Яхшилик-ёмонлик Қобил

ва Ҳобилга берилган. Шиш пайғамбар алайҳиссаломга 50 варақ саҳийлик юборилган. Шундан 17 варағида одам ўзининг соғлиғини сақлаш мақсадидаги амаллар, яъни илоҳий табобат берилган. Сўфизм ва сўфий табобати мана шундан бошланган. Биринчиси зикр орқали Аллоҳга уланиш ва иккинчиси табобат қилиш. Демак, Шиш дин ҳали муайян бир кўринишга эга бўлмаган пайтдаёқ сўфийлик тариқатига асос солган. Сўфийлик табобати тарихига назар ташласак, шуни назарда тутиш керакки, бу таълимот алоҳида шаклланган динлардан ташқарида ривожланган.

Илми табобат уч навъ – касбий, ворисий-хуний (генетик) ва илми илоҳий-ладуний-худодод орқали амалга оширилади. Сўфизмдаги бор нарса – хоҳ фалсафа ва хоҳ табобат ва хоҳ ҳаёт тарзи – мана шу илоҳий илмга бориб тақалади. Илми ладуний ё ваҳий орқали, ёки илҳом орқали амалга ошади. Агар табобат ҳақида тўхталадиган бўлсак, дунёда жами 25 табобат усули мавжуд. Уларнинг асл манбаи битта: Шиш алайҳиссалом кўрсатмаларига таянган ҳолда, бироқ минтақа, дин, урф-одатлар ҳамда инсон миждозларининг хилма-хиллигини ҳисобга олганда, шунингдек даволар таъсири остида бўладиган ўзгаришлар барчаси 25 турга бўлинган. Шулар қаторида ҳозирги замон тиббиёти ҳам бор. Ҳозирги замон тиббиёти сўфийлик асосчиларидан бири Ибн Синодан бошланган бўлишига қарамай, ўзининг туб моҳиятини йўқотган. Бу деган сўз у анатомияга, жисмоний патологияга (хуружга) асосланиб қолган. Яъни касалнинг ташқи кўринишига қараб даволаш бу ерда устуворлик қилади. Сўфий табобати эса, аксинча, ўзининг асл моҳиятини, жавҳари – махфийлигини йўқотгани йўқ. Бунга ишонч ҳосил қилиш учун тарихга назар ташлаш кифоя. Яъни сўфийлар ҳаёт тарзида ишлатадиган ва соғлиқларини сақлаш учун қўллайдиган системага яқинлашиш керак. (Жумладан, 63 йил мобайнида қуёшни кўрмасдан яшаш, Аҳмад Яссавийнинг ер остидаги ҳаёти ёхуд Нажмиддин Кубронинг жанг асносида ярадор аскарларга кўрсатган ёрдами ва берган тавсияси: кам овқат еб, қувватни узоқ вақт сақлаб туриш.)

Сўфий табобати ўзи нима? У бошқа табобат турларидан нимаси билан фарқ қилади? Сўфий табобати жисмоний-қувватий-руҳий патологияни (хуружни) ўрганиш билан шуғулланган ҳолда, одам организмидаги бутун борлиқ сингари, Аллоҳ томонидан берилган олам-одам, мукамал борлиқни ўрганади. Албатта, бу табобат илоҳий бўлганлиги туфайли, унинг асослари бандага (табибга) илҳом йўли билан ёки илоҳий китобларда махфий равишда очиб берилади. Масалан, Қуръони каримда 6666 оят мавжуд бўлгани ҳолда, 100 та ояти одамнинг руҳий-жисмоний саломатлигини мустаҳкамлашга, 66 ояти махфий илмга, яъни илоҳий табобатга (сўфий табобатига) бағишлангандир. Сўфий табобатида асосий мақсад одам организмидаги жисмоний-қувватий-хуружни аниқлаган ҳолда, одам танасида иммунитет, яъни ички қаршилиқ кучи-қувватини пайдо қилишдан иборатдир. Бу деган сўз аъзоларнинг ишлаш қобилятидаги нуқсонларни ва бу нуқсонларга таъсир қилувчи ички ва илоҳий қувватни аниқлаш, ташхис қилиш ва уларга дори-дармонлар, ички қувватий-сўфий массажи, илоҳий китоблардан олинган «Мантра» системаси (бу юнонча сўз бўлиб, овоз, товуш деган маънони билдиради) демакдир. Махсус сўфий нафас олиш машқлари ва гимнастикаси орқали, шунингдек «Нафсий нутқ», яъни илоҳий қувватни танага киргизиш ва тўғри йўналтириш демакдир. Бу ўринда илоҳий қувватга эга бўлган табибнинг роли

ҳақида айтиб ўтиш жоиздир. Бу деган сўз сўфийларнинг каромати асосида айрим ўт-ғиёҳларнинг, уларнинг истагидаги вазифасини бажара олишлари ва бемор билан суҳбат даврида ундаги қувватий йўлларни очиб юбориш хислатларига эгаллигидадир.

Энди ЗИКР ҳақида. Сўфий табобатида зикр алоҳида ўрин тутди. Чунки у фақатгина жисмоний машқлар билан чекланмасдан, балки руҳий-физиологик ва, қолаверса, илоҳий қудрат системасини ривожлантиради. Яъни ҳақиқий соғлиққа эришиш учун жисмонан бақувват бўлишнинг ўзи етарли эмас. Унда руҳий баркамоллик ҳам бўлиши шарт. Модомики шундай экан, одамзот пайдо бўлибдики, табобат мавжуддир. Сўфий табобати ҳақида сўз юритар эканмиз, албатта, бошқа шу кунгача мавжуд бўлган табобат усуллари тўғрисида алоҳида тўхташимиз даркор. Зеро, бу ҳақда алоҳида мукамал асар ёзишга олимларимиз ҳанузгача урингани йўқ.

Умуман олганда, табобатни учга бўлиш мумкин.

1. Ҳозирги замон анъанавий муолажаси.
2. Халқ табобати.
3. Тасаввуф табобати.

Ҳозирги замон табобати ҳақида сўз юритар эканмиз, албатта, у энг юқори ютуққа эришган табобат тури деб тан олинганлигининг гувоҳи бўламиз. У асрлар мобайнида муваффақиятли амалиётдан ўтиб, яхши натижаларга эришди. Ҳозирги замон табобати ҳам халқ табобатига ўхшаган бўлиб, Ибн Сино тиббий системасига асосланган. Унинг жадал ривожланиши сабаби: жамиятдаги туб ўзгаришлар, айтилиши вақтда халқ табобати асосларининг унутилиши, жамият аъзоларининг тез ва шошилиш даво олиш мақсадини кўзлаши натижасида ҳозирги замон табобати муваффақият қозонди. Шунинг учун ҳам ҳозирги замон тиббиёти шошилиш ёрдам кўрсатиш, хуружий ҳолатларни (патологияни) вақтинча тўхтатиш учун кучли дори-дармонлар ишлаб чиқаришга зўр берди. Бу ўз навбатида бир томондан катта фойда келтирган бўлса-да, иккинчи томондан тез таъсир кўрсатадиган дори-дармонларни ишлаб чиқаришда кимёвий моддаларнинг алмашинувига олиб келади. Албатта, ҳозирги замон тиббиёти бугунги кунда жуда катта ютуқларга эришган, зотан стоматология, жарроҳлик, тез тиббий ёрдам сингари жабҳалар бошқа табобат усулларида йўқ. Аммо инсон организмга бундай тез таъсир кўрсатиш, касаллик сабабини ўрганмасдан туриб даволаш беморнинг соғлиғига кўпроқ зарар етиши билан яқунланмоқда. Зеро, кимёвий дори-дармонларнинг ўта кўп миқдорда ишлатилиши, жарроҳлик усуллариининг сабабсиз қўлланилиши организмга, инсоннинг ички системасига салбий таъсир кўрсатади ва касаллик беихтиёр ривожланиб кетади ёки кучайтирилган дориларнинг ишлатилиши натижасида одам хасталиги фақат вақтинчалик ривожланишдан тўхтайдиган, аммо физиологик хуруж жараёнлари ривожланишда давом этаверади.

Рақсу самоъ ва мусиқа. Мусиқанинг шифобахш кучи

Расмий ислом мусиқани ёқтирмаса-да, сўфийлар ундан нафис маънолар топиб, ўзларини илоҳий жазавага – «ҳолати жазб»га келтириш учун ундан фойдаланганлар, мусиқани иккиликдан воз кечиш, Аллоҳга яқинлашиш, унга восил бўлиш, «мен»дан нажот топиш, қутулиш воситаси деб билишган. Ушбу ҳолат, «важд» ёхуд «ҳол» сўфияга хос истилоҳий сўздир. Сўфий баркамолликка фақат пир-муршид орқали эришади. Мусиқавий анжуманлар сўфияда «самоъ», ушбу анжуманлар ўтказиладиган жой эса «самоъхона» деб юритилади. Сўфийлик гуллаб-яшнаган даврда Хуросон ва Мовароуннаҳрда бир неча самоъхона мавжуд бўлган. (Бу ҳақда маълумот олиш учун рисоламиздаги «Тасаввуф луғатномаси» бобига мурожаат этинг.)

Нега? Нима учун? Зеро, сўфийлар мувозанатни рақсу самоъ ва мусиқадан олишган. Бу биринчидан. Иккинчидан, мусиқа оҳанглари ва рақс қочиримлари ҳар бир сўфийга завқ бериб, Ҳаққа восил бўлиш учун хизмат қилган. Бу унсурлар ҳар бири муайян тасаввуфий-фалсафий маънони англатади.

Ушбу табобатнинг илмий томонлари яхши ўрганилмаган. Юқорида айрим маълумотлар берилганлиги туфайли, масалага яқиндан ёндашамиз. Умуман, мусиқа санъати орқали қадимдан дармон топишлик ва батамом соғайиб кетишлик ғояси ҳануз қадим замонлардан, аниқроғи инсониятнинг дастлабки тараққиёт даврига тўғри келади. Агар биз ўзимизни даволаш учун ишлатиладиган дори-дармонларни олиб текширсак, улардан танамизда етишмаётган моддаларни топамиз. Бошқача қилиб айтганда, ана шу моддаларнинг таъсири остида танамизда мувозанат вужудга келади. Бас, шундай экан, томирларимизда қон айланишини бир маромда сақлаш учун ритм ва тон талаб этилишининг гувоҳи бўламиз.

Ритм ва тонни эса биз мусиқадан оламиз. Бинобарин, соғлиғимизга путур етиши мусиқанинг, айти чоғда созу навонинг нотўғри чалинаётганлигидандир. Бу йўсиндаги табобат фақатгина набзнинг урилиши, юрак бош томирларининг урилиши билан бирга ўрганилади. Шифокор мижознинг набзи, юраги ҳамда қон айланишини инобатга олган ҳолда унга ташхис қўяди. Шифокор қанчалик назарий билимга эга бўлмасин, барибир ўзининг интуициясига (илғаб олиш фаросатига) суяниб ва ўзининг мусиқавий қобилиятдан келиб чиқиб касалликни аниқлайди. Мусиқа ғам-андухдан иборат эмас, ёлғиз ғам-андухни ифодаламайди ҳам. Унинг баланд пардалари бор экан, паст пардалари ҳам бўлади. Мусиқа ўзига ҳамма нарсани қамраб олади. Бир вақтлар мусиқадан фақатгина даволаш, шифо олиш учунгина фойдаланишган, уни тинглаб касалликлардан халос бўлишган. Моддийлик ва маънавиятни енгиб, шу асно мусиқани ҳам дилхушлик воситасига

айлантиришган. Бошқача қилиб айтганда, Худони унутиш учун фойдаланишган. Сўрашингиз мумкин: мусиқанинг қайси тури кишини соғайтира олади? Ашулами, ўйинми, рақс тушиши ё оҳангу навоми? Ашула шубҳасиз кучлироқдир. Зеро, унда тебраниш кучи баланд ҳамда қўшиқ тингловчининг кўнглини овлаб, юракларини забт этади. Агар инсон даҳрий бўлса, эртаю кеч ўзининг шахсий юмуш ва фойдаси учун елиб югуради, бу ҳолда ушбу даҳрий одамга шифо бериш эҳтимолдан узоқ бўлади. Шифокор озод ва эркин бўлмоғи даркордир. Нима учун? Ҳамдардлик қилиш учун, ўзининг яқинларини севиш учун ва ўзидан ҳам кўпроқ бошқаларни англаб етиш учун. Ушбу фазилатларни қаерда ўрганиб, қаердан олсин? Бунинг калити Худода. Биз бу дунёга, унинг барча тараққиётига назар ташласак, бир нарсанинг етишмаётганини илғаб оламиз. Нима етишмаяпти? ХУДО! Ҳаётнинг қадри нимада? МУҲАББАТДА! Муҳаббат нима? ХУДО! Ҳар бир инсон нимага эҳтиёж сезади? Дунё ҳозирги кунда нимага эҳтиёж сезмоқда? ХУДОга!

СЎФИЙ ТАБОБАТИДА ҚЎЛ КЕЛАДИГАН АЙРИМ ОМИЛЛАРНИНГ АҲАМИЯТИ ҲАҚИДА

ХОТИРА-ТААССУРОТ. Баъзан харсангтошларда айрим иероглифлар ёхуд битиклар-ҳарфлар битилганлигини кўрамыз; уларни бугунги кунда ҳеч ким ўқиёлмайди. Шундай бўлса ҳам, баъзи бир истеъдодли кишилар интуиция (мукошафа-фаросат) орқали ўша предметдан чиқиб келаётган вибрация (тебраниш) воситасида, атмосфера ёхуд ҳиссиёт-сезгилар ёрдамида ўқий олишади. Зоҳиран бу бир битик, холос; ботинан улар «сўзловчи» ёзувлардир. Худди шу ҳодисани уй ҳайвонларида ҳам учратиш мумкин. Айниқса, отда. Кимки бу сирни билса, от сотиб олаётганида жуда эҳтиёткор бўлади: от умуман соғлиқ ва хушзот сифатларига эга эканлиги билан бирга вибрация-тебранишга ҳам эга. Жуда тез-тез учрайдиган ҳодиса: от хушзот ва зўр бўлганлиги билан бахтсизлик ҳам келтириши мумкин. Бунинг сабаби олдинги эгасининг нохушлиги, норизолигидир. Бу ҳиссиёт-сезгилар-туйғулар отнинг юрагида ёзиб қолдирилган бўлади. Ул кишининг ҳолати ўзгариб кетган бўлиши мумкин, бироқ у орқали кечган кечинмалар отда амал қилишда давом этаверади. Бунинг одамларга ҳам қийинлаш мумкин: ақлли кишининг аҳмоқ билан ўзаро муносабати ва ҳоказо. Халқимизда доно бир мақол бор: қозонга ёндашсанг, қораси юқар. Ёки байт:

Ёмон билан юрдинг, қолдинг уётга,

Яхши билан қолдинг, етдинг муродга.

СЎЗ ҚУДРАТИ. Шундай савол туғилади: сўзни қудратли қилишга қайси омил сабаб бўлади? Сўз қудрати нима? У қаерда ва қачон намоён бўлади? Унинг маъносида қудрати яширинганмикан ёхуд ишлатилиш усулидами ёки муаллимнинг шогирдига талқинидами, балки шогирдининг такрорланишидами?

Жавоби шундай: баъзи бир сўзлар борки, уларнинг қудрати маъносида яширинган бўлади. Бошқа бир сўзлар эса товуш-оҳанг шарофати билан қудратга эга бўлади. Учинчи тур сўзлар эса турли марказларга йўналтирилганлиги боис қудрат эгаси бўладилар. Илҳом йўли билан Худодан берилган сўзлар борки, улар донишмандлар, авлиёлар, пайғамбарларга ато қилинган. Уларда ҳаётдан исталган нарсани олиш сирру синоати яширингандир. Агарда буни бир мўъжиза десак, муболаға қилмаган бўламиз.

Мўъжиза сўзда ва унинг қудрати-кучида акс топган бўлади. Бироқ кимки бу қудратни билса, шу кучга эга бўлса, ҳеч қачон уни бошқаларга ошкор этмайди. Маънавий ютуқ ҳаётий қудратини исботлаш мақсадида бошқаларга кўз-кўз қиладиган нарса эмас. Ҳар бир маълум нарса ўз-ўзидан маълумдир, аёндыр. Ҳар қандай муҳимроқ ва қимматлироқ нарсадан ҳам устун турадиган қадриятларини эса одамлар кўз ўнгида муҳобот қилишга эҳтиёж йўқ.

Тасаввуфнинг энг улуғ ва буюк махфийлиги бу ҳамма нарсани билиш, юксак чўққини забт этиш ва шу билан бирга тинч-хомуш юришдир. Мурид қанча кўп билса, шунчалик халиму хоксор ва тавозуъли бўлади, бироқ кимки бу кашфиётни бошқалардан ўзини устун қўювчи восита сифатида қўлламоқчи бўлса, у шундай кашфиётга аслида эга эмаслигини кўрсатади. У фақат ичида испириққа – учқунга (шарора) эга бўла туриб, машъални – гулханни бой берган бўлади. Гулхан ҳали ёқилганича йўқ! Шарқ халқлари орасида шундай бир нақл бор: мевали шох эгилган бўлади. Сўз инсон баданидаги турли аъзолар оша чулғанишга-тебранишга эга. Шундай сўзлар борки, бевосита кўнгилга тушади, баъзилари эса каллада аксадо топади. Учинчи бир сўзлар борки, танага ҳокимлик қила олади. Муайян сўзлар орқали туйғулар жўш уриб-тезлашиб-кескинлашиб ёхуд пасайиб кетишлари мумкин. Сўз бўғинлари илми ҳам мавжудким, у ўзига хос кучга, аниқроғи, таъсир кучига эга. Файласуф Вагнер ҳақ бўлиб чиқди: у фақатгина қадимги Шарқ мутафаккирларининг таълимотини такрорлаб айтган эди: «Кимки эҳтизоз (вибрация-тебраниш) қонунини билса, ҳаёт сир-асрорини билиб олади.

ТОВУШ КУЧИ. Сўз қадрини билган сўфий уни даставвал ўзида намоён этади. Масалан: мусиқа ташқи муҳит учун чалинади, бироқ уни ким қабул қилади? Албатта, ички дунёмиз. Сўз ҳам, яхшими, ёмонми, четга қарата айтилади, аммо қаерда англанади? Ботинимизда. Айни замонда инсон ҳамиша хатоликка йўл беради, ички олами орқали қабул қилишни билгани ҳолда, айни чоғда ушбу иқрорни четда излайди. Бу ойни кўкдан эмас, ердан қидираётган одамни эслатади. Ва агар у минг йил ҳам тепага эмас, пастга қараб ойни ахтарса, ҳеч қачон уни кўролмайдди. Фақат битта йўли бор: кўзни тепага – осмонга қаратиши лозим, шунда у ойни кўради. Ҳаётнинг сир-асрори ҳам худди шундай.

Товуш нима? У ичимиздан балқиб чиқади. Агар ботинимизда товуш-садо учраса, тана уни четлаб туриб эшитолмайди. Ҳар бир муайян сўзнинг таъсири ва самараси инсоннинг қайси ҳолатда эканлигига боғлиқ. Масалан, ёлғончининг гапини эшитавериб, унинг гаплари маъносига эътибор қилмайдиган бўламиз: зеро, у самимий эмас, шу жиҳатдан ҳеч қандай кучи ҳам йўқ. Ва аксинча: агар инсон

ишонч билан самимий ва ҳақ гапни айтса, унга қулоқ соламиз. Халқимизда бир мақол бор: «Ёлғонга ўхшаган ростни дема, ростга ўхшайдиган ростни сўзла». Демак, гапирувда ҳам тингловчининг дунёқараши, ақл-фаросати билан ҳисоблашиш керак. Хуллас, самимий ва ҳақ сўзда қувват бор, куч бор, қудрат бор, ҳикмат бор. Баъзан инсон овози ғам-андуҳга лиммо-лим тўлади: у кўнгилга тушади, дилларни тахсир этади, ўйлантириб қўяди. Мунаввар фикрли одамларнинг сўзлари ёзма манбалар орқали асрлар оша бизга етиб келган. Шунинг учун ҳам Шарқда турли дин-мазҳаблари, пайровлари-издошлари бирон-бир тадбирни амалга ошираётганда ўша мутафаккир кишиларнинг сўзларини келтирадилар. У сўзларни она тилларига таржима қилишга ўрин йўқ. Буюклар томонидан айтилган сўзлар асрлар оша ўша ҳолатда сақланиб келган: зикр қилиш асносида улардан фойдаланиш мумкинлиги учун. Сўзнинг яна бир махфийлиги мавжуд: бу унинг маъносида эмас, ким томонидан айтилганида ҳам эмас, балки шу сўзнинг ўзида қандайдир куч бўлади. Сўфийлар, донишмандлар муқаддас сўзнинг сирини билганлари ҳолда, унга талпинганлар. Сўфийнинг бутун зикрий ҳаёти ана шу сўз сирини-биноси устига қурилгандир.

ТАКРОРЛАШ

Шарқда қадимдан алоҳида илм сифатида шаклланган руҳшунослик ҳозирги пайтда Ғарбда кенг ўрганилмоқда. Маълум бир сўзни кун мобайнида узлуксиз такрорлаш муайян касалликларга шифо топишга имкон яратади. Асрлар оша мусулмонлар ҳар куни Қуръони каримни такрор ва такрор тиловат қилиб келадилар. Аммо ҳозирги замон одами бугунги газетани олиб ўқийди-да, бир четга суриб қўяди, эртасига эса янгисини олади. Биринчи мисолда катта маъно бор. Бу Қуръони каримнинг ҳар бир сўзи, оятида маъно – махфийлик яширинганлигидадир. Қайси куни инсон уни кашф қилса, ўша куни ҳаётнинг жумбоғини ечган бўлади. Ёхуд бошқа бир мисолни олайлик. Кунора маълум хизматингиз учун сиз одамлардан ташаккур ёхуд «мен сиздан миннатдорман» деган сўзларни эшитади. Агар кун давомида сиз ўн кишидан миннатдорчилик сўзларини қабул қилсангиз, унда ҳар бирининг сўзида бир-биридан фарқ қилувчи муайян оҳанг кучини сезасиз. Оҳангда самимийлик яширинган, биров минг маротаба сизга юқоридаги сўзларни такрорласа ҳам ҳеч нарса ўзгармайди, самараси-натижаси бўлмайди, зеро унда самимият етишмайди. Масалани кўндалангига кўриб чиқамиз: бир киши сизга бирон-бир гапни айтса, сиз унга дарҳол ишонасиз. Ўша гапни бошқа кишидан ҳам эшитсангиз, ишонгингиз келмайди, ҳатто у бу гапни эллик маротаба такрорласа ҳам. Нима учун? Бу шундан далолат берадики, бирон-бир сўзни айтишдан олдин биз ўзимизни тайёрлашимиз керак. Нафақат айтилиши керак бўлган сўзни, балки айтаётганда ўзимиз қандай ҳолатда эканлигимиз, уни қандай қиёфада ва қандай ифодалар орқали етказишимиз ва ўша ифода ортида қандай сир яширинганлиги, хуллас, шу йўсинда

бўлмоғи керакки, эшитган одамнинг кўнглига бориб етсин. Бас, шундай экан, савол туғилиши табиий: хўш, сўзни самарали ифодалаш учун биз ўзимизни қандай тайёрлашимиз керак? Баъзан бир киши бирон-бир гапни юз маротаба айтса ҳам у «бир чақалик» гапдек бўлиб туюлади. Биров бир марта айтган гап ҳам «олтин сўз»га айланади. Баъзан биров сизга бирон-бир гапни ишонтириш мақсадида ўн маротаба такрорлайди, далилу исбот, мисоллар келтиради. У қанча уринмасин, сиз барибир унинг гапларига ишонмайсиз. Бошқа бир одам бирон-бир гапни бир мартагина айтади ва сиз унинг бу гапига ишониб, «Ҳа, тўғри, мен бунга ишонаман, мен буни тушунаман, мен бунга аминман», деб тасдиқлайсиз. Сўфийлар бунга қандай эришадилар? Диққатни бир нуқтага тўплаш, зикрига тушиш ва татбиқ этиш орқали. Қадимги эски тилларни ўрганувчилар уларга чуқур кириб борганлари сари бу тиллардаги сўзларда руҳий маъно зоҳир эканлигини кашф этадилар, ҳозирги тиллар қадимги тилларнинг ғалат (тахриф) суратидек бўлиб туюлаверади. Қадимги тилларда сўзлар фаҳм-фаросат (интуиция) ва ақл-идрок орқали юзага келгани ҳолда, бугунги тиллар маълум грамматика қонун-қоидалари асосига қурилганким, уларни инсон ўрганиш орқали билиб олади. Ана шунинг учун ҳам қадимги сўзлар сеҳрли кучга эгадир.

Ҳар бир унли товуш чуқур руҳий маънога эга. Бу илм қадимги сўфийлар тилида ЗИКР деб юритилади; у шундай илми, исталган натижага маълум сўзлар ё сўзлар туркумидан иборат ибораларни маълум марта такрорлаш орқали эришилади. Кимёгар барча дори-дармонлар ва дориворларга эга бўлгани ҳолда, бемор келиб ўзига керакли бўлган дорини эмас, балки ўзига ёққан дорини олса, у нафақат соғаймайди, балки ўзини заҳарлаб ўлдириши ҳам мумкин. Шунинг учун ҳам беморга кимёгар, яъни раҳнамо – пири муршид керак бўлади. Табиб беморга унинг ҳолига қараб дори беради ва бунинг учун бемор олдида тўъла масъул ҳисобланади. Худди шунингдек, Шарқда инсон сўфийлар русумига кўра ўзига руҳий тавсия берувчи муршидни излайди. Мурид эса муршид берган тавсияларга амал қилади. Муршид авваламбор ўз муридининг умумий ҳолатига ташхис қўяди, сўнгра муридининг ўсиши, ривожланишига қараб у ёки бу сўз ё иборани унга буюради; уни такрорлаш орқали киши матлаб қилиб қўйган мақсадига эришади. Сўфияда муқаддас деб ҳисобланган маълум сўзлар борки, оддий мўмин одам уларни шунчаки юзаки билиши мумкин; бу сўзларнинг муқаддаслиги шундаки, улар руҳий маъноларга эга бўлиб, уларни такрорлаш муайян самара беради. Сўфиёна сўзлар турли тилларда айтилиши мумкин, бироқ улар бирон-бир тилга мансуб эмас. Зикр жараёнини олайлик: бирон-бир сўз ёхуд иборани айтганда у араб тили таркибида борлигини кузатамиз. Аммо араб тилида келган бу сўз форс тилида ҳам қўлланилади, араб тилини билмаган киши уни форсча деб ҳам ўйлаши мумкин. Ўша сўз ҳинд тилида ҳам учрайди, бошқа тилни билмаган киши уни ҳиндча деб тахмин қилиши ҳам мумкин. Ниҳоят, ўша сўзга ибрий-яхудий (иброния) тилида ҳам дуч келамиз; буюк сиймолар, Исо Масиҳдан олдин ерда яшаб ўтган улуғ зотлар (уларнинг сарчашмаси Мисрнинг қадимги мактаблари бўлган) бу иборани кўплаб қўллаганлар. Жуда кўп далиллар борки, улар ҳазрат Иброҳим замонида (у Миср мактабида таҳсил олган) ҳам ўша сўзлар ишлатилганини кўрсатади. Хўш, бунинг сабаби нимада? Сабаби шундаки, овоз – нафас

чиқаришнинг ифодали кўриниши, нафас чиқариш эса ҳаётнинг ўзгинасидир. Шундай экан, талаффуз этилган сўз нафақат бошқа кишига, шу билан бирга инсоннинг ўзига ҳам таъсир ўтказди. Бирон киши орқали айтилган сўз нафақат унинг танасига, балки ақлига ва руҳига ҳам таъсир этади. Бунинг натижаси ўлароқ, аҳмоқона ёки бемаврид айтилган сўз бировни хафа қилиб қолмай, уни айтган кишининг ўзига ҳам катта зиён-заҳмат етказиши мумкин. Булар оддий сўзлар тўғрисида эди. Бироқ махфий сўфий сўз янада кўпроқ маъноларга эгадир. Улар уч сарчашмадан озиқланади: фаросат булоғи, илм булоғи, кайҳан-мунажжимлик булоғи ёхуд коинот-фазо булоғи. Фаросатли сўзлар дилдан, Худони таниган диллардан чиқиб келади. Қисқача айтганда, бировларнинг оғзи гапирса, бошқаларнинг дили сўзлайди, учинчи биров эса жондан сирлашади. Илмий тажрибалар шуни исботлаб берганки, инсон танасида жуда нозик терли асаб марказлари бор бўлиб, улар тебраниш (вибрация) орқалигина жунбушга келади, жонланади ва охируламир ундан инсон табиати ва танасидаги мувозанат, ақлнинг соғломлиги, жисмнинг баркамоллигига боғлиқ бўлиб қолади. Агарда сўз илмига чуқурроқ назар ташласак, унда ҳар бир унли ва ундошнинг ўзига хос тебраниш кучига эга эканлигимизни кўраемиз. Бу тебраниш ўзига хосдир, зеро, у ўз навбатида ўзига хос ақл ва танага таъсир кучига эга. Баъзан инсоннинг ўзини кўрмасдан, номини эшитган заҳоти у ҳақда маълум тасаввурга эга бўласиз.

Астрологик ёхуд фалакиёт жиҳатини тадқиқ қилмоқчи бўлсангиз, бу фанни бошқа илм соҳалари билан чамбарчас боғлиқ эканлигининг гувоҳи бўламиз. Унли, ундош товушлар, сўзнинг фалакиёт билан боғлиқлиги шундаки, маълум сўзни талаффуз этиш билан бирга маълум сайёранинг кучини камайтириш ёки зўрайтириш мумкин. Башарти, юлдузларнинг жойлашиши ёқимсиз бўлса, кучи камайтиради, юлдузнинг ваъзи хайрли бўлса, кучайтиради. Шунинг учун ҳам Шарқнинг кўпгина мамлакатларида киши қайси кунда таваллуд топганига қараб унга турли ном қўйилади. Хўш, бугунги кунда сўз қадрли топталишининг сабаби нимада? Сабаби шундаки, одамлар кундалик дунёвий юмушлар билан банд бўлиб, энг қадимий илмларни унутмоқдалар. Шунга қарамасдан, ҳар қандай замонда ва ҳар қандай заминда донишманд олимлар яшаганларки, ана ўшаларнинг шарофати билан олам мувозанати сақланиб келмоқда. Ҳадиси шарифда айтилганидек, «Олимлар пайғамбарларнинг ворисларидир» ёхуд «Донишмандлар жамиятнинг устунларидир». Шунинг учун ҳам сўз йўқолиб кетгудек бўлса, олимлар ҳаёт нафасини, унинг сиру синоатини буткул йўқотади. Мавжуд сўз ҳеч қачон йўқолмайди. Аммо сўнги пайтларда одамзот сўзни осмондан эмас, балки заминдан оладиган бўлиб қолди. Ҳар қандай янгилик ўша донишманд шарофати билан юзага келади, зеро, одамлар само билан мулоқотни узгандан кейин ер билан сўзлашишни одат этишди ва бунинг натижаси ўлароқ, тараққиёт, ихтирочилик ҳаракати вужудга келди. Шундай экан, сўз йўқолмаган, балки фақат йўналиш ўзгарган. Сўфий учун «бу дунё кўза кабидир, тагидан нима овоз чиқса, акс-садо бўлиб унинг деворларидан қайтади. Лаб билан айтилган сўзни қулоқ эшитади, аммо дилдан чиққан сўз дилга бориб тушади». Шунинг учун ҳам тасаввуфнинг асосий ва марказий мавзейи бу сўздир. Сўз нима? Сўз бу бизнинг туйғуларимиз, овозимиз, муҳитимиз...

ЎЗИНИ ЎЗИ ТАРБИЯЛАШ

Ҳақиқатга етишиш учун ўзини ўзи тарбиялаш муҳим ўрин тутди. Бу соҳа кўп тармоқларга эга. Биз дарвешларни биламизки, улар тоғларда, биёбонларда, чангалзорларда яшаганлар. Нима учун? Ўзини ўзи тарбиялаш учун. Шубҳа йўқки, одамлар шаҳар шароитида, барча қулайликларга эга бўлган муҳитда яшамоқдалар. Бинобарин, ўзини ўзи тарбиялаш ҳақида ўйлашнинг ўзи ҳам даҳшатли туюлади. Бироқ бунинг учун ғорларда беркиниб яшаш, чангалзору биёбонлардан ўтиш ҳам унчалик шарт эмас. Ўзини ўзи тарбиялашни ўзимизнинг кундалик ҳаётимизда ҳам рўёбга чиқаришимиз мумкин. Бу фанни тажриба қилиш учун асосий услуб-қоида мавжуд. Биринчи йўл – жисмоний. Бу бир жойда ҳаракатсиз ҳолатда маълум вақтгача бир йўсинда ўтириш демакдир. Агар буни амалда қилиб кўраман десангиз, бу осон иш эмаслигини пайқаб оласиз. Турли-туман қиёфаларда қўллар, оёқлар, кўзларни ёхуд бошни тутиб туриш – буларнинг барчаси интизомни мустаҳкамлайди. Бу ҳам ўз навбатида маълум фанга айланиб қолган. Аскарнинг турқи-туриши, мутафаккирнинг турқи-туриши, ашрофзоданинг турқи-туриши, зодагонлар, бойлар, амалдорлар, ошиқлар, табибларнинг турқи-туриши – ҳаммаси бирон-бир мақсадни кўзлаб қилинади. Яна бир тармоқ: бу овқатланиш ва ичимлик дунёси билан боғлиқ. Инсон кундалик овқатланишда маълум озиқ-овқатдан бўйин товлайди. Олдиндан ўшаларсиз ҳам куни ўтишини билиб, атайин шундай иш тутди. Бу руҳий ва жисмоний сабаб омилларидан ташқаридир. Баъзилар фақат сабзавот, кўкатлар билангина озиқланади, бу жараён ҳафталаб, ҳаттоки ойлаб давом этади.

РўЗА – бу ҳам баданни бўшатиб олиш учун муҳим бир восита демакдир. Агар инсон қандай, қачон ва нима учун рўза тутаетганлигини билса, шубҳа йўқки, кўзга кўринарли натижага албатта эришади. Жарроҳлар ўз мижозларини бир неча соат мобайнида оч-наҳор сақлаганларидек, руҳоний-устозлар ҳам ўз шогирдларига рўза тутишни тавсия этадилар. Бу ерда гўштсиз ёки нонсиз кун кечириш, ёхуд сут ва мевалар билангина озиқланиш ҳақида сўз бормоқда. Бунда устоз ўз шогирдининг лаёқати ва сабр-бардошлилиги даражасини ҳисобга олади. Ўзини ўзи тарбиялашнинг яна бир томони бу фикрлаш ва эсдан чиқариш қобилиятидир. Бу бир томондан кенг, чуқур ва узоқ фикрлаш қобилиятини чиниқтирса, иккинчи томондан салбий ҳолатларни, ҳия-ҳаяжон, қаҳру ғазаб, ҳасад, қайғуриш, ёмон кўриш каби туйғу-сезгиларни сўндириб, кейин эса уларни унутиш қобилиятини тарбиялайди. Шундай қилиб инсон ўз ақл-идрокининг ва фикрининг ҳокими бўлиб қолади. Ушбу уч поғонадан ўтгандан кейингина тўртинчи поғонани – энг баланд маррани забт этиш мумкин. Бу марра шунинг учун ҳам юксакки, инсон у орқали руҳий кечинмалар оламига киради. Бу амал тайаҳҳул-тафаккурни, ўйларни теварак-атрофдан батамом халос қилиш демакдир. Сўфийларнинг бир гапи бор: «Хилват дар анжуман». Бунинг маъноси шуки, ҳатто тўс-тўполон ичида ҳам одам ўз оромини сақлай олади. Мана, нима учун оломон ичида яшаб ҳам маънавий

жиҳатдан, руҳан юксалиш мумкин экан. Эндиликда биёбонда, узлатда юришга ўрин қолмайди.

Тўғри, бу осон иш эмас, аммо шу билан бир вақтда жўнгина ишдир. Агар киши бирон-бир қизиқарли иш билан банд бўлса, у ўз атрофидагиларни сезмайди. Шоир, ёзувчи, мутафаккир, бастакор бирон-бир асар ижод қилаётганда теварак-атрофни батамом унутади. Ҳатто ўзини ўзи унутиб қўяди. Бу сўфийликда «фано» деб аталади. Бу ўринда савол туғилиши табиий: мазкур амаллар ва ҳолатлар зарарли эмасми? Умуман олганда, дунёдаги барча нарсалар хавфли, зарарли. Агар биз еган-ичганимизда зиён борлигини ҳар қадамда ўйлаб юрсак, ҳаётимизнинг ҳар бир лаҳзаси хатарли бўлиб туюлаверади. Сувга кириш хатарли, бироқ сузишни билсангиз, бу анчагина хавф-хатарни қайтаради. Кўчада кеч қолиб кетиш жуда хатарли, аммо ўзингизни ҳимоя қилишни ва югуришни билсангиз, кўпгина мусибатлардан омон қоласиз.

СЎФИЙ ТАБИБ АМАЛИЁТИГА БИР НАЗАР

1. *Сўфий табобатида парҳезнинг ўрни.* Сўфийлар ҳар доим ўзини поклаш, нафсини тийиш борасида жуда эътиборли бўлганлар. Бундай ҳолат уларни ҳам жисмоний, ҳам психологик, қолаверса, руҳий баркамолликка етказишда асосий омиллардан бўлган. Ушбу поклаш-покланиш жараёни турли йўсинларда олиб борилади. Машҳур мутасаввуф файласуф олим Абубакр Ар-Розий X-XI асрлар ўзининг «Тибби ахлоқ» асарида бу ҳақда диққатга сазовор фикрларни айтиб ўтган эди. Унинг фикрича, таом емоқлик ўз меъёрида бўлиши керак; шундай даражада таом емоқлик керакки, фақатгина очликни бартараф этсин. Ёхуд кийиниш одоби ҳақида у шундай дейди: кийимларингиз ихчам, арзон матодан тикилган, тоза-ораста бўлсин. Бу ҳақда китобхон ушбу рисоладаги «Тибби ахлоқ» асарига бағишланган бобдан батафсил маълумот олишлари мумкин. Ар-Розий ҳам бошқа сўфийлар сингари Қуръони каримнинг «...енглар, ичинглар, аммо исроф қилманглар, меъёрни билинглар» (Моида сураси) деган ояти каримага амал қилишни айни муддао деб билган. Сўфийлар ҳам Аллоҳнинг ушбу сўзларини ўзларига шиор қилиб олганлар.

2. Шунингдек рўза ва рўзадорликнинг аҳамияти беқиёсдир. Муҳтарам китобхонларимизга шуни эслатмоқчи эдикки, китобда бу масалага ҳам кенг ўрин берганмиз.

Рўзадан ташқари сўфийлар ўзларини поклаш, соғлиқларини мустаҳкамлаш борасида Қуръони каримдаги маҳфий илмга асосланган ҳолда «хурум» тутишади. Хўш, «хурум» нима? Хурумга тааллуқли оятлар шулардир:

«Ҳақиқатдан ҳам, Аллоҳ еру осмонни яратганидан бери ойлар сонини 12 та қилиб қўйган. Улардан тўрттаси «ҳаром» (ҳурум)дир. Бу ҳақиқий (ўзгармас) диндир («Тавба» сураси, 35 (36) оят).

Ишонувчилар, Аллоҳ сизларни овда ёки қўлларингиз билан, ёки қуролингиз билан топаётган ўлжангизда синайди, қани, азиз Аллоҳни кўрмасдан туриб ундан қўрқасизми ёки йўқ...

...ишонувчилар, ҳурумда экансиз, ҳайвонларни ўлдирманглар... Сизларга денгизда балиқ овлаш рухсат қилинади ва улардан озик сифатида фойдаланинг, сизларга йўлда юривчиларга шу маъқул, сиз ҳурумда экансиз, қуруқликдаги ҳайвонлар сизларга манъ қилинади; ўзингиз... худоингиздан кўрқингиз...» («Моида» сураси, 95, 96, 97-оятлар).

ҚУРЪОНИ КАРИМ

ВА ТАБОБАТ

Сўфий авлиёларнинг

шифо дуолари

Дуо қилиш, Аллоҳ таолодан ўз истак-орзуларининг амалга ошишини сўраш бу қадимдан, яъни Ислом динидан олдин ҳам дунёнинг барча халқларида одат бўлган. Бу ҳақда бизга Қуръони каримнинг ўзи гувоҳлик беради. Жумладан, Одам Ато, Нух, Иброҳим, Мусо, Ёқуб, Юсуф, Исо каби пайғамбарларнинг Худога илтижо қилиб айтган дуолари Қуръони каримда аниқ иборалари билан келтирилган.

Ислом динида дуонинг аҳамияти ва хосияти ҳақида гап кетганида табиий равишда бу ҳақда Ислом динининг асосий манбаи - Қуръони каримда қандай кўрсатмалар бор, деган савол туғилади. Қуръони каримда Аллоҳ таоло мўъминларга қарата: «Мендан ҳожатларингни сўраб дуо қилингизлар, мен ижобат қиламан», деб марҳамат қилади («Ғофир» сураси, 60 оят). Бинобарин, дуо бу банд билан Худо ўртасидаги руҳий бир алоқадир. Дуо орқали инсон даргоҳи илоҳийдан ўзининг дунёвий ва ухровий ҳожат ва истакларининг раво этилишини илтижо билан сўрайди.

Дуо кўпгина касалликларнинг давоси ҳамдир. Инсон табиатан шундай яралганки, ўзининг қалбидаги дарду ҳасратини энг яқин дўстига тўкиб солиб, ўз қайғу-дардларини енгиллатишни истайди. Сўфий табибларнинг таъкидлашича, кўпгина руҳий, асабий хасталикларнинг тузалиши шу хасталикларни келтириб чиқарган аламларнинг сабабини бир яқин ёр-дўстга ошкор қилиш билан бўлар

экан. Бу нарсани бировга айтмай, яшириб юрилса, дард зиёда бўлар экан. Агар инсон ўз қайғусини парвардигорига айтса-чи, ундан ёрдам сўраса-чи? Албатта, бунда унинг қалби осойишталик билан тўлади, қайғу-аламлари кўтарилади.

Дуолар ичида энг афзали Қуръони каримда ва Ҳадиси шарифларда таълим берилган дуолардир. Улар «маъсура дуолар» деб аталади. Расулulloҳ (с.а.в.) ўзларининг Ҳадиси шарифларида дуо ҳақида шунчалик кўп маълумот берганларки, Ҳадисларни йиғиб китоб шаклига келтирган муҳаддис олимларнинг кўплари дуо қилишга тааллуқли ҳадисларни алоҳида йирик-йирик тўпламлар шаклида ёзиб қолдирганлар.

Дуо ижобат бўлишининг муҳим шартларидан бири бу дуо қилаётган пайтда хаёлни бошқа нарсаларга қаратмасликдир. Ҳадиси шарифда: «Тангри таоло ғафлатдаги ва беҳуда хаёллар билан банд бўлиб турган қалбдан чиқаётган дуони қабул қилмайди», деб айтилган. Дуо ижобати тагин инсоннинг поклигига, ҳаром ва макруҳлардан ўзини парҳезда тутмоғига ҳам боғлиқдир. Ҳатто инсон эғнидаги кийимлар ҳам ҳалол касбдан топиб кийилган бўлиши шартдир.

Қуръони каримда таълим берилган хосиятли дуолар шулардир:

1. Эрталаб, ётиш олдидан, туриб-ўтирганда «Оятал курси»ни ўқиб 6 томонга дам берилса, бу одамга ҳеч ким зарар етказа олмайди, у моддий ва маънавий қувват олади.

2. Бир-бирингиз билан саломлашганда «Вал-аср»ни ўқинг, қувватингиз бир-бирингизга ўтади. «Вал-аср» шунингдек юракни ҳам тузатади.

3. «Қурайш» сураси: 7 марта ўқилса, қўрқадиган одамидан устун бўлади. Еб-ичадиган нарсаларга ўқилса, зиёда бўлади.

4. «Кафирун» сураси: ширк қўшувчиларга ўқилади; ўқиб ётилса, ширкдан узоқ қилади; Аллоҳ таоло қуввати қўшилади.

5. «Ихлос» сураси: 200 марта ўқилса, тана ва руҳ енгиллашади; 200 марта ўқилса, 200 йиллик гуноҳи кечиради.

6. «Ихлос», «Фалақ», «Нос» суралари: ётиш олдидан ўқилиб, қўлларга дам солиниб, бош-юзлар сийпаланади (3 мартадан); оғир касал олдида 41 кун 41 марта ўқилсин.

7. «Фотиҳа» сураси: чаён, илон, қорақурт чаққанда ўқилади.

8. «Наср» сураси: 4 марта ўқиган жаннатга яқинлашади.

9. «Таббат» сураси: 1000 марта ўқилса, душман хизматга келади.

Тасбех зикрлари:

1. Аллоҳумма салли аъло Сайидин Муҳаммадин ва аъло али Муҳаммад ва борик васаллам – 100 марта (бой бўлади, гўр азобидан қутулади, истагани билан жаннатга тушади).

2. Астағфируллоҳ Робби мин кулли зунуби ва атуби инай – 100 марта (гуноҳ кечирилади, ризқи катта бўлади, сифиниши қабул бўлади).

3. Ла илоҳа иллаллоҳу Муҳаммадур Расулulloҳ – 100 марта (завол топмайди, Аллоҳ таоло хурсанд бўлади).

4. Субҳаналлоҳу валҳамдулиллоҳи ва ла илаҳа иллаллоҳ валаҳу акбар ва ла ҳавла ва ла қуввата иллаҳу биллаҳим алийул аъзим (савоб бўлади, жаннатга яқинлашади).

5. Аллоҳумма ажарни минан-нар ё мужийр (дўзах оловидан қутқаради).

6. Маашаллоҳу ла ҳавла ва ла қуввата илла биллаҳи алийул аъзим (турганда, суф ўрнида ўқилади).

90 хил касаллик учун шифо дуолар

Бош ва қулоқ оғригани учун бу дуони ўқиб, ўзингиз билан тутинг:

Ло ҳавла ва ло қуввата ил-ло биллаҳил ъалий-ул азийм яраҳийму ё Аҳаду ё Самаду ё алайму ё халийму ё алийу ё азийму ажрино ё ҳайё ё қойюму бираҳматика ё архамар роҳимийн.

Мўйин дуосини ўқиб, бу оят билан дам солинган:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм. Инно жаъално фи аъноқиҳим ағлолан фаҳия илал азкони фаҳум муқ-маҳувна ва жаъално мин байни айдийҳим сад-дан ва мин ҳолфиҳим сад-дан Фаагшайноҳум фаҳум ло юбсирувн.

Қош ва манглай оғриғи учун ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм. Қола астаъжабийна мин амриллоҳи раҳматуллоҳи ва барокотуху алайкум аҳлал байти иннаҳу ҳамидум мажийд.

Йўтал учун ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Афаҳасибтум ан-намо ҳалақнокум абасан ва аннакум илайно ло тур жаъуфна фатаъолал – лоҳул маликул ҳақ-қу ло илоҳа ил-лаҳува раб-бул аршил азийм.

Сархибод дуоци:

Мойга уриб, устига суртгай: Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм. Аъзиу бииз-затиллоҳи ва биқудратил-лоҳи мин шарри ва ажиду кум биизнил лоҳи таъоло ава из каталтум нафсан фардан раътум фиҳо валлоҳу муҳри-жун мо кунтум тактумун.

Бавосир учун ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм. Фаламмо жоъа монувдия анбуврика манфин нори ва ман ҳавлаҳо ва субҳоналлоҳи раб-бил ъолабийна мунақиъина фиҳоъалол ароъиқи ло яравна фиҳо шамсан вало замҳа-рийрон.

Санчиқ дуоци будир:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Вало тамши фил арзи марахан иннака лан таҳрикал арза ва лан таблуған жибола тулан иннал лазийна ямшуна ъа ла арзи ҳавлан ва изо хатиба хумул жоҳилуна қолу саломан.

Агар кимсани қутурган ит тишлаган бўлса, беш сармисақга ёзиб, етти йўл жанубга кўмсин:

Кечаси қўрқиб чиққан одам бу ояти каримани ўқигай:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Шад-дал лоҳу аннаҳу ло илоҳа илло ҳува вал малоъикату ва улул ъилми бираҳматика ё арҳамар роҳи-мийн.

Қулоқ тинган ёки кар бўлганда ушбу ояти каримани эзиб ичади ва қулоғига томизади:

Фаанхабжасат минху иснато ғашарата айнан қад алима қуллу уносин машраба ҳум куу ва ашрабу мин ризқил лоҳи вало таъсав фил арзи муқсидийна ва астами явма янодийил мунодий мин маконин қарийбин явма ясмаъунас – сабхатан бил ҳаққи золика явмал хуружи золикум бимо кунтум тафрахуна фил арзи биғайрил ҳаққи ва бимо кунтум тамрахун.

Агар кимсанинг юрагида заҳмати бўлса:

Кўкарчинни бўғизлаб, юрагини заъфаронга булғаб, этини балиқ ичига солгай. Оғзини хамир билан беркитиб пиширгай. Этини еб, шўрвасини уч қатра ичгай.

Дуоси бу эрур:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ё айёҳал арвоҳул автолакум солимуна мин ҳайбатил лоҳи ми мазаннатил лоҳи қаҳрикум қаҳрика ҳуммалайҳим ва муррун ва жамаъаҳум ва арвоҳу халхикум валжинну ва жаннату расинну мил-лаҳми дидоруҳи ҳува лаҳум ва зулжوليҳим аҳазаду баъид.

Юрак ўйнаганида ўқиладиган дуо

Ёмғир сувига уч марта уч кун эзиб ичилади.

Дуоси бу эрур:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Афа назрибу дийнал – лоҳи ябғуна валаҳу аслама манфис самовоти вал арзи тавъан ва кархан ва илайҳи туржаъувна қул оманно биллоҳи вамо унзилд алайно ва мо унзила ало Иброҳийма ва Исмоъийла ва Исҳоқа ва Яъқуба вал асбота вамо утия Мусо ва Ёса вамо утиян набийюна мин раббихим ло нуфарруку байна аҳадин минҳум ва наҳну лаҳу муслимуна ва ман ябтаги ғайрал исломи дийнан фалан юкбала минху ва ҳува фил, охирати минал хосирийн.

Сийдик тутилиб қолганда қуйидаги ояти каримани ёзиб, эзиб ичса, Аллоҳ таоло шифосини бергай:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Фафатаҳно абвобиссамон ва фажжариакал арзо ёюнан фалтакал моъу ва науназилу мина ал Қуръони мо ҳува шифоу ва раҳматул лил мўъминин вало язийдуз золимийна илло хасоран.

Шишни қайтариш учун ўқиб, дам солинадиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Фа изо балағатил хулқума ва антум хинаъизин танзуруна ва наҳни ақарабу илайҳи минкум ва локин ло тубсирун.

Томоқ шишганида ушбу ояти каримани ўқиб, дам солинади:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Қул манзал лазий яъсимукум миналлоҳи шайъан ингарода бикум зарран ав минал-лоҳи шаъаи ин арода бикум зарран аварода бикум нафъан балконал лоҳу бимотаъмалуна хабирро, бираҳматика ё арҳамар Роҳимийн.

Хиёриқ дуоסי (етти марта ўқилиб дам солинади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Аъувзу биъиз затил лоҳи ва қудратимин шарри мо ажидукум биизнил лоҳи таъоло ё залжололи вал икром.

Оғиздан ёмон ҳид келганда ушбу дуони ўқиб дам солса, Аллоҳ таоло шифосини беради:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ускун биал лази саканат лаҳу мофиссамовоти вамо фил арзи, авалам ярал инсону анно холиқноҳу мин нутфату фа изо ҳува хасимун мубийнун ва зараба лано масалан ва насиа халқаҳу кола ман юҳйил ъизома ва хия рамим Сал-лал-лоҳу ъало расулиҳи ва олиийҳи яжмаъийн.

Тилча дуоסי (етти марта ўқиб дам солинади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Лав лам абсам абсам ва нуназ зулу минал Қуръони мо ҳува шифоъун ва Раҳматул-лил мўъминина вало язидузи золимийна, илло ҳасран ё Самаду ё Сабуру ё Шакуку ё Ғуфрону ё Ғафуру ё Раҳмону ё Раҳиму. Эй тилча, қуригил, ортмоғил.

Ичи бузилганига ёки ичи кетганига бу дуони кўп ўқиб, дам ургай:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ва ман ятаваккалу алал-лоҳи ва қад ҳадойино субулаано ва ланас биринни ало мо озайтумуно юҳрижу мин байнис сулби ват тароиби иннаҳу ало ражиҳи ланодирун. Ва нуназ зилу минал Қуръони мо ҳува шифоъун ва Раҳматул-лил мўминийна вало язидуз золимийна илло ҳасоро.

Кўз оғриғига қарши дуо (дуони ўқиб дам солинади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Изҳаб ҳурриҳа ва бурудиха ва вусубиҳа кум биизнил-лоҳу таъоло ускун биқудратиллоҳи.

Ўнг кўз оғриганида ўқиладиган дуо:

Аъувзу биллаҳи минашшайтонир ражийм. Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Лакад қунга фиғафла тин минҳозо фа кашафно анака гитоъака фа басарука алявма хадидун фа аржиъил басара хал таро мин футур изҳабу бикамиси хазо фаал куҳу ъало важҳи абийяъти басиран ло илоҳа илла анта субҳонака инний кунту миназзолимийна фаастажабно лоҳу ва нажжайнаҳу минал ғамми ва казолика нунжийил мўминина ё шофи ё кофи ё маъони ҳозал марези би ҳаққил ъарши ва байтул мамури ва нуназ зилу минал Қуръони мо ҳува шифоъун ва раҳматулу-лил мўминина вало язидузи золимийна ило ҳасоро.

Чап кўз оғриганида ўқиладиган дуо:

Аъувзу биллаҳи минашшайтонир ражийм. Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Раббано лотузиф қилубанобаъда из ҳадайтана ва хаблано минладунка Раҳма иннака антал ваҳҳоб. Ё Ваҳҳобу етти марта айтилади.

Янги оқ тушган кўзга ушбу дуони ўқиб дам урса, иншоолоҳ, шифо топгай:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Лав аннано наз-зално аляҳу ва кал-ла-маҳумул мавто ва ҳашарно алайҳим кулла шайъин кулбулла мо кону ли юъмину илло ан башоъаллоҳу валокинна аксароҳум яжҳалуна ва нуназ-зилу минал Қуръони моҳува шифоъун раҳматул-лил мўминина вало яхидуз – золимийна илло ҳасоро.

Ўнг қулоқ оғриғи учун ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ваякулуна ҳува узунун қул узуну хайруллоқум юъмину лил мўъминина ё
азизу ё Жаббору ё мунақббину ё бориъу ё зоҳиру ё ботину ё мутаххиру ё
мубанъу ё маннону бираҳматика ё арҳамар Роҳимин.

Чап қулоқ оғриғи учун ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Каан лав ясмаъухо кааннаҳу фи узнаиҳи вакран фа баш-ширҳу би ъазобин
алимун ва анситулаъаллақум турхамуна вамнуназ-зилу минал Қуръон ило охириҳ.

Тиш оғриғи учун ўқиладиган дуо (ёзиб, тиш орасига қистирилади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Лиқулли набаъи мустакаррун ва савфа таъламуна жумҳирувна-жумҳирувна.

Ўнг қўл оғриганида ўқиладиган дуо (ушбу оят билан дам урилади):

Буядоҳу мубсутатони янфиқҳу кайфа яшоъ вали юзидувна касиран минҳум мо
унзила илайка мин раббика туғёнан ва куфран фала таъси ъалал қавмил
кофирийн.

Чап қўл оғриганида ўқиладиган дуо (ушбу оят билан дам урилади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ё яхйи ҳузил китоба биқувватин ва отайноҳул ҳукма сабийян ва ханнонан мин
ладунан вазақоватан ва кона такийян яҳружу мин байнис-сулби ва тароъби
иннаҳу ъало ражиҳи лақодирун явма тубулас-сароъ иру фамолаҳу мин қувватин
вало носиру бираҳматика ё арҳамар-Роҳимийн.

Киндик оғриганида ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Хунолиқа даъо закрийян Раббаҳу қола рабби хаблий мил-ладунка зурриятан
тайибатан инака самиъуд дуъоъа фаноадатҳул малоъикату ва ҳува каим юсалли
фил михроби бираҳма-тика ё арҳамар-Роҳимийн.

Ичи бўшашган одамга ўқиладиган дуо (бу дуони ёзиб, эзиб ичади ёки ўзи билан олиб юради):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Вамо қадарал лоҳу ҳаққи қад араҳу валарзи жамиъан кабзатаҳу явмал қиёмати вас самовати мутуёти бияминиҳи субҳонаҳу ва таъоло ғаммо юшрикувна бираҳматика ё арҳамар роҳимийн.

Бел оғриғи дуоси (ушбу дуони ёзиб белига боғлайди):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ва Рабби Жаброъилу ва Рабби Миқоъилу ва Рабби Ўзроъилу ва Рабби Муҳаммадин саллаллоҳу алай-ҳи ва саллам.

То-хо мо анзално алайкал Қуръони ли ташко илло тазкиратан лимай яхшо.

Ич оғриғига қарши эзиб ичиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ва инна лакум филанъоми лиибрати наскикум миммо фи бутуни уммахоникум мин байни Фарсин ва даммин лабанан ҳолисан соъифан лиш-шорибийна.

Безгак касалига қарши ўқиладиган дуо:

Пешонасига «Муҳаммадур Расулulloҳ» деб, сўл кўлига «Азроил» деб, ўнг кўлига «Жаброил» деб, кўкрагига «Ла яравна фихо шамсан вало замҳариран» ояти карималари ёзилади. Иншоолоҳ, шифони ўзи бергай.

Яна безгак касали учун:

Исҳоқ пайғамбар алайҳиссаломнинг тушларида буюрилган экан: «Ё Исҳоқ, қуйидаги дуони қоғозга ёзиб эзиб ичгин. Биринчисида шифо бўлмаса, уч марта қайтаргин, албатта шифо топасан!»

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Вал қибриёу ван-нуру Залжалали вал икром. Лоҳавла вало қуввата илло биллоҳил аълийюл ғазийм.

Қўтир касали дуоси:

Кимда қўтир касаллиги бўлса, қуйидаги дуони ёзиб, етти мартаба эзиб ичса, Аллоҳ таоло шифо ато қилгай.

Ичи қотганга қарши дуо

Ичи келмаганлар қуйидаги дуони қоғозга ёзиб эзиб ичса, Аллоҳ таоло шифосини беради:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Иннал китоба азинун ло яътиҳил ботилу байни ядайҳи ва мин ҳалфиҳи танзилун мин ҳакими ҳамид вало шимолияти Фасаяк рияҳумуллоҳу ва ҳувассамъул алиму ва кафо биал лоҳи шаҳридан Муҳаммадур Расулulloҳи аллазий Фатарас самовоти вал арзи ҳанфан вамо ана минал муш-рикийн.

Томоқ шишганига қарши ўқиладиган дуо (бу дуони ўқиб дас солинади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Аллоҳу раббано ва рабби абуъино Фаатарафу шифоа ва раҳматуллил мўъминина вало язидуз-золимийна илло ҳасоро.

Сариқ касалга қарши ўқиладиган дуо (сариқ заҳмати бўлса, қуйидаги дуони ўқиб дам ургаёй):

Инни асъалука Шифоъан ва ҳува қодирун ъало мо яшоъуллоҳу раббил ъоламин.

Қора сариқ дуоси (бу касалликка қарши қуйидаги дуо билан дам урилгай):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Аллоҳумма ашфани би шифоъика вадовини бидавоъика анта ҳия ло ямуту ва ҳува ало қулли шайъин қадир.

Эрга суюкли хотин бўлишлик учун аёл қуйидаги ҳарфларни – «Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм» деб ёзиб, ўнг қўлига боғлаб юрсин.

Ушбу муолажадан сўнг Аллоҳ субҳона ва таъоло эрнинг кўнглида ўз жуфти ҳалолига нисбатан муҳаббат ато этади, лекин зино оралаган бўлса, муолажа бекор бўлганидек, аёл улуғ гуноҳга қолади.

Тиш оғриғига қарши ўқиладиган дуо (дуони беморнинг ўзи ўқисин):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Валаҳу мо сакана фил лайли ван – наҳори ва ҳувас самиъул ʼалим,
бираҳматика ё арҳамар Роҳимийн.

Ўтга пишганга қарши:

Ўтга пишган одам қурбақа қобиғини куйдириб, кулини куйган жойига сепсин.

Бурундан қон кетишига қарши (бу ҳолда қуйидаги дуони бурун қони билан ёзиб тикилади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ло илоҳа илло ҳува қуллу шайъин холақа илло важҳу лаҳул ҳукму ва илайҳи туржаъувн.

Қурсоқ куйганига қарши (кишининг қорни-ичи қизиб-куйганида қуйидаги дуони ўқиб дам урилади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Бисмиллоҳи ё Аллоҳу ва минал-лоҳи ва илал-лоҳи ло ғолибу ил-лал-лаҳи ва ло илоҳа иллал-лоҳу ва ло ҳавла ва ло қуввата илло билло – ҳил ʼалийил ʼазийм.

Бу дуони ёзиб, эзиб ичилса ҳам мужарраб ва саҳиҳдир.

Тил, тиш касалликларига қарши ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ло илоҳа иллал-лоҳу ердин кўкка.

Ло илоҳа иллал-лоҳу кўкдин ерга

Ло илоҳа иллал-лоҳу ʔаршдин кўкка ʔурувин даво.

Хотин бола кўрмаган бўлса қуйидаги дуони ёзиб, қўлига боғлаб юрса, иншоолоҳ, Аллоҳ таоло фарзанд ато этгай:

Бел оғриғига қарши ўқиладиган дуо (ўқиб дам урилади):

Аллозина язкурунал – лоҳа қиё-ма ва қуъудан ва ʔало жунубиҳам ва ятафаккаруна фи халқис-самовоти ва арзи Раббано мо ҳалақата.

Хазо ботилан субҳонака Фақино ʔазобан – нор.

Ўнг ёнбоши касаллангани учун ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Иннал-лоҳа ва малоикатуҳу юсаллуна аълан-набийи ё ʔайёҳал-лазийна омону саллу ʔалайҳи ва саллиму таслиман ва сал-лал-лоҳу ʔало хайри халқиҳи Муҳаммадин ва олийҳи ажмаъин бираҳматика ё арҳамар Роҳимийн.

Робби ағфир ва арҳам ва анта ҳайрир-Роҳимийн.

Сўл ёни касаллангани учун ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Афаҳасибтум аннамо ҳалақноқум ʔабасан ва иннақум ҳалақноқум илайно ло туржаъуна фатаъоло (Аллоҳу) аллоҳул маликул ҳақу ло илоҳа илла ҳува Раббул ʔаршил ʔазийм. Ускун айюҳал важъу биизнит-тайибинат-тохирино би ҳаққи Муҳаммадин ʔалайҳис салом бираҳматика ё арҳамар роҳимийн. Рабби ағфир ва арҳам ва анта хайрир-Роҳимийн.

Ўнг оёқ оғриғига қарши ўқиладиган дуо (қуйидаги дуо билан дам урилади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Тақодус самовату ятафаттарна мин-ҳу ва таншаккул арзу ва таҳиррул жиболу ҳаддаим.

Сўл оёқ оғриғига қарши ўқиладиган дуо (бунда ҳам дуо ўқиш билан бирга дам урилади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Алам тара илал лазийна кафару аннас самовоти вал арзи конано ратга фатаҳно вало ҳавла вало қуввати илло биллоҳил ғалийил ғазийм.

Йилон қароғи учун даво (етти ёки тўққиз марта ўқиб дам урилади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Қола ҳия ғасоби атаваккавиу алайҳо ва ахушшу биҳо ғало ғанами ва илайяфиҳо морибу ухро кола алқиҳо ё муса фаалқоҳо фа изо ҳия хайтун тасъо кола хузхо вало тахаф сануъидуҳо сиратахал уло даъби.

Ўнг тиз учун ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Юрасалар – риёҳу сихобан фаябисту фис-самоъи кайфа яшоъи ва яжаъалаҳу фатарав-вад икка юхрижу мин ҳилолиҳи фа изо асобабиҳи майяшоъи мин ғибодиҳи изоҳум ястабшируна бираҳматико ё арҳамар-роҳимийн.

Сўл тиз учун ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Кола рабби ашрахли садрий ва басарлий амрий ва аҳлул ғукдатан мин лисони яфқаҳу кавли ва ажғал лий суммун буимун ғумуюн фаҳум ло яржиъуна физзулумоти май яшоъил-лоҳи юз лилоҳу ва май яшоъи яжғалҳу ғало сиротим мустақим ва сал-лал-лоҳу ғало хайри халқиҳи Муҳаммадин ва олийҳи ажмаъийн.

Орқа оғриғига қарши ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Инналлоҳа ва малоъикатаҳу юсаллуна ѓалан набийи Ёъайюҳал-лазина омону саллу алайҳи ва саллиму таслиман вудо тулку биайдикум илат таҳлукати ваахсийу иналлоҳу юҳиб-бул Муҳсинина бал ядоху мабсута тони юнфику кайфа яшоъу вала язиданна касиран минҳум мо унзила илайка мин раббика туғёнан ва куфран фало таъси ѓалал кавмил кофирийна танажжо фи жунубихим ѓанил мазожиъия адъ-увна раббихим ҳавфан ва туъман ва миммо разак-ноҳум юнфиикун ва илоҳум илоҳун ваҳидун ло илоҳа илло ҳувар Раҳмонир Раҳийм. Расулин миъиндаллоҳи мусаддикум лимо маъҳум набаз фа-рику минал лазина утул китоби китобул лоҳи вароъа Зухуриҳум кааннаҳум ло яъламун бираҳматика ё арҳамар Роҳимийн.

Қарши тил учун ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Қул ё ѓибоди ал-лазина исрафи ѓало анфусиқум ло тақниту мин раҳматуллоҳи инналлоҳа яғфируз-зунуба жамиъан иннаҳу ҳувал ғафирур раҳийм.

Учуқ тошса, шу оят ёзилиб эзиб ичилади:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Қул мин яклаъукум бил лайли ван наҳор бал ҳум ѓанзикри раббихим маъру-зунасалли ѓало Муҳаммадин ва олиҳи ваҳо биҳи ажмаъин.

Кунда бир тутган безгакка қарши ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ло я-равна фихо шамсан вало замҳар ран ва зилолат кутуфуҳо тазлан.

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ё Нозукуни бардан ва салом ан ѓало Иброҳима ва ароду биҳи кайдан фа жаъалиоҳум ал ахсарина.

Босинқираб ёки сесканиб уйғонган учун (бу оятни ўзи билан тутсин):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ё машарал жинни вал инси инси татаътум ан танфузу мин актарис самовоти вал арзи фаанфузи латанфузуна ил-лаби Султан афа хасибтум иннамо халақнокум

ъбасан ва иннакум илайно ла туржаъувна. Валоҳовла вало қуввата илло бил-лоҳил
ъалийил ъазийм.

Етмиш турли пари дуоци:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Қул ҳувал-лоҳу аҳад аллоҳус-сомод ла ялид ва лам ювлад валам якуллаҳув
куфуван аҳадун.

Жаброил алайҳиссалом келтирган оят, тил-тиш (Ҳасан ва Ҳусан розияллоҳу
ъан-ҳумо учун ҳазрати Жаброил келтирган):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Шаҳидаллоҳу аннаҳу ла илаҳа илло ҳува вал малоикату ва улул ъилми.

Ён бош учун:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Макона Муҳаммадун або аҳадин мин рижоликум ва локин расулун-лоҳу ва
хотаман-набийина ва коналлоҳу биқулли шайъин ъалома бираҳ-матика ё арҳамар-
роҳимийн.

Эрлик тугаб қолса, қуйидаги шаклни ёзиб эзиб ичилади:

Кун ора тутган безгакка қарши (дуони ўқиб дам урилади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Фа изо рақибу фил фулқи даав-уллоҳа муҳлисина лаҳуд дина фаламмо
нажжойиҳум илал барри изоҳум юшриқувна ва лоҳавла ва лоқуввата илла
биллаҳил ъалийил ъазийм.

Касал ухламаса, ушбу оятни ёзиб ёстиғи остига қўйсин:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ва жаъална минбайни айдийҳими саддан ва мин ҳалфиҳим саддан фа ағшайноҳум фаҳум ло юбсирувн.

Болдир касалига қарши ўқиладиган дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Қоли рабби шираҳ ли Садри ва Ясирли умури ва аҳлул ъукдатан мин лисани яфқаҳу қавли суммун буқмун ъумюн фаҳум ло яржиъувна физсиротим мустақийм бираҳматика ё арҳамар роҳимийн.

Буқоқ касалига қарши дуо (ушбу оятни етти марта ўқиб дам урилади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Фалавло изо балағатил хулқума ва антум хинаъизин танзуруна субҳона раббика раббил ъиззати ъаммо ясифувн ва саламун ъалал мурсалийна ва алҳамду лиллаҳи раббил ъоламийн.

Кўкрак оғриғига қарши дуо (ушбу оят ўқилиб дам урилади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Фатаҳжиду биҳи нафлатан лақа ъасия ин ябъасака раббика мақоман Маҳмудин ва қул рабби адҳални муддаҳилу сидқи ва охражни муҳ-рижу сидқи ва ажъални мин ладука султонан насиран ва қул жоъал ҳаққи ва зиҳаққал ботили иннал ботилу кона зухуқан ва нуназ-зилу минал қурон охириҳ.

Қарна дуоси:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Қул лан юсибно илло мо катабаллоҳу лано ҳува мавлайно ва ъалол-лоҳу фалв ятаваккалил мўъми-нуна.

Бираҳматика ё арҳамар роҳимин.

Убур дуоси:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ўаз-замту ʔалайкум ё маъшарал жинни вал инси инстатаътум ан танфузу мин акторис-самовоти вал арзи фа анфузу ли танфузуна илла би Султон. Бираҳматика ё арҳамар роҳимийн.

Икки ҳалол инсоннинг севишмоғи (бир-бирларига муҳаббатли йигит-қизлар ушбу оятни ёзиб, ўзлари билан олиб юришсин):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ваминанноси ман яттаҳизу мин дунил лоҳи андодан юхиббу наҳум каҳуббил лаҳ валлазийна оману ашаддуҳубан лил-лоҳ бираҳматика ё арҳамар роҳимийн.

Тўлама дуоси (етти марта ўқиб дам урилади):

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Қуллан янфаъакумил фирори ин форартум минал мавти авил қатли ва изо ло таснаъуна илла калелан қул манзаллазийна биъасмакум минал лоҳ.

Фи баёни тиш оғриғига:

Тиш оғриганда ош тузини иссиқ сувда эритиб, баробар миқдорда куфрози билан қориштириб, оғриқ тиш устига қўйилса, иншоолоҳ, шифо топгай.

Эрига фақиро, болаларига муҳаббатли бўлмоқ учун ушбу ояти каримани ёнда олиб юриш керак:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Вал қайту ʔалайка муҳаббатан минний вали туснийъа ʔало ъини из тамши ухтуқа фатакулу хал аддул лакум аъло ман якфулуҳу фа раж-аънока ило уммика кай такар-ра ʔайнуҳа вало таҳзан ва каталта нафсон фанаж-жайнака минал ғамми ва фатаннака футуна.

Ўнг юз хасталигига қарши дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Табяз вужуҳи ва тасвад вужуҳафама аллазаийна абязти вужуҳихим-фафи раҳматулу-лаҳи ҳум фи-ҳа холидуна ё раббил ʔоламийн.

Сўл юз хасталигига қарши дуо:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Ва қола арқибу фиха бисмиллоҳи мажриқа ва мурсаҳа ин раббил ғафурур Раҳийм.

Ноҳақ душманлик қилмоқчи бўлганларнинг тилини боғламоқ учун қуйидаги дуони ёзиб, ёнда олиб юриш керак бўлади:

Бисмиллоҳир Раҳмонир Раҳийм.

Вала ҳавла вала қуввата илла биллаҳу ʼалийил ʼазийм ё қайюму ё доъиму ё фариду ё фарийду ё витру ё витру ё витру ё аҳаду ё аҳаду ё аҳаду ё Самаду ё аллаҳу лам ялид ва лам ювлад ва лам якуллаҳув куфуван аҳад ё залжалали вал икром.

Биз юқорида айтиб ўтганимиздек, мазкур дуоларнинг барчаси Аллоҳ таолонинг муқаддас китоби - Қуръони каримдан олинган ояти карималар ва сўфий авлиёларнинг дуоларидир. Муолажа дуоларининг ҳаммаси ҳам меҳрибон Аллоҳнинг табаррук номи билан бошланиши нажотни аввало Аллоҳдан сўрашлик демақдир. У буюк зотдан нажот сўрашда ояти карималарнинг восита қилиб олиниши, шубҳасиз, нажотга эришишнинг самарали йўлидир. Фақат пок ниятли мўъмин табиб юсак эътиқод билан муолажа олиб борса, даволанувчи ҳам астойдил эътиқодда бўлса, иншооллоҳ, шифо топгусидир.

Аммо мазкур дуолар бировни бировдан совутиш ёки иситиш каби бидъат ниятларда қўлланса, авваламбор дуо кор қилмайди, қолаверса Аллоҳнинг қаҳри келади.

СЎФИЙ ТАБОБАТИ ҲОЗИРГИ КУНДА

Одамзот бино бўлибдики, унинг соғлиғи масаласи ҳамиша биринчи ўринга қўйиб келинади. Бу давргача дунёда ўнлаб табобат турлари амал қилади. Булардан асосийлари хитой, тибет, хинд (аюверда), ҳозирги замон, гомеопатик, халқ табобатларини эслаш жоиздир. Ҳар хил табобат турлари пайдо бўлишининг сабаби нимада, ахир инсон организми ҳамма жойда ҳам бир хил-ку, деган савол туғилиши табиий.

Ҳар хил табобат турлари мавжудлигининг асосий сабабларини илмларнинг, масалага ёндашишнинг ҳар хиллигидан, муҳит, шарт-шароит, урф-одат ва миллатдаги ўзига хосликдан қидириш лозим.

Хўш, шундай хилма-хил табобат тизимлари мавжуд экан, нима учун техника, технология, илм-фан юксак даражада ривожланган даврда инсон организмини соғломлаштириш борасида жиддий олға силжиш содир бўлмапти? «Чуқур тиббиёт илми»ни яратган профессор С. Залманов таъбири билан айтганда, тиббиёт боши берк кўчага кириб ёки фақат физиопатологияга асосланиб тўхтаб қолган.

Тўғри, ҳозирги замон тиббиёти клиник даволаш, тез ёрдам, стоматология, акушерлик, жарроҳлик соҳаларида янги техникага асосланган ҳолда янги-янги натижаларга эришмоқда. Аммо буларнинг барчаси касаллик натижасини даволаш билан боғлиқдир. Хасталик этимологияси, унинг пайдо бўлиши сабаблари, профилактикаси фақатгина жисмоний хуружга асосланган, холос.

Дарахт томирсиз бўлмагани каби, касаллик ҳам ички жараёнида сабабсиз бўлмайди, яъни унга жисмоний, физиологик ва қувватий (энергетик), қолаверса, руҳий (эфир бўшлиғи) нуқтаи назаридан қаралса, тўғри бўлади.

Сўнги пайтларда Фарб давлатларида ривожланаётган ҳозирги замон тиббиётига ҳамма таҳсин бермоқда. Ваҳоланки, бунда ишлатилаётган кучли гормон системаларига асосланган дори-дармонлар ички иммунитетни батамом йўқ қилиб, унинг курашиш қобилятини йўққа чиқаришини ҳеч ким ақлига келтирмапти. Бундан ташқари, катта даромад кетидан қувган ҳар хил фирмалар боргани сари кучли дори-дармонларни ишлаб чиқаришга ружу қўймоқдалар, яъни вақтинчалик натижа кетидан қувмоқдалар. Бу эса инсон организми экологиясини бузиб, оддий табиий муолажа унга таъсир кўрсатмай қўйяпти.

Тажрибада шулар маълум бўлдики, «Гербалайф», «Интер вижин» фирмалари чиқарган кучли гормонли дори-дармонлар инсон танасида чуқур ҳужайра даражасида хуруж пайдо қилиб, тузатиб бўлмайдиган касалликларни вужудга келтирмоқда. Бундан ташқари, Фарбда ишлаб чиқарилган препаратлар бизнинг шароитимизда яшовчи мижози бошқа беморларга ўйланмасдан, мажбуран қўлланилмоқда.

Албатта, ҳозирги кунда кенг тарқалган бу салбий жараёнларни бирдан тўхтатиб бўлмайди, чунки катта йўналишдаги тайёр система, минг афсуски, ҳали мавжуд эмас. Аммо бу жараёнларга ижобий таъсир кўрсатиш, қарши рўқач келтириш мумкин. Энг муҳими, бу соҳада ҳеч қандай янги методика ишлаб чиқишнинг ҳожати йўқ, фақат кишилиқ тарихига назар ташлашнинг ўзи кифоядир.

Афсоналарда айтилишича («Ислом илмҳоли», Туркия, 1988 йил), Одам алайҳиссаломнинг учинчи ўғли – Шиш алайҳиссаломга Аллоҳ томонидан 50 варақдан иборат ваҳий туширилган, шундай 17 варағида инсон организмини соғломлаштириш ва профилактика қилиш, яъни илоҳий табобат ҳақида тўлиқ маълумот берилган. Аллоҳ таоло инсонни яратиш билан бирга, унинг етук, баркамол, соғлом бўлишини инобатга олган ва ўз раҳматини ёғдирган. Шунинг

учун ҳам Қуръони каримда 6666 оят мавжуд бўлиб, шулардан 100 таси шифо оятлари деб аталган.

Бу ўринда дунё илми учга бўлинишини алоҳида таъкидлаб ўтиш жоиздир. Биринчиси бу жамиятда пайдо бўлган илмдир; у ўзгаради, инсон тафаккури асосида мукаммаллашиб боради. Иккинчи илм – хун (қон) илми, яъни ота-боболардан мерос қолган илмдир. Бу илм отадан болага ва ҳоказо тарзда ўтиб келади. Учинчиси эса илоҳий илм бўлиб, бу ваҳий ёки илҳом орқали берилади.

Агар шу уч илмни табобатга мослаштирсак, жамият илми ҳозирги замон тиббиёти, хун илми халқ табobati, илоҳий илм эса сўфий табobati эканлиги келиб чиқади. Албатта, сўфий сўзи, унинг ғоялари бизга жуда яқин, чунки Марказий Осиё, қолаверса, Ўзбекистон замини сўфий-авлиёлар ватани ҳисобланади. Бунинг исботи тариқасида бир неча улўф сиймолар номини тилга олиш кифоядир: Хўжа Аҳмад Яссавий, Баҳоуддин Нақшбандий, Нажмиддин Кубро. Шу сабабли биз бу ерда сўфийлик ҳақида кўп гапириб ўтирмаймиз.

Хўш, илоҳий, тўғрироғи, авлиёлар тиббиёти мавжуд экан, нима учун бу ҳақда маълумот деярли йўқ? Унинг мазмун-моҳияти, мақсади нима?

Сўфий табobati сўфий сулукларида ҳамиша махфий равишда ривожлантириб келинган ва шу кунгача махфийдир. Бу ўринда фақат Муҳаммад Розий, Ҳусайний, Абу Мансур Бухорий, Абу Райҳон Беруний, Ибн Сино, Нажмиддин Кубро, Фурқат номларини эслаш кифоядир. Бу алломалар Гундишапур, ёхуд табобатнинг сўфийлик мактабини вужудга келтирганлар. Хўш, Хўжа Аҳмад Яссавий ва унинг шогирди Муҳаммад Ибн Восеъ ўз тиббиётига, махфий физиотехник, физиологик-психологик системаларига эга бўлмасдан туриб ер тагида қандай қилиб 30-60 йиллаб яшашлари мумкин эди («Авлиёлар энциклопедияси», Туркия, 1994 йил).

Модомики, шундай табобат мавжуд экан, у қандай русум-тамойилларга асосланган? Сўфий табobati ғайритабиийликдан узоқлашган ҳолда, Аллоҳ таоло бериб қўйган ички иммунитет системасини ушлаб туриш ва ривожлантиришни ўз олдига мақсад қилиб қўйган. Бу ўринда органларнинг ишлаш қобилиятига таъсир қилувчи ички қувватни мустаҳкамлаш ҳақида гап бораётир. Шуни унутмаслик керакки, ташқарига чиққан касалликнинг албатта ички сабабчиси мавжуд бўлади. Сабабчини келтириб чиқарадиган қувват ва бу қувватни уйғотадиган омил бор. Масалан, ҳозирги замон тиббиёти ва халқ табobatiда тери касаллиги деб қараладиган гуш (экзема) касаллигининг сабабчиси ошқозон ости безининг яхши ишламаслиги ва ичакларда биофлоранинг бузилиб, инфекцион жараёнларнинг ривожланишидир. Бу касалликни жисмоний таъсир кўрсатиш йўли билан даволаб бўлмайди. Организмдаги жисмоний, физиологик, ички қувватий, руҳий масалалар фақат сўфий табobatiдагина мукамал ўрганиб чиқилган. Ҳар қандай хасталик сабаби аниқланган ва уларни даволаш усуллари ишлаб чиқилган. Шундай экан, сўфий табobati амалиётда қандай қўлланилади, деган савол туғилади.

Юқорида зикр этилган масалаларни бу соҳада етарли тажрибага эга бўлган «Яссавий-Туркистон» Халқ маркази (Халқ таботати, Шарқ маданий ва маънавий меросини ўрганиш маркази) фаолияти мисолида кўриш мумкин.

Бу Марказ 1992 йилда давлат рўйхатидан ўтган бўлиб, ҳозирги кунда Жиззах, Тошкент, Москва, Обнинск, Чирчиқ ва Бухоро шаҳарларидаги ўз филиалларида ўзбекистонлик ва хоржидан келган фуқароларга тиббий ёрдам кўрсатмоқда. Марказда сўфий таботати асослари Франциянинг Паскаль университети, профессор С. Залмановнинг «Чуқур тиббиёт назарияси», Калифорния штати (АҚШ)да жойлашган «Сўфийлар ассоциацияси» ва бошқа бир қанча илмий-тадқиқот муассасалари ёрдамида ўрганилиб, ҳаётга татбиқ этилди.

Шу кунларда ушбу Марказда сўфий тиб системаси 5 усулга асосланган ҳолда қўлланилмоқда:

1. Денгиз сатҳидан 3.700-5.300 метр баландликдаги тоғ ҳудудидан олинган маъданга бой, экологик тоза, ультрабинафша нурларга тўйинган ўт-ғиёҳлар мажмуаси билан даволаш. Марказда ушбу таботатга асосланиб 180 хил ўт-ғиёҳлардан тайёрланган препаратлар ишлатилади.

2. Сўфий ички қувватий массаж системаси.

3. Мия алоқасини органлар билан яхшилашга мўлжалланган муолажа.

4. Сўфий гимнастикаси ва нафас олиш системаси.

5. Дуо (мантра) йўли билан даволаш мажмуаси.

(Ушбу даволаш усуллари ҳақида Марказнинг филиалларида батафсил маълумот мумкин.)

Шуни айтиб ўтиш лозимки, даволаш натижалари қувонарлидир. Айниқса, сурункали касалликлар, саратон касалликларини даволашда сўфий таботати жуда қўл келмоқда.

Албатта, юқоридаги фикр-мулоҳазаларни билдириш билан ҳозирги замон тиббиёти ёки халқ таботатини умуман инкор этиб бўлмайди, чунки ҳар нарсанинг ўз жойи бўлганидек, ҳар бир кўрсатилган тиббиёт усулининг ўз ўрни, мақсади, ижобий жиҳатлари мавжуд.

Шуни айтиб ўтиш керакки, ўтган давр мобайнида «Яссавий-Туркистон» Халқ маркази бир қанча тиббий муассасалар билан ҳамкорликда илмий тадқиқот ишларини олиб бормоқда. Бунга мисол қилиб Обнинск шаҳридаги «Институт медицинской радиологии», «Ортопедический институт», 2-чи ТошМИ «Одам анатомик патологияси институти» билан ҳамкорликни кўрсатиш мумкин.

Шу кунларда Марказ олимлари ҳаётга янги бир дебоча бўлмиш «Сўфий тиббиёти» ёки «Сўфийликда таботат» деб номланган китобни чоп этиш учун тайёрламоқдалар. Албатта, бу халқимиз учун, қолаверса, дунё миқёсида катта бир янгилик бўлиб, инсоният соғлиғини мустаҳкамлашда муҳим роль ўйнайди.

Илм-фан ва тараққиётнинг ривожланишига жиддий таъсир кўрсатувчи омиллардан бири бу уни тушунмасдан рад этмасликдир. Аммо унинг моҳият-мазмунига етиб бориш, ижобий жиҳатларини ўрганиш бу улуғ йўлдир.

Ҳозирги замон тиббиёти қанчалик кучли ва якка ҳоким бўлмасин, барибир халқ ўз соғлиғини мустаҳкамлаш учун халқ табобатига, бизга ота-боболаримиздан мерос бўлиб қолган усулларга мурожаат қилишга мажбурдир, зотан тарихий тиббиёт катта кучга эга.

Ўзбекистон мустақилликка эришиши шарофати билан кўпгина соҳаларда янги-янги ўзгаришлар, баъзи бир масалаларга ўзгача ёндашиш содир бўлмоқда. Бу, албатта, халқ табобатига ҳам тегишлидир.

ЗЎРМЕРГАНЛАР АВЛОДИ ВА СЎФИЙ ТАБОБАТИ

Ҳар бир авлод, оилага Аллоҳ бир касб ёки юмушни юқорироқ қилиб бериб қўяди. Даволаш, инсон дардига малҳам бўлиш эса берилган касблардан улуғи ҳисобланади. Шунинг учундир, Қуръони каримда Яратган таолодан ушбу касб эгаларига алоҳида «Луқмон» сураси нозил этилган.

Умуман олганда, тарихда даволашни ҳар ким билган, ўз-ўзига табиб бўла олган, балки шунинг учундир, фақатгина сўфий табобатини билган инсонлар эътиборга кўпроқ лойиқ бўлганлар.

Шу қаторда тариқат йўлини танлаган ва унинг сонсиз йўналишларини тажрибада амалга оширган бахмаллик мулла Қўчқор табиб ҳақида батафсилроқ тўхталиб ўтмоқчимиз. У кишини кўрган ва кароматларига гувоҳ бўлган, юз ёшдан ўтиб вафот этган Эшниёз бобо шундай ҳикоя қилар эди:

«Ёш эдим, қишлоқда шов-шув гап чиқди, «Анварни қорақурт чақиб олибди, ўлим тўшагида ётибди», деган. Биз ёш боламиз, у ерга югуриб бордик. Қарасак, Анвар қоп-қора бўлиб шишиб кетган, зўрға нафас оляпти. Ҳоли маълум бўлганидан кейин йиғи-сиғи бошланди. Бир пайт ҳеч кутилмаганда Панжакентга кетган мулла Қўчқор келиб қолди ва секин отдан тушиб, Анварнинг аҳволини кўрганидан кейин, бемор олдига чўк тушиб тасбеҳини олди ва: «Ҳа, кучли қурт чақибди, ваҳоли оғир. Вақтни ўтказибсизлар», деди. Сўнг қандайдир сўзларни зикр билан баланд овозда ўқий бошлади. Ҳар замон-ҳар замон ўзига: «Узоқда экансан, тезроқ юр», деб қўярди. Бир-икки соатдан кейин бемор ўзига кела бошлади. Кун анча қоронғи бўлиб қолган эди. Мулла Қўчқор ҳар вақт токчага қараб қўярди. Бир пайт қай кўз билан кўрмайлик, токча устига катта бир қорақурт чиқиб келди. Биз қўрқиб ўрнимиздан туриб кетдик. Шунда мулла Қўчқор: «Қўрқманглар, у ўз хатосини тузатишга келди», деди-да, бир бигизни олиб унга санчди ва катта совунга маҳкамлаб қўйди. «Энди у ўқиб тузатади», деди-да, уни бемор олдига қўйиб ўрnidан турди. «Берадиганларингни беринглар. Мен

кетаман», деб йўлга отланди. Кўзимиз ишонмайди – эртасига Анвар соппа-соғ ишлаб юрарди.

Мулла Қўчқорда шундай бир каромат бор эдики, бир ўтиришда одамлар ўз хасталиги ёки, масалан, келини туғмаётгани ҳақида гап қотса, у жимгина майизни иккига бўлиб, ичига дуо ўқиб, тупугидан озгина суриб берарди. Шу билан уларнинг муаммоси ҳосил бўларди.

Отам мулла Қўчқорнинг ўт-ғиёҳлар, дарахтлар ва ҳайвонлар, айниқса, илонлар билан гаплаша олиши ҳақида даврада кўп гапирарди.

Бир куни мулла Қўчқор Бахмалсой қишлоғи (Амир Темур дарвозаси)дан ўтиб бораётганида халқ заҳарли чипор илонлардан безор бўлганини, кўп одамлар нобуд бўлаётганини унга айтганида, мулла Қўчқор дуо билан уларни чақмайдиган қилиб қўйган экан. Шу-шу илонлар бу қишлоқда ҳозиргача одамларга зиён қилмайди.

У кишида шундай бир хислат бор эдики, кўзини ҳеч кимга кўрсатмасди. Бир куни у кишига яқин бордим-да, ёлғондан чақириб ўзимга қаратдим. Шу даражада тушунарсиз ҳолатга тушдимки, икки кун иситмам чиқиб ётиб қолдим.

Агар бир узоқ жойдан бемор келаётган бўлса, мулла Қўчқор дарров билар эди. «Самарқанддан бир беморни олиб келишяпти. Табибга бир қўй беришмоқчи. Лекин у бемор тузалмайдиган, мени йўқ деб қайтариб юборинглар, ҳеч нарсасини олманглар», дер эди. Не кўз билан кўрмайлик, шу воқеа чиндан ҳам рўй берарди. Бир неча кундан сўнг ўша бемор қайтиш қилгани ҳақида эшитардик.

«Мен охириги сўфиман, энди бу йўлда астойдил юрувчи чиқмайди, лекин авлодларимдан забардаст йигитлар ва кучли табиблар чиқади», дер эди.

Бир йиғинда мулла Қўчқор: «Эртага жума, мен энди кетаман, жума намозидан кейин олдимга чиқиб боринглар, кетадиган пайтим келди», деб қолди. Ҳамма ҳайрон бўлиб: «Нима деяпсиз, соппа-соғ бўлсангиз?», деганича қолди. Мулла Қўчқор жимгина отга миниб, ўз ҳилватига жўнади. У киши юзга яқинлашиб қолганига қарамай, жуда забардаст эди.

Мулла Қўчқорнинг ҳар бир сўзи қишлоқдагилар учун ҳайратли эди. Эртасига кўнглимиз бўлмай Булоқбошига бордик. Мулла Қўчқор тўшакда ётган экан. «Қаранглар, эски ёнғоқни кесиб, қишлоққа кели ва урғич ясаб қўйдим, бир кунларингга ярайди. Ўрнига янги ёнғоқ экдим, роса мева берса керак. Эски ёнғоқ касал экан. Танамга касаллик ўтиб, мазам қочиб қолди. Мени кўмган жойларингни унутинглар, қабримга сиғиниб юрманглар», деб у киши дунёда кўз юмди.

Мулла Қўчқор айтганидек, забардаст йигитлар ва кучли табиблар чиқди. Дўстим Нурбой унинг яхши кўрган ўғилларидан эди. У кучли синиқчи бўлиб етишди. Кўпқари бўлган жойда у ҳамиша ҳозир эди. Отдан йиқилган, урилган одамни кўздан кечирмасдан қўймасди. Шундай одамларни биламанки, қўл-оёғи синиб юролмай қолганларни тuzатиб, юргизиб юборарди. Бир бошқача қувватга

эга эди. Одатда синиқ тузалгандан кейин ҳаво айниса, симиллаб оғрийди. Нурбой терган суяк оғримасди. Ўта чавандоз, довюрақ, қайтмас одам эди отангиз».

Кейинчалик уларнинг ишини Неъмат ака давом эттирди. У киши сариқ касални даволаш билан шуғулланиб, ўз авлодларига тажрибасини қолдириб кетди.

Ҳар қандай касб қон сурганидек, табиблик ҳам қондан қонга ўтиб келади. Бир пайтлар Зўрмерган (Холиқул) бошлаган илм энди унинг алодидан авлодига ўтиб, кучли бир тизим сифатида «Яссавий-Туркистон» Халқ маркази, «Якдиллик» Шарқ табобати маркази, «Умри-Боқий» Шарқ табобати ва гимнастикаси марказининг негизини ташкил этиб келаётир.

ТОШКЕНТЛИК ТАБИБЛАР

Тошкентда талайгина табиблар яшаган: Исмоил Қори, Манноп табиб, Комил табиб, Аффон табиб, Пучуқ табиб, Нурилла табиб ва бошқалар. Ўттизинчи, ҳатто қирқинчи йилларгача табибларнинг биринчи учтаси жуда машҳур бўлган. Улар ҳақиқатда беморларга нажот кўрсатган. Зотан, тиббиёт ўша даврда унча тараққий этмаган эди. Айрим қишлоқларда шифохонанинг ўзи тугун номи ҳам бўлмаган.

Исмоил Қори (асл исми – Мир Исмоил Қори Мир Азим Қори ўғли) ўз даврининг саводхон, нуфузли одамларидан бири эди. У 1850 йилда Тошкент шаҳрида дунёга келди. Тошкентнинг ҳозирги Себзор даҳасида (Қози кўча) яшади. У шаҳарнинг катта заминдор бойларидан бири бўлиб, чорвачилик ва пахтачилик билан шуғулланарди.

Шу билан бирга, Исмоил Қори Қуръони каримнинг билимдони бўлиб, беморларни дуо билан даволарди. Унинг ҳузурига даво излаб олис-яқиндан ҳар куни ўнлаб одамлар ташриф буюрган. Маҳалладаги барча ишлар шу кишининг маслаҳатлари билан ҳал қилинган. Ёзда Исмоил Қори тоғларга ўт-ғиёҳлар тергани чиққан. Бу доривор ғиёҳлардан тайёрланган ичимликлар билан табиб касалларни даволаган.

Фарзандларини ўқитиб, маълумотли одамлар қилиб ўстириш Исмоил Қорининг орзуси эди. Унинг икки ўғли рус-тузем мактаби ва университетларини тамомлади. Уларнинг бири – Носир Исмоилов ҳозирги замон ўзбек тиббиёти асосчиларидан бири, Ўзбекистон Фанлар академиясининг мухбир аъзоси, профессор. Тошкент Давлат Тиббиёт институтининг кафедраларидан бирига Носир Исмоилов номи берилган. Бу зотнинг шогирдларидан бири, ҳозирги кунда тиббиёт фанлари доктори у ҳақда шундай ҳикоя қилади: «Устоз ҳузурига келган касалларни кўп сўроқламасди. Беморнинг қўлидан ушлаб, унинг барча касалликларини аниқларди. Жуда кучли ташхисчи эди». Бугунги кунда Носир Исмоиловнинг барча фарзандлари ва набиралари шифокор, икки ўғли ва бир набираси тиббиёт фанлари доктори.

Исмоил Қорининг иккинчи ўғли – Турсун Исмоилов республиканинг йирик иқтисодчи олимларидан эди. Ҳозирги кунда унинг уч фарзанди ва бир неча набираси тиббиёт ва фармацевтика жабҳаларида меҳнат қилмоқда.

Исмоил Қори 1934 йили 84 ёшда, ҳеч қандай касалликлар билан оғримай, уйқусида вафот этди.

Тошкентлик бошқа бир табиб – Манноп табиб ҳам Исмоил Қори билан битта даҳада – Себзор даҳасида яшаган. Мазкур даҳадаги кичик кўча – «Табиб кўча» асли табиблар манзилгоҳи ҳисобланган. Манноп табиб катта чинор қаршисидаги кичкина тор кўчадаги бостирмалик ҳовлида яшаган. Ўша тор кўча эрта сахардан бошлаб беморлар билан тўла бўларди. Улар турна қатор бўлиб табибга киришга навбат кутишарди. Ҳафақон касали, безгак, қорин, бош, қулоқ, кўз оғриғи, оёқ-қўллари чиққан, синганлар... Хуллас, ҳаммаси табибдан нажот истаб келарди. Манноп табибнинг эл ўртасида машҳур бўлиб кетганлигининг ҳам боиси шундаки, ҳамма дардга даво топарди.

Манноп табиб ҳақида халқ ўртасида ҳатто ривоятга ўхшаб кетган гаплар кўп. Биз фақат яқингинада бўлиб ўтган айрим ҳаққонийларинигина ҳикоя қилиб бермоқчимиз. Маълумки, қизил империя даврида коммунистлар «динга қарши кураш» ниқоби остида халқ табобатига ҳам солишга ҳаракат қилганлар. Бир куни Сталин райони (ҳозирги Шайхонтоҳур тумани) партия қўмитасининг иккинчи котиби Петровнинг билагига тасодифан игна кириб кетади. Вақт ўтган сайин игна юқорилаб, силжиб боради ва қўл йиринглайди, дўхтирлар тезда қўлни кесиб ташлаш керак, дейдилар.

Беморни танишлари тезда Манноп табибнинг олдига олиб келишади. Табиб ўша пайтдаги сиёсатдан чўчиб, котибни «кўрмайман» деб туриб олади. Котибни олиб келганлар жавобгарликни ўз бўйнига олганидан кейин Манноп табиб ишга киришади ва фасод бойлаб кетган қўлга ўз усули билан тайёрланган дори-дармонни ёпиштириб қўйган. Орадан бир кун ўтгач, бойланган жойни очиб қарасалар, малҳам йирингни, йиринг билан бирга игнани ҳам сўриб олибди. Шундан сўнг қўл жуда тез соғайиб кетган экан.

Тагин бир куни қўшни Қозоғистондан эшакка мингашиб ота-бола кириб келган ва табибни сўрашган. «Ҳа, мен табиб, нима ишларинг бор?», деган Манноп ота. «Ўғлим ўн беш ёшларда, овқат жемейди, ичида яраси бор, не қил дейсин, табиб?» Манноп отанинг жаҳли чиқади: «Даво бўладиган нарсани иккалангиз қийнаб, миниб юрибсизлар-ку. Яна нима билан тузатаман? – деганда, келган киши тескари маънода бошқачароқ тушунган бўлса керак, хафа бўлгандай шартта аразлаб кетган.

Йигитча ҳеч нарса емайди-ичмайди, озиб бир ҳолатга тушиб қолади. Бир хўтик онасини эмаётгани отага бошқача кўриниб, «Табиб айтгани шу бўлсамикан», деб кўнгли ёришиб, дарҳол хўтикни четга суриб, янги тукқан эшакни соғади ва таваккал қилиб, ўғлига ичиради.

Бемор ўзига келиб, йўтала бошлайди. Унга сари ота сут соғиб бераверади. Ўғлининг иштаҳаси очилиб, соғая бошлайди. Оқибатда тузалиб кетади.

«Табибнинг айтган даво-дориси шу экан-да, аттанг, билмайин у кишини хафа қилган эканман-да ўшанда», дегандай ҳалиги киши совға-саломлар билан табиб эшигидан кириб бориб, кечирим сўраган экан.

Бундай мисолларни яна келтириш мумкин. ТошМИ профессори Слоним табибни чорлаб, у билан энг хавфли яра – куйдиргини қандай йўқотиш усулиги сўраганда, Манноп табиб муолажа йўлини жуда содда қилиб, асосли равишда айтиб берган.

Экзема-мараз, қичима-қўтир, сариқ касал, бод, рак-қилтомоқ кабилар юзасидан ҳам мунозара-тортишувлар бўлиб, ундай касалларни даволаш ҳақида ҳам Манноп табиб дўхтирларга халқ табобати усулларини сўзлаб берган.

Манноп табибнинг ота-боболари ҳам Ибн Сино ва бошқа қадимий аллома табибларнинг даволаш усулларини яхши ўрганганлар, араб, форс тилида ёзилган муолажа рисолаларини ўқиб, ўрганиб, амалиётга татбиқ этганлар. Манноп табибнинг ўғли Абдусаттор табиб ТошМИнинг фармацевтика – дориворлик куллиётини битирган, у ўз касби соҳасида истаган шифокорлар билан баҳслашиши мумкин.

СЎФИЙ ТАБОБАТИ АМАЛИЁТДА

«Яссавий-Туркистон» Халқ маркази, яъни халқ табобати, Шарқ маданий ва маънавий меросини ўрганиш халқ маркази 1992 йил август ойида Жиззах шаҳрида ташкил топди. Бу марказни ташкил этишдан уч асосий мақсад кўзланди. Биринчиси: Маркази й Осиё ва жаҳон сўфий авлиёлари ғоялари ва таълимотларини ўрганиш ҳамда ривожлантириш. Иккинчиси: авлиёлар табобати, яъни сўфий табобатини тажриба ва тадқиқотлар ўтказиш орқали ўрганиш ҳамда ҳаётга татбиқ этиш. Учинчиси: сўфийлар жанг санъати сирларини ўрганиш, уни аста-секин миллийлаштириб, ҳозирги замонга татбиқ этиш. Бу уч мақсад қўшилишининг асосий сабаби шундаки, сўфий авлиёларнинг йўллари, умумий фалсафий қарашлари бизгача етиб келган бўлса ҳам, аммо уларнинг чуқур фалсафий қарашлари, сўфий табобати ва жанг санъати номаълум ва ҳеч қаерда ўрганилмаган. Фақат Ўзбекистон мустақилликка эришганидан кейингина бу соҳа ҳақида гапириш ва уни ўрганишга йўл очилди.

Табиийки, бу ўринда сўфизм бошқа мамлакатларда ривожланмаганми, деган савол туғилади. Шунини қайд этиб ўтиш керакки, бутун дунёда 125 минг сўфий тан олинган, яъни авлиёларнинг қабрлари ва улар ҳақиқий сўфий-авлиё даражасига етганлиги эътироф этилган бўлса, шулардан 75 минги Марказий Осиёда, кўплари Ўзбекистон ҳудудида яшаб ўтган. Бу сўфий-авлиёлар таълимотлари вақт ўтиши

билан унутилишининг асосий сабаблари қўйидагилардан иборат: устозларнинг камайиб кетиши, шогирдларнинг – муридларнинг камайиб кетиши, бу таълимотни эгаллашга бўлган интилишнинг сусайиши, энг асосийси – бу илмнинг махфий сақланиши, яъни устоз билан шогирд, мурид билан мурид ўртасидаги муносабатлар махфий бўлиб қолиши. «Яссавий-Туркистон» Халқ маркази бу махфиятни бир неча йил мобайнида ўрганиш жараёнида анча-мунча жиддий натижаларга эришди. Сўфий таъоботи системасининг ривожланишида мурид-мурид муносабатлари катта роль ўйнайди. Мурид катта даражага етгандагина даволаш ҳуқуқига эга бўлади. Бу эса ундан катта илм, катта шижоат, узоқ вақт ўқиш-ўрганиш, ўзи устида ишлаш, қобилиятини ўстиришни тақозо этади.

Хўш, Марказда бу борада қандай ишлар амалга оширилмоқда? Авваламбор, сўфий таъоботининг қадимги рецептлари асосида тайёрланадиган дорилар учун ўт-гиёҳлар олиш Помирдан (Бадахшондан), денгиз сатҳидан 3700-5300 метр баландликдан териб олиб келинади. Бу доривор ўсимликлар бошқа доривор гиёҳлардан экологик жиҳатдан тозаллиги, маъданга, яъни минералларга бойлиги, таркибида темир, олтин, кумуш сингари моддалар кўплиги, ультрабинафша нурларга тўйинганлиги билан фарқ қилади. Мазкур доривор гиёҳларни териб келадиган одамлар ҳам сўфий тариқатига мансуб бўлиб, ўзининг покизалиги, Аллоҳга яқинлиги билан ажралиб туради. Шуни қайд этиб ўтиш керакки, бу доривор гиёҳларнинг аксарияти ҳозирги замон тиббиётида ҳам, халқ таъоботида ҳам, ҳатто Ибн Сино системаларида ҳам ўрганилмаган. Уларни фақат айрим авлиёлар ўз амалиётида қўллаган ва ўта махфиятда сақлаб келган.

Иккинчи муолажа системаси бу сўфий массажи системасидир. Бу массаж системаси жисмоний ҳолатдан ташқари физиологик ҳолат, яъни ички қувват системасининг ишлашини бир маромга солиш билан боғлиқдир. Касалликни даволашда зарарланган органдаги физиологик жараённи яратувчи ички қувват муҳим роль ўйнайди. Бунда Аллоҳдан келаётган ички қувват системасининг фаолиятини бир маромга солиш, сўнгра ички жисмоний-физиологик ҳолатлар ва жараёнларни изга солиш лозим. Бинобарин, массаж организмни тузатиш учун эмас, балки организмдаги патологик (хуружий) жараёнларни йўқотиб, жисмоний-физиологик ҳолатга чиқариш учун қўлланилади. Организмнинг ички қувват системаси фаолияти бир маромга тушганидан кейин одам тез тузала бошлайди. Бу жараён, яъни дуо билан даволаш методикаси, маълумки, халқ таъоботида ҳам кенг қўлланилади. Аммо, халқ таъоботидан фарқли ўлароқ, сўфий таъоботида бу кўр-кўрона амалга оширилмайди. Сўфий таъоботида қўлланиладиган дуо билан даволаш усули Қуръони каримдан ёхуд махфий илмдан олинган махсус мантралар системаларини ташкил этади. Мантралар ёки Қуръони карим оятлари билан даволаш одамнинг олти жойидаги махфий маънавий бўшлиқ системасига овоз системаси орқали қувватий-энергетик ва руҳий таъсир кўрсатиш йўли билан амалга оширилади. Масалан, Қуръони каримнинг «Аср» сурасини қайта-қайта қироат билан ўқиш инсон юрагининг иккинчи клапанидаги қонни суюлтириш жараёнини изга солади.

Яна бир омил шундан иборатки, Қуръони каримда кўпгина суралар оддий ҳарфлар билан бошланади. Бу ҳарфлар, жумладан, алиф, лом, мим ва бошқа алоҳида олинган ҳарфлар махфият жиҳатидан шариат системасида номаълум ҳисобланади. Ваҳоланки, сўфизмда бу ҳарфлар чуқур ўрганиб чиқилган ва улар асосида организмдаги юқорида зикр этилган маовий бўшлиқдаги қувватни жойига келтиришга мўлжалланган система ишлаб чиқилган. Сўфий таъботати таълимотига мувофиқ, организмнинг ҳар бир нуқтасида ўз қувват нуқтаси мавжуддир. Масалан, чаён чаққанда «Фотиҳа» сурасини такрор-такрор ўқиш чаён захрини қайтаради ёки бўлмаса бўйида бўлмаган аёлларни даволашда қўл келади ва ҳоказо. Умуман олганда, ҳар бир оятнинг ўз ички системаси, шу жумладан махсус даволаш системалари мавжуддир.

Диагностика, яъни ташхис масаласига келсак, сўфизм диагностикаси бошқа тиббиёт усулларидаги ташхис қўйиш жараёнларидан фарқ қилади. Сўфий таъботатида инсоннинг бутун физиологик ва ички қувват жараёнлари диагностика қилинади, кўришиб турган узвий жараёнлар, омиллар эътиборга олинмайди. Бунинг сабаби шундаки, инсон организмдаги жисмоний жараёнлар ўзгарувчан бўлади, яъни ҳар куни ўзгариб туради. Аммо физиологик жараёнлар, қолаверса, ички қувват системасининг иш маромида ўзгаришлар жуда суст содир бўладики, бу асосий эътиборни ана шунга қаратишни талаб этади. Сўфий диагностикаси пайтида организмнинг ишлаш қобилиятига, унинг келгусида қандай қувватга эга бўлишига, эртага қандай маҳсулот чиқаришига катта эътибор берилади.

Марказ фаолиятида сўфий гимнастикаси ва нафас олиш системаси алоҳида ўрин тутаяди. Бунда сўфийлик турмуш тарзининг асосини ташкил этадиган «зикр» системаси катта роль ўйнайди. «Зикр»га тайёрланиш жараёнида махсус машқларни бажариш талаб этилади. Бунда психотехника ҳамда жисмоний-физиологик жараёнларга боғлиқ бўлган машқлар бажарилади. Сўфий нафас олиш системалари (уларнинг айримлари махфий тутилганлигига қарамай) Марказда мукамал ўрганиб чиқилган. Баъзи бир нафас олиш системаларининг ишлаш тарзини биз ушбу рисоламизда ҳам кўрсатиб ўтамиз. Бунда мазкур нафас олиш системаларидан фойдаланишдан олдин Марказдаги устозлардан маслаҳат олиш тавсия этилади. Организмда касаллик пайдо бўлиши бошдан бошланади. Мияга келган дастлабки информацион ҳолат қувват системасидан ўтиб аста-секин физиологик ҳолатга тушади. Кейинчалик касаллик даражаси жисмоний ҳолатда намоён бўлади, яъни одам касаллик асоратларини ўзи сезади ва кўради. Бошқача айтганда, бемор ҳозирги даврда ихтиро қилинган аппаратлар системасига тушади: касалликни даволаш жараёнида энг аввало касаллик ҳақида информациянинг вужудга келиши жараёнини бартараф этиш лозим. Бизнинг Марказда бундай жараёнларни бартараф этиш учун жаҳонда илк марта сўфий таъботатида ишлаб чиқилган «нафси нотиқ» системасидан фойдаланилади. Касаллик ҳақидаги информацияни йўқ қилиш мияга бурун орқали махсус препаратлар юбориш йўли билан амалга оширилади. Демак, беморни даволашда энг аввало касаллик ҳақидаги информация йўқ қилиниб, ижобий ҳолатга чиқилади, сўнг эса кимёвий-физиологик ҳамда жисмоний-физиологик омилларни йўқ қилишга ўтилади.

Ҳозирги шовқин-суронларга тўла ҳаёт, биз истаймизми, йўқми, танамизга, тана орқали бутун жисмимиз, организмимизга таъсир кўрсатиши шубҳасиз. Бир томондан экологик мувозанатнинг бузилиши, егулик озиқ-овқатларимиз ҳар хил зарарли кимёвий элементлар билан тўйинтирилгани, нафас олаётган ҳавомизнинг ғализлиги ва бошқа шунга ўхшаш зарарли омиллар бугунги кунда бизга ўз соғлиғимизни асраб-авайлаш учун катта масъулият юклайди. Бугунги кунда мазкур зарарли омилларга қарши бир «қурол» ихтиро этилган. «Хэрбаизм» деб номланган бу система инсон бадани ва организмни ҳар хил зарарли микроблардан асрайди, танани зарарли моддалардан тозалайди, мия ва юрак-қон томир системасининг ишлашига тўсқинлик қилувчи ҳар хил «чўкма»ларни бартараф этади ва ички жўшқин ҳаётий энергияни жунбушга келтиради. Бу системанинг афзал жиҳатлари айниқса катта шаҳарларда, жумладан, кимё саноати корхоналари жойлашган ҳудудларда яққол намоён бўлади. Кимёвий чиқиндиларнинг зарари ҳақида эса халқимиз жуда яхши билади. Номи юқорида зикр этилган система шунингдек чўлларда, кўкаламзорлаштирилмаган минтақаларда ҳам жуда қўл келади.

Хўш, «Хэрбаизм» системаси ўзи нима? У бошқа тиббий-соғломлаштириш системаларидан нимаси билан фарқ қилади?

Асли инглиз тилидан олинган бу сўз «ўт-ғиёҳлар билан даволаш орқали касалликнинг олдини олиш» деган маънони билдиради. Бошқа турли табобат системаларидан фарқли ўлароқ, бу система организмни хасталикка чалинишини кутмасдан тозалайди, яъни пешма-пеш касалликнинг олдини олади ҳамда келажакка комил билан ишонч билан қараш имконини беради. Қисқача айтганда, бу ерда кимёвий даволашдан халқнинг нажот топиши ҳақида гап боради.

«Хэрбаизм» усулида даволаш тадбирини самарали ўтказиш учун экологик жиҳатдан тоза, ультрабинафша нурларга тўйинган доривор ғиёҳлардан фойдаланиш лозим. Бу доривор ғиёҳлар ўпка, ўпка халталари, жигар, йўғон ичак ва бошқа аъзоларни тозалайди, бир вақтнинг ўзида организмнинг қаршилиқ кўрсатиш кучини ҳам оширади, зеро, мазкур доривор ғиёҳлар мия ва юрак қон томирларини кенгайтирувчи ва мустаҳкамловчи моддаларга бойдир. Бундан ташқари, улар инсоннинг ақлий ва жисмоний меҳнат қобилиятини оширади, организмдаги моддалар алмашинуви жараёнига самарали таъсир кўрсатади, турли хасталикларга, жумладан, камқонлик (анемия), энергетик каналларнинг ғовланиши, бош мияга алоқадор бўлган сигналларнинг мисли кўрилмаган даражада совиши ёки заифлашишига нисбатан организмнинг қаршилиқ кучини оширади.

«Яссавий-Туркистон» Халқ маркази ушбу муаммони ўргана бориб, ҳозирги замон тиббиёти ва халқ табобати негизда «Хэрбосистем» йўналишида бир қатор тадбирларни амалга татбиқ эта бошлади. Бунда организмдаги энергетик каналлар очилиб, доривор ғиёҳларнинг шифобахш таъсирини ҳеч қандай йўқотишсиз шимиб олади, организмнинг қаршилиқ кучи ортади. Сўфиёна массаж ҳамда доривор ўсимликлар (БТ, ТХ, ИШ, АБ) бемор организми мижозига қараб қўлланади.

Бир марталик даволаш курси ўзоғи билан 25-30 кунни ташкил этади. Курс бошланишида ва тугалланиши арафасида табибнинг набз ташхиси орқали «Хэрбосистем» натижалари аниқланади ва муолажага яқун ясалади. Соғлом бўлишликнинг энг осон ва афзал йўли касалликни даволаш эмас, балки соғлом шахс сифатида, онгли равишда унинг олдини олишдир.

«Яссавий-Туркистон» Халқ марказида юқорида шарҳи берилган «Хэрбаизм» деб номланган касалликларнинг олдини олиш системаси билан бир қатор бошқа амалий муолажа ишлари ҳам кенг миқёсда амалга оширилади.

Бу ўринда савол туғилади: бирон-бир касаллик зўрайиб, сурункали тус олган бўлса-чи, уни даволаш мумкинми? Масалан, ҳозирги даврда ҳаммани қаттиқ ташвишга солаётган ўсма (рак) касаллигини?

Кейинги фикр-мулоҳазаларимиз шу ҳақда.

Саратон касаллигининг олдини олиш чора-тадбирлари

«Саратон» бу арабча сўз бўлиб, «қисқичбақа» деган маънони англатади. Ҳозирги замон тиббиётида саратон касаллиги «рак» номи билан машҳурдир. Халқ орасида уни «ўсма» ҳам дейдилар. Саратон хасталиги ҳақида гап кетганида, ҳар қандай тиббиёт намояндалари уни даволашга ожизлигини тан олгиси келмай, сукут сақлайди. Аммо халқ табобатида, хусусан, сўфий табобатида саратон касаллигини даволаш борасида маълум натижаларга эришилган.

Умуман, саратон касаллиги ҳақида гап кетганида олимлар 2015 йилга бориб дунёда яшовчи ҳар учинчи одам шу мудҳиш ва бедаво касалликка чалинишини тахмин қилмоқдалар. Статистика маълумотлари ҳам онколог олимларнинг бу ташвишларида жон борлигини тасдиқламоқда.

Хўш, саратон (рак) ўзи қандай касаллик? Унинг олдини олиш ёки даволаш мумкинми?

Саратон касаллигининг вужудга келиши ва ривожланиши юзасидан фанда турли хил қарашлар мавжуд. Бу борада жаҳон олимлари кўп йиллардан бери мунозара олиб борадилар. Мазкур фикрлар хилма-хиллиги орасида, бизнинг назаримизда, профессор О.И. Залмановнинг мулоҳазалари айниқса диққатга сазовордир. Унинг фикрича, «саратон касаллиги бу организмдаги баъзи бир ҳужайра ва тўқималарнинг «дайди» ҳужайраларни назорат қила олмаслигидир, зотан, бу «дайди»лар инсон организмда ўзига «ҳамтовоқлар» топиб, шу асно унинг фаолиятини буткул издан чиқаради». Бу ўринда ички аъзоларнинг энергетик жараён билан таъминланиши ҳамда ҳужайралар устидан бош миянинг назорати ҳақида гап кетмоқда. Шунинг учун ҳам ҳозирги замон тиббиётида саратон касаллигини даволаш хусусида гап ҳам бўлиши мумкин эмас, зеро, ҳозирги замон

тиббиётида каналли энергия муаммолари ўрганилмайди. Ҳар ҳолда бу муаммолар ҳозирги замон тиббиётида ҳозиргача ўрганилмаган ҳамда мия сигнал системасининг организм устидан, жумладан, ҳужайралар устидан назорат қилиш жараёнлари татбиқ этилмаган.

«Яссавий-Туркистон» Халқ маркази профессор Залмановнинг юқорида зикр этилган назариясини биринчилардан бўлиб чуқур ўрганиб чиқди ҳамда тадқиқот натижаларидан келиб чиқиб саратон хасталигининг баъзи бир турлари, жумладан, қон (лейкоз), лимфатик тугунлар, аёллар жинсий аъзоси, ошқозон ва мия тўқималари саратон касалликларини даволашда самарали натижаларга эришди.

Албатта, бу соҳада саратон касалликлари профилактикаси, яъни касалликнинг олдини олиш чора-тадбирлари етакчи ўринда туради. «Яссавий-Туркистон» Халқ маркази саратон касалликларига қарши курашда бу касалликларни даволашдан ҳам кўра уларнинг олдини олишни биринчи ўринга қўяди. Профилактика курсининг муддати саратон касалликлари учун 15-20 кундир. Мазкур курс қуйидаги тадбирларни ўз ичига олади: ҳужайралар устидан мия сигнал системасининг назоратини кучайтириш (P9 – 3 маротаба, P9 АЖТ – 3 маротаба), энергетик сўфий-тиббиёт массажи орқали қувват каналларини очиш (M2 – 5 маротаба), шунингдек Помир тоғларида ўсадиган, ультрабинафша нурлар билан тўйинган доривор гиёҳлардан фойдаланиш (ОС, В-7, АЖТ, ТХ, О, Б1), инсон организмнинг мижозига қараб махсус сўфий нафас олиш машқлари ҳамда «мантра» системаси (товуш табобати). Саратон хасталиклари профилактикаси 3 йилдан 5 йилгача давом этади.

«Ғалабани кутманг, унга ўзингиз эришинг!» – касалликларга қарши курашда «Яссавий-Туркистон» Халқ марказининг шиори ана шудир.

«ЯССАВИЙ-ТУРКИСТОН» ХАЛҚ МАРКАЗИНИНГ ХИЗМАТ КЎРСАТИШ ЙЎНАЛИШЛАРИ

I. Анъанавий усулда даволаш бўлими

1. Диагностика (беморга ташхис қўйиш – касалликни аниқлаш):

- томир орқали ташхис қўйиш;
- иридодиагностика (кўз орқали ташхис қўйиш);
- аюрведа усулида ташхис қўйиш (ҳинд усули);

- сўфийлар усулида ташхис қўйиш.

2. Касалликнинг олдини олиш (профилактика):

- сўфий массажи;
- тибет-хитой массажи;
- нуқтали ва шиатсу (япон) усули;
- цигун ва жуга усули;
- доривор гиёҳлар ёрдамида профилактика қилиш;
- «сўфий нафаси» орқали касалликнинг олдини олиш.

3. Даволаш (қўлланиладиган муолажа усуллари):

- сўфий массажи;
- дуо билан даволаш;
- зикр билан даволаш;
- нуқтали ва шиатсу (япон) усули;
- цигун ва жуга усули;
- ҳаво массажи (иссиқ массаж);
- тибет-хитой массажи;
- доривор гиёҳлар билан даволаш;
- Ибн Сино гимнастикаси;
- уринотерапия;
- керосинотерапия;
- психотерапия;
- сайр-саёҳат билан даволаш;
- ароматерапия.

II. Шарқ мутафаккирларининг фалсафий ва диний қарашларини ўрганиш бўлими

- Қуръони карим мантраларини ўрганиш;
- сўфий таботатини таҳлил қилиш;
- Ибн Сино тиббиётини ўрганиш;
- Аҳмад Яссавий тариқатини ўрганиш;
- Амир Темур даври тарихини ўрганиш;
- Алишер Навоий ижодини ўрганиш;
- Шарқ олим ва авлиёларининг илмий меросини ўрганиш.

III. Шарқона яккама-якка кураш бўлими

- Амир Темур замонидаги «Қўл жанги санъати», «Турон жанги», «Минг аскар жанги»ни ўрганиш ва ривожлантириш;
- Кунг-фу, Карате-до, Таэквон-до, Кен-до, Кемпо, Жиу-житсу кураш системаларини ўрганиш ва уларни ўргатувчи секциялар очиш;
- юқорида зикр этилган кураш турлари бўйича мусобақалар ўтказиш.

IV. Шарқ халқлари санъати бўлими

- тасвирий санъат, дурадгорлик, темирчилик;
- миллий кийимлар, жиҳозлар ҳамда миллий санъат буюмларини тайёрлаш;
- кўрғазмалар, симпозиумлар, учрашувлар, музейлар ташкил қилиш.

V. Доривор гиёҳларни ўстириш бўлими

- анъанавий даволаш усулида қўлланиладиган доривор гиёҳларни ўстириш ва халқ таботатида фойдаланиш;
- ўт-гиёҳлардан ичимликлар тайёрланадиган чойхона, фитобар ҳамда ҳаммомлар очиш.

VI. Косметика бўлими

- косметика ёрдамида даволаш;
- косметик массаж;
- ёғлар ёрдамида массаж;
- ёшартириш, юздаги айрим камчиликларни даволаш.

«Якдиллик» шарқона усулда соғломлаштириш табобат марказида даволаниш ва маслаҳат олиш қоидалари

Даволаш марказида навбат олганингиздан сўнг бу ерга белгиланган кунда ва вақтда ташриф буюришингиз шарт. Мабодо, айрим сабабларга кўра кечикиб қолсангиз, бу ҳақда Марказга телефон орқали маълум қилишингиз лозим. Шундан сўнг Сиз Сўфи табиб кўрсатган вақтда қабул қилинасиз ёки кўрсатилган сабаб етарли даражада ишончли ва узрли бўлмаса, қабул қилинмайсиз.

Даволанишга фақат сўфий табобатига, Сўфи табибнинг илму амалига эътиқод қилган ҳамда ўз организмни доривор ўт-гиёҳлар ёрдамида соғломлаштирмоқчи бўлган одамларгина таклиф қилинади. Даволаш фақат миждознинг хоҳиш-иродаси билан ва шикоятсиз амалга оширилади.

Сўфи табиб Сизни кўриб, касалликни аниқлаганидан сўнг биринчи курсда керакли доривор ўт-гиёҳлар (халтачаларга жойланган гиёҳлар бир курсга мўлжалланган бўлиб, уларни охиригача ичиш лозим) ва процедуралар (массаж, бош-мия йўлларини очиш, дуо билан даволаш, жисмоний машқлар) оласиз.

Касаллик ва унинг оғирлик даражасига қараб Сизнинг организмнингизни бутунлай даволаш ва соғломлаштириш учун бир неча курс талаб этилиши ҳам мумкин.

Бундан ташқари, Сизда аниқ бир касаллик топилмаган тақдирда, унинг пайдо бўлишини олдини олиш учун профилактик муолажа усулларидадан фойдаланишингиз мумкин.

Берилган бир марталик талондан 5 ой мобайнида узлуксиз фойдаланишингиз мумкин бўлиб, кейин талонни янгилашга тўғри келади.

Даволаниш жараёнида туғиладиган саволларга Сиз ўзингизни даволаётган табибдан жавоб олишингиз мумкин. Процедура жараёнида баъзи бир салбий ўзгаришлар пайдо бўлиши ёки ўзингизни вақтинчалик ёмон ҳис қилишингиз даволаш салбий таъсир этганидан далолат бермайди, балки миждозингиз касаллик билан курашаётганини кўрсатади.

Сизни даволашда қўлланиладиган даволаш усуллари ва доривор ўт-гиёҳлар мажмуаси Сўфи табиб томонидан 20 йил мобайнида Италия, Франция, Буюк

Британия, Болгария ва Россия сингари мамлакатларда синовдан ўтган бўлиб, Сўфи табиб улар ижобий натижа беришини кафолатлайди. Марказда қўлланиладиган доривор ўт-гиёҳларнинг 85 фоизи денгиз сатҳидан 3700-5300 метр баландда жойлашган Помир, Тянь-Шань ва Ҳимолай (Тибет) тоғ тизмаларидан териб келтирилади. Бу доривор гиёҳлар экологик жиҳатдан жуда тоза бўлиб, маъданларга бой ва ультрабинафша нурларга тўйингандир.

Биринчи курс (у 20-30 кун давом этади) тугаганидан кейин Сиз Сўфи табиб ҳузурига ташриф буюриб, ўзингизни қайтадан текширтирасиз, организмнинг касаллик билан мустақил кураша олиш даражасини аниқлайсиз ва маслаҳатлар оласиз.

Касаллик пайдо бўлганида бировдан даво излаган эмас, балки ўз организмни жисмоний машқлар, ўт-гиёҳлар билан соғломлаштирган ва ақлан профилактика қилган одамгина ҳақиқий соғломдир.

«Якдиллик» Шарқона усулда соғломлаштириш табобат марказида қўлланиладиган даволаш усуллари

1. Диагностика (ташхис қўйиш – касалликни аниқлаш):

- томир орқали ташхис қўйиш;
- иридиагностика (кўз орқали ташхис қўйиш);
- аюрведа усулида ташхис қўйиш;
- сўфий усулида ташхис қўйиш;
- қувватий диагностика;
- майдоний диагностика;
- симптоматик диагностика.

2. Касалликнинг олдини олиш (профилактика):

- сўфий гимнастикаси ва нафас олиш машқлари;
- цигун ва жуга усули;
- тибет-хитой массажи;
- ноанъанавий доривор ўт-гиёҳлар;
- зикр (медитация) ва ишонтириш усуллари;
- сайр-саёҳат ёрдамида касалликнинг олдини олиш;
- психоанализ.

3. Муолажа:

- ноанъанавий доривор ўсимликлар билан даволаш;
- сўфий массажи ва гимнастикаси;
- зикр билан даволаш;
- дуо билан даволаш;
- тибет-хитой массажи;
- психотерапия;
- керосинотерапия;
- уринотерапия;
- сезги терапияси;
- кўз терапияси;
- биоэнергетик даволаш.

Шунингдек мазкур Марказ қошида Тошкентдаги «Кўк масжид» мажмуасида мижозларнинг руҳий, ички қувватини ва жисмоний соғлиғини мустаҳкамлаш мақсадида ушбу соҳаларда махсус дарс ва машғулотлар ўтказиш йўлга қўйилган.

Бунда қўлланиладиган даволаш усуллари:

- сўфий пластикаси;
- сўфий нафас олиш ва нафас чиқариш системаси;
- махсус мусиқа орқали даволаш;
- махсус ҳаракат ва овоз (зикр) билан даволаш;
- қироат билан психологик ва мантиқий таъсир қилиш, ички қувватни ошириш;
- Қуръони карим сура ва оятлари билан даволаш;
- мантра (дуо, махсус ҳарф қуввати) орқали қувватий ва руҳий покланиш.

Сўфий пардози (косметикаси)

Тасаввуф (сўфизм)нинг асосий мақсади Аллоҳ дийдори ва қудратига эришишдир, яъни инсон ҳар томонлама мукамал, баркамол даражага етган ҳолдагина Яратганга лойиқ бўлиши мумкиндир. Аллоҳ таолонинг улуғ исмларидан бири бу Жамолдир, яъни беқиёс гўзаллик, тенги йўқ ҳуснга эга бўлмишдир. Бинобарин, Ҳаққа интилган инсон албатта гўзал бўлиши лозим. Бу ерда, табиийки, энг аввало ички гўзаллик ҳақида гап кетаётир. Аммо инсон ўзининг ташқи чиройи билан ҳам ажралиб туриши керак, зотан жисмоний ҳолат инсоннинг ички дунёси, ҳис-туйғуларига ҳам таъсир кўрсатмай қолмайди. Инсон кишилиқ жамиятида яшаркан, ўз атрофидаги одамлар билан муносабатларга киришар экан, унинг юзи, боши (сочи), оёқ-қўли ва бадани маълум талабларга жавоб бермоғи лозим. Гўзаллик авваламбор тозалик ва гигиена билан чамбарчас боғлиқдир.

Бу ўринда бир савол туғилади: хўш, бундай гўзаллик, нафислик ва хушқоматликка қандай қилиб эришиш мумкин? Бунинг учун нималар қилиш лозим? Бу ва бошқа шунга ўхшаш саволларга ҳали кўпчиликка яхши маълум бўлмаган сўфий пардози (косметикаси)га таянган ҳолда жавоб берамиз.

Сўфизм тарихидан маълумки, Аллоҳ ишқига етиш жараёнида икки субъект қайта-қайта эсга олинади, буларнинг биринчиси май, иккинчиси гўзал соҳибжамол. Бунга Машраб ижодида куйланган гўзални, Алишер Навоийнинг Лайли ва Ширинини, Ҳиндистонда Тож Маҳал обидасининг қурилишига гўзал аёл сабаб бўлганини, Клеопатра гўзаллиги ва унга ошиқлик жаҳон тарихида ўзгаришлар ясаганини мисол қилиб келтириш мумкин.

Сўфизмда гўзаллик деганда фақат аёллар гўзаллиги эмас, балки эркаклардаги чирой, куч-қувват гўзаллиги, бақувватлик, ботирлик, забардастлик гўзаллиги назарда тутилган. Бунга Геракл, Алпомиш, Фарҳод, Мажнун, Ўзбекхон ва бошқаларнинг гўзаллиги мисол бўла олади.

Хўш, ҳозирги замонавий косметика билан сўфий пардози орасида қандай фарқ бор, уларнинг ижобий ва салбий жиҳатлари нималарда кўринади?

Маълумки, ҳозирги замон косметикаси кўпроқ ташқи ҳусн (тери, соч, юз)да кечадиган жараёнларнинг сабаб ва натижаларига таъсир кўрсатади, улардаги айрим нуқсонларни ёғ, крем, тозаловчи моддалар, ванна ёрдамида вақтинча бартараф этишга ҳаракат қилади. Аммо узоқ вақт крем, пудра сурилган тери, юз ҳамда кимёвий воситалар билан парвариш қилинган соч вақт ўтиши билан ўз табиий хислатларини йўқотиб боради. Энг аянчлиси шундаки, улар бу кимёвий моддаларсиз яшай олмайдиган бўлиб қолади, яъни сунъий озуқага асир тушади.

Тўғри, ҳозирги замон косметикасининг ижобий жиҳатлари ҳам йўқ эмас: у ишлатиш учун қулайлиги, хушбўйлиги, замонавийлиги, вақтинча бўлса-да яхши натижалар бериши, кўп вақтни олмаслиги билан ажралиб туради.

Сўфий пардози (косметикаси)га келсак, у ҳамиша маълум гуруҳ томонидан ноошкора тарзда қўлланиб келинган бўлиб, авваламбор ички органлар фаолиятини ўрганиш орқали юз, тери ва сочдаги салбий жараёнларни бартараф этиш ҳамда уларда ижобий ўзгаришлар яшашни назарда тутди.

Масалан, юзга ҳуснбузар тошиши, ориқлик, рангпарлик (енгил оқариш), терининг мўртлиги ва бошқа шунга ўхшаш касалликларнинг сабабларини ичакларга инфекция тушишидан ҳамда микрофлоранинг бузилишидан излаш керак.

Ёки бўлмаса, юзда қора доғлар пайдо бўлиши, терининг қорайишини жигарнинг қон тозалаш фаолияти издан чиқиши билан боғлаш лозим.

Юқорида келтирилган мисоллардан кўриниб турибдики, сўфий табobati ташқи гўзалликни қарор топтириш учун ички салбий жараёнларга барҳам беришни назарда тутди.

Ҳақиқий гўзаллик бу табиий ва узоқ вақт давом этувчи жараёндир.

Бундан ташқари, сўфий пардозиди ички ва ташқи сабабларга фақат табиий, ноанъанавий ўт-ғиёҳлар, ёғ, крем, ванна ва массаж орқали таъсир ўтказилади.

Сўфий пардозиди илгари сурувчи «Гўзаллигингиз Сизнинг соғлигингиздадир» деган шиор ҳақиқий гўзаллар шиоридир.

Руҳий хасталиклар ва уларнинг давоси

Қайсарлик ва қарорсизлик

Берган ваъдасидан воз кечган ҳолда ўзининг айтганида туриб олиш ва ҳеч кимга қулоқ солмаслик - қайсарликдир. Бу ироданинг кучсизлигидан. Бундайлар атрофдагиларга зарар етказиб, хато ва гуноҳ ишлар қилади.

Қарорсизлик ҳам руҳ хасталиғи бўлиб, Аллоҳ ва унинг яратганига хизмат қилолмайдилар.

Давоси: саботли ва матонатли бўлмоқ.

Ортиқча ҳаяжон ва ортиқча қўрқув

Бир ишнинг бошини ва охирини ўйлаб ҳаяжонга тушиб қолиш руҳ касаллиғига киради. Кўп жиноят ва ёмонликлар шундан рўй беради. Ҳаяжон натижасида одам ўзини йўқотади ва нима қилиб қўйганини билмайди.

Қўрқоқлик унинг тескариси бўлиб, руҳий касалликка киради. Пайғамбаримиз шундай деганлар: «Эй Аллоҳим, қўрқоқликдан сенга сиғинаман ва қўрқоқликнинг ёмонлигини айтганлар».

Давоси: нафсга ҳоким ва шижоатли бўлмоқ. Шижоат қалбнинг қуввати ва ироданинг сабабидир. Ҳақ йўлида ҳеч кимдан қўрқмасдан ишламоқ ва гапирмоқ керак.

Кибрлилик ва пасткашлик

Ўзининг молига, мавқеига ва бошқа моддий бойликларига ишониб кибрланиш руҳий касалликларнинг энг жиддийсидир. Аллоҳга бу ёқмайди.

Бунинг тескариси – ўзини паст кўрмоқ ҳам ёмон хислатлардандир. Бундай хислатли одам ҳар қандай ёмонлик содир этишга қодир.

Давоси: очик кўнгилли ҳамда мағрурроқ бўлмоқ.

Орсизлик ва ҳаёсизлик

Бундайлар ҳар қандай ёмонликдан қайтмайди. Улар Аллоҳдан ҳам, одамлардан ҳам уялмайди ва кўркмайди. Бу катта руҳий хасталик, имонсизликдир.

Давоси: хаёли ва одобли бўлмоқ.

Ёлғончилик ва ҳийлагарлик

Ёлғончилик касаллигига дучор бўлганлар ўйлаган ва билган нарсаларини тескарисини айтади. Ёлғон инсон руҳидан ҳаловатни, сокинликни олиб ташлайди. Уни азобда қолдиради. Аллоҳ Қуръони каримда ёлғончиларга лаънатлар айтган. Ёлғончилик мунофиқлик аломатидир.

Ҳийлагарлик эса жамиятда одам қиёфасини йўққа чиқарадиган мунофиқликдир. Ҳийлагар шайтоннинг дўстидир. Ҳазрати Фаҳри олам дин ва дунё ишларида умматига ҳийла қилганлар жаноби ҳақнинг лаънатидадирлар.

Давоси: тўғрилик ва садоқатдир.

Пайғамбаримиз айтганлар: «Бир марта ёлғон сўйлаган уч марта лаънатга лойиқ».

Сир сақлаш тўғрилик йўлидир. «Сир, ичингда сақланган сир – сенинг асарингдир».

Омонатга хиёнат

Бизга ишонилган омонатни ёмонликда ишлатиш хиёнатдир. Бу имонсизлик ва руҳий касалликдир.

«Сенга хиёнат қилганга ҳам хиёнат қилма».

Давоси: омонатли бўлмоқ.

Омонат хоҳ моддий, хоҳ маънавий бўлсин, инсон учун берилган неъматдир. Аллоҳнинг буйруқлари ҳам омонатдир.

Тагин рухий хасталикларга ғазаб, гина, ҳасад киради. Бу хасталикларнинг ҳаммасидан руҳимизни ва иродамизни тозалашимиз керак. Айримлар ўйлайдики, рухий касаллар бу ақлдан озган, онгсиз одамлар, деб. Ваҳоланки, улар рухий касал эмас, балки ахлоқий касалликка дучор бўлган, жамият қонунига риоя қила олмаганлардир.

Юқоридаги сатрларга назар ташласак, ҳар биримизда рухий касаллик озми, кўпми мавжудлигини ботиний ҳис қиламиз. Демак, бу хасталикларга катта шижоат билан ички жиҳод эълон қилишимиз лозим.

Сўфи табиб маслаҳатлари

1. Даволашдан кўра, организм касалланишининг олдини олиш афзал. Бу деган сўз, Сизни ҳеч нарса безовта қилмаса ҳам, ҳар 3-5 ойда бир ўзингизни кўрсатиб, профилактика юзасидан доривор ўт-ғиёҳлардан тайёрланган дамламаларни ичиб турунг.

2. Организмингизни қийнаб, ташқарига чиққан касалликни даволашга кўп овора бўлманг. Бу касалликнинг келиб чиқиши сабабларини аниқланг, кетаётган ички салбий жараённи тўхтатиш ва унга барҳам беришга ҳаракат қилинг. Ҳақиқий шифо касалликнинг томирини кесишдадир. Сўфи табиб оғриқ қолдириш ҳамда тез ёрдам кўрсатиш амаллари билан шуғулланмайди. Бундай ҳолларда ҳозирги замон тиббиёти ёрдамидан фойдаланишингиз мумкин.

3. Бадан экологиясини сақланг. Яъни уни тиф тегишидан, узоқ вақт кимёвий дори-дармонлар ишлатилишидан асранг. Организмда касалликка қарши курашадиган куч (иммунитет) пайдо қилишга ҳаракат қилинг. Шунда ҳақиқий соғлом одам бўласиз.

4. Жигар, буйрак, талоқ ва ичак фаолиятини назорат қилиб боринг. Умуртқа поғонаси ва бош-миядаги мусаффоликни сақланг. Булар сизнинг жисмоний ва рухий (психологик) саломатлигингиз гаровидир.

5. Ижобий фикр юритинг, руҳингизни ягона яратгувчи – Аллоҳга қаратинг, шукрлар айтинг, дуолар ўқинг ва зикр қилинг.

6. Еб-ичиш ва кийинишга нисбатан технократик талабларингизни камайтинг, қаноатли бўлинг. Бу дунёнинг моли дебон бел қувватин кетказмагил. Бу дунёда жаннат дебон Аллоҳсиз қалб-ла кетмагил.

7. Сўфи табибга ихлос қўйишга ҳаракат қилинг. Аммо шуни унутмангки, соғлигингиз ягона Аллоҳнинг қўлидадир. Агар ихлосингиз ортмаса, натижадан қониқмасангиз, сабрсиз бўлсангиз – даволанишни тўхтатинг.

8. Ҳеч бўлмаса ҳафтада 2 марта нафас олиш ва жисмоний машқларни бажаринг ҳамда руҳиятингизни мустаҳкамлайдиган Қуръони карим оятларини

қалбада 10-15 дақиқа такрорланг. (Қайси машқларни бажаришни Сўфи табиб кўрсатади.)

9. Қандай натижа беришидан қатъи назар, Сўфи табиб кўрсатмаларини мукамал бажаринг ва доривор ўт-ғиёҳларни охиригача истеъмол қилинг.

Билиб қўйганингиз яхши

- Сизнинг Марказда даволана олишингизни, таъбингиз, мижозингиз, ички қувват даражангиз бу табобат системасига тўғри келиш-келмаслигини Сўфи табиб ҳал қилади.
- Ҳақиқатан соғлом бўлишни истасангиз, шошмасдан, 3-5 курс муолажа олинг. Билинги, қанча бафуржа даволансангиз, шунча чуқур шифо олган бўласиз.
- Агар ички органларингизда патология (хуруж) чуқур ва жиддий бўлса, ўт-ғиёҳлар уларни қўзғатиб мазангизни қочириши мумкин. Аммо бундан хавотир бўлмасдан даволанишни давом эттиринг, шунда барча касалликлар ташқарига чиқади.
- Сўфи табиб маслаҳати билан психолог кўриги ва суҳбатидан ўтишингиз мумкин.
- Бу Марказда даволаниш фақат Сизнинг ўз хоҳишингизга кўра амалга оширилади. Сиз исталган пайтда уни тўхтатишингиз мумкин.
- Ҳар кимнинг маслаҳатига қулоқ солиб, ўзбошимчалик билан даволанишга уринманг, чунки Сиз организмда қандай жараёнлар кетаётганини билмайсиз.
- Шифо топишингизга таъсир қилувчи омиллар: Аллоҳга бўлган эътиқодингизнинг кучлилиги; Аллоҳ ва одамлар олдида гуноҳларингизнинг озлиги; табибга бўлган ихлосингиз; табиб кўрсатмаларига амал қилиш, уларни ўз вақтида бажариш; даволанишни узлуксиз олиб бориш ва уни охирига етказиш; даволаниш натижаларидан табибни огоҳ этиш.

«Профилактика» тадбири

«Яссавий-Туркистон» Халқ марказининг кимё саноатида банд бўлган одамлар билан профилактика ишларини амалга ошириш борасидаги тажрибасидан келиб чиқиб, «Хербаизм» тизимини амалга жорий этиш тадбирларини амалга ошириш мумкин.

Зарарли кимёвий ишлаб чиқариш билан боғлиқ ишчилар учун қуйидаги тадбирлар ўтказилади:

1. Чой қилиб ичиладиган «И.Ш.» доривор гиёҳлари ёрдамида нафас олиш йўлларини тозалаш.

2. Организмнинг сув тизимини буйрак, сийдик йўли, томирлар орқали тозалаш ва янгилаш – «Б1, Б2» доривор ўтлари чой қилиб ичилади.

3. Қонни ва организмнинг лимфатик тугунларини тозалаш – «01, 02, В7, В8» доривор гиёҳларидан фойдаланилади.

4. «ИШМ» доривор гиёҳини овқатга қўшиб истеъмол қилиб, ошқозон-ичак йўлини тозалаш.

5. Терини тозалаш, тери касалликларининг олдини олиш – «ИШБ2, V1, V2» гиёҳларидан ванна қабул қилиш ва чўмилишда фойдаланиш.

6. Қувват каналларини тозалаш – махсус нафас машқлари ва машғулотлар ўтказиш.

ТАСАВВУФДАН ШИФО ТОПГАНЛАР

Сўфий табобатини, бунда инсон организмида содир бўлувчи барча ўзгаришлар, клиник аломатлар ва даволаш усулларини ҳозирги замон тиббиёти нуқтаи назаридан тавсифлаш жуда қийин. Сўфий табобати чуқур тиббиёт даражасига мансуб бўлиб, унга ўзига хос ёндашиш талаб этилади. Юқорида айтиб ўтганимиздек, сўфий табобати барча даражадаги касалликларни даволайди. Ваҳоланки, анъанавий тиббиёт фақат жисмоний даражани, яъни нисбатан юқори даражаларда вужудга келган касалликларнинг фақат клиник белгиларинигина қамраб олади.

Ушбу рисола муаллифларидан бири – клиникаларда 20 йилдан ортиқ ишлаган тажрибали врач Европанинг етакчи клиникаларида малака оширган, Африкада тропик касалликларни даволаш бўйича таълим олган. Клиникада ишлаш жараёнида биз ўта оғир касалликларга чалинган беморларга жуда кўп тўқнаш келганмиз, баъзи бир беморларнинг ҳаётини сақлаб қолишга ҳам муваффақ бўлганмиз. Аммо бизнинг ишимиз хуружнинг зўрайиш жараёнини сустлаштириш, беморнинг аҳволини енгиллаштиришдангина иборат бўлган. Беморни тўла-тўқис даволаб, оёққа турғазиш масаласи ҳеч қачон қўйилмаган. Сўфий табобати билан танишгунга қадар биз саратон касаллигини енгиллаштириш мумкинлигини хаёлимизга ҳам келтирмаган, органик ўзгаришларни келтириб чиқарувчи оғир касалликларни даволабгина қолмай, организмни аввалги ҳолатига қайтариш ҳам мумкинлигини билмаган эдик. Ваҳоланки, оғир касалликларни сўфий табобати усулида даволаш жараёнида инсоннинг хасталиклардан фориг бўлиши ва ҳатто организмнинг ёшариши кузатилади.

Сўфий табобати соҳасидаги кўп йиллик иш тажрибамизда даволаб оёққа турғизган барча беморларни бу ерда санаб ўтишнинг иложи йўқ. Ҳозирги замон тиббиёти даволашга ожиз бўлган кўпгина касалликлар сўфий табобатида муваффақият билан даволаниб келинади. Жумладан:

- остехондроз, радикулит, умуртқалараро бўғимлар чурраси махсус массаж ва гимнастик машқлар тизими, зарур ҳолда эса доривор гиёҳлар билан даволанади;

- мигрень, бош мия томирлари патологияси, эшитиш ва кўриш қобилиятининг пасайиши, ринит касалликлари махсус «нафси нотик» амали ёрдамида даволанади;

- гипертония касаллиги, юрак-қон томир системаси касалликлари ва қанд диабетининг доривор гиёҳлар билан даволанади;

- буйракдаги тош махсус доривор гиёҳлар ичиш назарда тутилган 1-2 даволаниш курсидан кейин сийдик билан тушиб кетади, ўтпуфақдаги тош эса – 3-4 курсдан кейин тушиб кетади, янги тош ҳосил бўлиш жараёни тўхтайдди, тошлар майдаланиб ошқозон-ичак йўли орқали тушириб юборилади;

- шунингдек гастрит, ошқозон-ичак йўллари касалликлари, шу жумладан ошқозон яраси, буйрак шамоллаши, гинекологик касалликлар, простатит, сурункали ва юқумли сариқ касал ҳам жуда осон даволанади.

Сўфий табобатидан руҳий касалликлар билан хаста беморлар ҳам шифо топадилар.

Онкологик касалликларни даволашда бирмунча жиддий ёндашув талаб этилади. Қуйида бунга бир нечта мисоллар келтириб ўтамыз.

Биз ўз тажрибамизда дуч келган биринчи бемор 1943 йилда туғилган, Тошкент шаҳрида истиқомат қилувчи Д.Х. бўлиб, унга IV даражали қизилўнғач раки деб ташхис қўйилган эди. Бемор сув ичиш ва овқат ейишга қийналар, томоғидан қуюқ овқат ўтмай қўйганди. У уч-тўрт ой ичида салкам 20 килога озиб кетган эди. Рентген текширувлари қизилўнғачнинг ўтиш йўли 0,2 см эканлигини кўрсатди. Бемор ёрдам сўраб Франция ва Германиядаги нуфузли клиникаларга мурожаат этган, бу ерда унга касалликни операция йўли билан даволашни таклиф қилишган эди.

Марказда бир курс даволанганидан сўнг беморнинг умумий клиник аҳволи яхшиланди. Икки-уч кундан кейин бемор суюқ овқатни ҳам, қуюқ овқатни ҳам қийналмай истеъмол қила бошлади. Унинг умумий аҳволи кескин яхшиланди, бемор 6 килога семирди. Тўрт ойдан сўнг рентген текширувидан ўтказилганида қизилўнғачнинг ўтиш йўли кенгайиб, 2 см ни ташкил этгани аниқланди.

Жиззах шаҳрилик, 1968 йилда туғилган А.М. исмли бемор бизга бронхиал астма касаллиги билан мурожаат этди. Бемор ҳақида анамнез маълумотларини тўплаш жараёнида биз у илгари қандай касалликлар билан оғригани ҳақида қизиқдик. А.М. болалигида ўткир лейкоз касаллиги билан оғриганини, гормонал ва кимёвий воситалар билан узоқ вақт даволангани, улар натижа бермагач, отаси дори-дармонлар билан даволашдан воз кечганини маълум қилди. Марказда даволаниш жараёнида беморнинг тўлиқ клиник соғайиши қайд этилди.

Тошкент шаҳрилик, 1960 йилда туғилган Х.Х. исмли бемор Марказга жигар ва ўпка эхинококки касаллиги билан мурожаат этди. У мазкур касаллик бўйича муқаддам уч операцияни бошдан кечиргани, ўзини тўртинчи операцияга

тайёрлашаётганини маълум қилди. Ташхис ультраовозли диагностика ва рентген текширувлари билан тасдиқланди. Бир курс даволашдан сўнг беморда эхинококк пўрсилдоқлари ичакдан тушиб кетиши қайд этилди.

1966 йилда туғилган тошкентлик А.М. исми беморга оғир бронхиал астма деган ташхис қўйилган эди. Бемор бир йил мобайнида Тошкент ва Москвадаги етакчи клиникаларда даволанди, аммо дори-дармонлар самара бермади, касаллик зўрайиб, бўғма хуруж қилишда давом этди. Марказда беморга маҳаллий кортикостероидлар билан даволаниш тайинланди, кейин у доривор гиёҳлар билан беш курс даволанди. Шундан кейин ўтган уч йил мобайнида беморда бирор марта ҳам бўғма хуружи кузатилмади.

1965 йилда туғилган А.Р. исми бемор ёйиқ склероз, бош мия томирлари атрофияси ҳамда гормонларга тобелик билан мурожаат этди. Бунгача у бир йил мобайнида дори-дармонлар билан даволанган, гормонал препаратларни катта дозаларда қабул қилган эди. Марказда ўтказилган етти даволаниш курсидан кейин беморда гормонларга тобеликка барҳам берилди, касалликнинг клиник кўринишлари ғойиб бўлди. Ўзини яхши ҳис қила бошлади.

1950 йилда туғилган, Бухоро шаҳрилик А.Т. исми бемор ўткир лейкоз касаллиги билан мурожаат этди. У гематология институтида ўта оғир ҳолатда ётган эди. Бемор бу ерда бир неча кимёвий даволаш (винефистин билан) курсидан ўтди, унга плазма ва қон қўйилди. Марказга мурожаат этилган пайтда у кунига олти таблеткадан преднизолон ичар эди. Сўфий табobati усулида беш курс даволанганидан кейин беморнинг преднизолонга тобелигига барҳам берилди, унинг умумий аҳволи меъёрга келди. Бемор соғайиб аввалги ишига қайтди.

Тошкент вилоятида истиқомат қилувчи, 1959 йилда туғилган И.Ш. исми бемор юрак ишемияси, гипертония касаллигининг норитмик шакли ва ўтпупақда тош тўпланиши касалликлари билан мурожаат этди. Унинг кўкрак соҳаси муттасил симиллаб оғрир, артерия қон босими кўтарилиб турарди. Икки йилдан бери корнор препарати қабул қилар, электр кардиограммасида юрак уриши маромида кучли бузилишлар, ошқозон экстрасистоллари қайд этилган эди. Марказда уч даволаниш курсидан ўтганидан кейин бемор ўзини яхши ҳис қила бошлади, оғриқлар барҳам топди, ЭКГ кўрсаткичлари нормаллашди, у корнор препаратини қабул қилишни тўхтатди. Шундан сўнг бемор ўтпупақда тош тўпланишига қарши уч даволаниш курсидан ўтди. Ультраовозли диагностика аппаратида текширилганида беморда ҳар бири 0,5 дан 2 см гача катталиқдаги 6 та тош қайд этилган эди. Биринчи даволаш курсидан кейин тошларнинг майдаланиши кузатилди. Иккинчи даволаш курсидан кейин тошлар тушиб кетди, ўтпупақда фақат қум қолди. Учинчи даволаш курсидан кейин қум ҳам тушиб кетди.

1931 йилда туғилган И.О. исми бемор йигирма йилдан бери ўн икки бармоқли ичак яраси ҳамда пилорус стенозидан азоб тортиб келар эди. Марказга мурожаат этгунга қадар бир неча марта стационарларда ётиб даволанган, қон кетиши оқибатида бир неча бор реанимацияга ҳам тушганди. Сўфий табobati усулида беш даволаниш курсидан ўтганидан кейин беморда касалликнинг клиник

аломатлари бутунлай йўқолди. Гастроскопик текширувда ўн икки бармоқли ичакдаги яранинг бутунлай чандиқланиб битиши аниқланди. Бемор тузалиб ҳаётга қайтди, ичак ярасига қарши дорилар ичиш ва парҳезга риоя қилишни тўхтатди. Саккиз йилдан бери ўзини соғлом ҳис қилади.

1970 йили туғилган О.Х. исмли бемор клиникада диффуз нейродермит ташхиси билан даволанарди. Касаллик оғир кечар эди. Бундан ташқари, бемор болалигидан атопик дерматит билан оғрирди, озиқ-овқат ва дори-дармонлардан кучли аллергия кузатиларди. Клиникада амалга оширилган аллергияга қарши даволаш самара бермади. Бемор ҳар ойда дипроспан гормонал препаратини қабул қиларди. Беморнинг териси қашлаш натижасида шилиниб қизарган, шунингдек унда майда тошмалар, экссудатлашган участкалар кузатилар эди. Марказда беш курс даволанганидан кейин беморнинг аҳволи яхшиланди, терисидаги тошмалар йўқолди. Парҳезга барҳам берилди. Шундан бери ўтган беш йил мобайнида бемор ўзини яхши ҳис қилмоқда.

СЎФИ ТАБИБ АМАЛИЁТИДАН МАЪЛУМОТЛАР ВА МАШҚЛАР

Сўфия таълимоти дунёдаги энг сеҳрли, энг жозибали, шу билан бирга энг содда ва ҳаётга татбиқ этилиши осон бўлган таълимотдир. Қизиқувчилар мустақил шуғулланиши учун қуйидаги зикр машқларини таклиф этамиз.

Эрталабки машқлар

Сўфийларнинг эрталабки машқари: Худони зикр этиб уйғонмоқ, турмоқ, кейин намоздан олдин ижобий, руҳни кўтарувчи, севинчли ҳиссиётларни эсламоқ. Ўзингизга келиш учун бир неча машқларни бажаринг: мушукдай эгилиб чўзилмоқ, елкаларни, қўлларни қимирлатмоқ, нафасни ростламоқ; сўнг секин бадан массажини бошланг, бармоқлардан бошланади: қўллар, тирсак, бўйин, кўкрак, қорин, жинсий олат, болдир, тизза, оёқлар, товон, бармоқлар массаж қилинади. Кейин юз, яъни қулоқ териси, бурун ичи, лунж, жағ, кўз, қорачиқлар, киприк, чакка... уқаланади. Бош худди соч ювгандаги сингари массаж қилинади. Массаж қилиш жараёнида сиз руҳан даволанаётганингизни унутманг. Машқларни сокин, хотиржам бажаринг, шунда қушдек енгил тортасиз ва кунни яхши кайфият билан кутиб оласиз. Машқларни яқунлаганингиздан сўнг чўмилинг, чўмилиш жараёнида кимга соғлиқ тиламоқчи бўлсангиз, ўша одамни эсланг, унга яхшилик тиланг, илоҳий дунёни зикр қилинг. Шундан кейин секин кийининг. Бир неча минут чуқур, киндикдан тепага қараб нафас олинг, Худони бир нафасда зикр қилинг. Шундан кейин бемалол намозга киришинг. Намоздан сўнг эса Аллоҳ ҳақида зикр қилишни унутманг. Зикрни тамомлаганингиздан кейин бир стакан сув олиб дуо ўқинг ва у сувни ичиб юборинг. Кун бўйи буйруқларини бажаринг. Таҳоратли бўлган ҳолда,

жисмонан ва руҳан тоза қолишга ҳаракат қилинг. Сизнинг юрак уришингиз ва нафас олишингиз Аллоҳ билан боғлиқ бўлиши лозим. Худога шукроналар айтинг, доим унга илтижолар қилинг, ундан йўл сўранг, жиҳод бу фақат муқаддас уруш эмас, балки Худога ҳар куни астойдил интилишдир. Зикрни ҳар доим ўзингиз истаган, хоҳиш пайдо бўлган пайтда ёки мажбур бўлганда қилинг.

Оқшомги машқлар

Хуфтондан кейин эрталабки зикр машқларини қайтаринг. Уйқудан олдин нафас машқларини бажариб, бутун хато ва нуқсонларни, муаммо ва мушкулотларни ўйлаб, уларнинг бош бўшлиғидан йўқ бўлишини тасаввур қилинг. Ақлингизни руҳий куч билан уланг, жисмонан, ақлан ва руҳан - батамом даволанишни, кимга ёрдам беришни истасангиз, ўша одамни ўйланг. У билан суҳбатлашинг ва уйқуни бошқаринг. Худони эслаб ухланг ва руҳий бойликда ором олинг.

Сўфи қувват массажи (уқалаш)

Ушбу массаж усулининг тарихи олис мозийга бориб тақалади. Аниқроғи, бу массаж системаси IX-XIII асрларда ривожланиб, ҳақиқий тиббий массаж даражасига етган.

Бу массажнинг асосий мақсади касалликни даволаш эмас, балки ундан ҳам муҳим бўлган қуйидаги масалаларни ҳал этишдан иборатдир:

- Чуқур ички консерватив (яшириниб ётган) касалликларни ташқарига чиқариш.
- Одам организмида ички иммунитет (қаршилиқ) кучини вужудга келтириш.
- Инсоннинг эфир (мовий), астрал (эгизак), ментал, илоҳиятга яқин баданларидаги ҳали организмда жисмоний ҳолати пайдо бўлишга улгурмаган буйруқ (сигнал) ҳолатдаги хасталикларни йўқ қилиш.
- Ички қувват канали (йўли) системасини яхшилаш.
- Чарчоқ ҳолатидаги пай, мускул, суюқ ва асаблар фаолиятини изга солиш.
- Инсон баданига ҳордиқ бериш.

«Нафси нотик» амали

Ушбу амал фақат сўфи табобатига тааллуқли бўлгани учун ҳам «нафси нотик» деб юритилади. Бу ибора «Яратганга яқинлик даражаси» деган маънони англатади.

«Нафси нотик» ўта мукаммал махфий ва самарали амаллардан ҳисобланади. Бу амални шу йўлда юривчи покиза, уста табиб бажариши мумкин. Мазкур амал

орқали одам миясидаги хасталикни келтириб чиқарувчи буйруқ воситалари йўқ қилинади. Шундан кейингина касалликнинг сабаби ва жисмоний ҳолатдаги Сизга сезилган белгилари йўқотилиши лозим.

Ушбу амал орқали қуйидаги хасталиклар даволанади: ҳар қандай бош оғриғи, мия, тиш, жағ, кўз, қулоқ, лимфа безлари, аллергия, ҳид сезмаслик, асаб касалликлари, ангина безлари.

Амал фақат Сўфи табиб маслаҳатларидан кейингина қабул қилинади.

Шифо жойнамози

Ушбу жойнамоз одатдаги намоздан ташқари исталган пайтда 2 ракаат ният намози ўқиш учун мўлжалланган. Масалан, бу Аллоҳдан соғлик-саломатлик, бардамлик, тетувлик, ҳаракатчанлик, равшанлик ва хотиржамлик сўраб ўқиладиган намоздир.

Ният бажо келтирилганидан сўнг биринчи ракаатда «Фотиҳа», «Фалақ» ва «Нос» суралари ўқилиб, бадан учун муҳофаза масофаси ташкил қилинади.

Кейинги ракаатда «Фотиҳа», «Аср», «Қурайш» суралари ўқилиб организмда ижобий қувват тизими ташкил қилинади.

Зикрда Қуръони каримдан шифо ўқилиб омин қилинади.

Қолгани фақат Аллоҳ таолога маълум бўлсин.

Ушбу жойнамоздан беш вақт намоз учун ҳам фойдаланиш мумкин. Шунингдек кўзга ташланадиган жойга осиб, шифо белгиси сифатида ҳам фойдаланса бўлади.

Зикрхона – чиллахона мажмуаси

Қадим замонлардан бери халқимиз дуо ва дам солиб даволаш усулидан фойдаланиб келади. Ушбу мажмуа худди мана шу усул билан даволашга мўлжалланган. Зикрхонада дуодан ташқари Қуръони карим мантраларини ўқиб даволаш, зикр қўйиш мумкин.

Чиллахона ўта оғир беморларга, жумладан, руҳий ва саратон (рак) касалликлари билан оғриган беморларга мўлжалланган бўлиб, сўфийлар даволашга киришишдан олдин чиллада ўтириб ўзларини поклашган, салбий ички қувватларидан қутулиб, руҳиятларини мустаҳкамлашган.

Ушбу мажмуа IX-XIII асрларда мавжуд бўлган зикрхона (хилватхона) лойиҳаси асосида 1994 йилда барпо этилган.

Дуо билан қуйидаги касалликларни даволаш мумкин: асаб хасталиклари, бош оғриши, уйқусизлик, қизилўнгач раки, аёллардаги туғмаслик касаллиги, қувватий бод, ваҳима, ўта мағрурлик, руҳий хасталиклар ва ҳ.к.

Сўфий авлиёлар қабристон

Марказ ҳудудида аввалдан қабристон бўлгани сабабли, битта умумий қабр мажмуаси ташкил қилишга келишилди. Бу қабр шу ерда дафн этилганларнинг тупроқларидан олинган ва Марказий Осиёда яшаб, авлиё даражасина етган сўфийларнинг қабрларидан олинган тупроқлар, шунингдек Маккаи мадинадан олиб келинган хоки пой мажмуасидан иборатдир.

Мазкур қабрни ташкил этишдан мақсад бу ерга келувчиларнинг руҳиятини кучайтириш ҳамда соғлиқларига ижобий таъсир қиладиган энергетик жараённи вужудга келтиришдан иборат.

Қувватий тоғ тоши

Ушбу қувватий тош илк бор бундан 600 йил муқаддам авлиёлар томонидан қўллангани ҳақида маълумотлар бизгача етиб келган. Бу ҳарсанг тош Бахмал туманидаги Узунбулоқ қишлоғи масжиди олдида азон айтиш, зикрга ўтириш ва хасталикларни даволаш учун қўлланилган. Унинг тагига Маккаи мадина ва бошқа муқаддас жойлардан олиб келинган 40 дона майда тошлар ҳам қўйилган.

Ушбу қувватий тош орқали 3 та вазифа бажарилади: азон айтиш, зикрга ўтириш ва руҳий қувватни мустаҳкамлаш, куннинг маълум вақтларида ҳар хил ҳолатда тош устида ўтириш билан қуйидаги касалликларни даволаш: қувватий бод, аёллик ва эркаклик тухумдони ва безларининг шамоллаши, неврастения, лимфа безларининг шамоллаши ва ҳ.к.

Қувватий тоғ тошига маслаҳат олмасдан ўтириш ман этилади!

Доривор «Кўк (сирли) масжид» чойи

«Кўк (сирли) масжид» доривор ўтли чойи саккиз хил бебаҳо ўт-ғиёҳлардан тайёрланади. Бу доривор ўт-ғиёҳлар экологик жиҳатдан тоза, ультрабинафша нурлар ва тош-маъданларнинг қувватига тўйинган бўлиб, Помир, Таянь-шань ва Бахмалнинг баланд тоғ тизмаларидан териб келтирилади.

Бу шифобахш чой ўзининг бетакрорлиги ва ҳаммабплиги билан ажралиб туради. Бу чой юрак қон томири, ошқозон, ичак, сийдик йўллари ва буйрак хасталикларини даволаш ҳамда профилактика қилишда қўл келади.

«Кўк (сирли) масжид» доривор ўтли чойи организмдаги ҳар хил тўсиқларни йўқотишда муҳим ўрин тутди. У ҳар қандай заҳарланишнинг олдини олади, овқат ҳазм қилишни, уйқуни ва кайфиятни яхшилайти, руҳни бардамлаштиради ва чарчоқни йўқотади.

Бу чойни ҳар ким узоқ вақт мобайнида ичиши мумкин бўлиб, унинг ҳеч қандай салбий таъсири йўқлиги аниқланган.

Тайёрлаш ва ичиш тартиби:

- 1 литр сувга 1 ош қошиқ чой солиниб 3-5 минут қайнатилади.
- 1 литр қайнаган сувга 1 ош қошиқ чой солиниб 10-15 минут дамланади.

Доривор ўт-гиёҳларни сақлаш қоидалари

Бу доривор ўт-гиёҳларни сақлаш учун алоҳида шароит яратиш (муздай жойда сақлаш) шарт эмас, чунки улар 2 йилгача бузилмайди.

Доривор ўт-гиёҳлардан дамламалар тайёрлаш ва уларни ичишда қуйидагиларга эътибор беринг:

- ҳаво иссиқ кунларда дамламаларни керагича тайёрланг;
- дахлама солинган идишнинг оғзи очиқ қолмасин;
- тузалиб кетганингиздан кейин ҳам уларни ташлаб юборманг, бир кун келиб асқотиши мумкин;
- ўт-гиёҳларни мумкин қадар ўз идишида сақланг;
- айрим ўт-гиёҳларда (Б2Т, АБ, РОМ кабиларда) ўзининг капалаги ёки пайдо бўлиши мумкин, бунинг зиёни йўқ;
- пакетга жойланган ўт-гиёҳларни сақлаш муддати – 2 йил, керосинли ўт-гиёҳларни сақлаш муддати – 1 йил, қиёмларни сақлаш муддати – 5 йил, асалли дамламаларни сақлаш муддати – 12 йил, спиртли дамламаларни сақлаш муддати – 2 йил, кукунли дамламаларни сақлаш муддати – 4 йил, томирли дамламаларни сақлаш муддати – 5 йил.

Доривор ўт-гиёҳлардан тайёрланган дамламаларни ичиш қоидалари

1. Уларни вақтида ва керагича ичинг.

2. Ичиш пайтида қуйидагиларга эътибор беринг:

- қулай ўтиринг ёки туринг (айниқса, В7,8,9,10, ОТ1,2,3; ЕД ўт-гиёҳларидан тайёрланган дамламаларни ичишда;
- 9-33 марта секин нафас олинг ва чиқаринг;
- гиёҳларни илиқ ёки иситиб ичинг;
- ҳеч шошилманг, иложи борича гиёҳ таъсирини ҳис қилинг;
- Аллоҳ таолони эслаб илтижо қилинг;
- дамламаларни ичиш жараёнида кераксиз машғулот ёки гаплар билан овора бўлманг;
- гиёҳларнинг аччиқ, қўланса ҳиди ва таъмига эътибор бермасликка ҳаракат қилинг;
- ҳеч иккиланманг, хавфсираманг, ваҳима қилманг, иложи борича ижобий фикр юритинг;

- салбий ўзгаришлар содир бўлса, тезда хулоса чиқарманг, бироз дам олиб кузатинг.

Сўфи табиб ичаётган ўт-гиёҳларингиз фойдали ва шифобахш эканлигига кафолат беради, қолгани фақат Аллоҳга маълум.

Руҳий, ахлоқий ва жисмоний баркамоллашиш тизими

1. Эрталабки ибодатдан кейин турган ва ўтирган ҳолда 9-33 марта бурундан чуқур нафас олиб, оғиздан чиқаринг. Иложи борича нафас кириши ва чиқишини кузатинг.

2. Икки маҳал – эрталаб ва кечқурун бир жойда 100 марта ўртача баландликка сакранг.

3. Эрталаб ва кечқурун 300 метр-1,5 км лўкиллаб секин югуринг ёки юринг.

4. Баландлик ва пастликка қараб юришни ўзингизга одат қилинг. Бош, елка ва танангизнинг пастки қисмлари билан 9x9=3 мартадан айлана ҳаракатлар бажариб туринг.

5. Ишингиз ва қизиқишларингиздан ташқари ўзингизга маъқул спорт турларидан бирини танланг ва у билан шуғулланинг. Масалан, енгил гимнастика машқлари, йога, велоспорт билан шуғулланинг, пиёда юринг.

6. Организм ички қувватининг ота-боболар қуввати билан боғлиқлик тизимини мустаҳкамлаш учун ота-онангиз, қариндош-уруғларингиз билан яхши муносабатда бўлишга ҳаракат қилинг.

7. Эрталаб ва ётишдан олдин «Фотиҳа», «Фалақ», «Нос», «Аср», «Ихлос», «Қодир» сураларини қироат билан ўқинг. Атрофингизда тўсиқ ва ижобий қувват тизимини пайдо қилинг.

8. «Ла илаҳа иллаллоҳ

Ла маъбуда иллаллоҳ

Ла мавжуда иллаллоҳ

Ла мақсуда иллаллоҳ» зикр сўзларини тасбеҳда 100-1000 марта туширишни одат қилинг.

9. Тасаввуф системасидаги Машқлар тизимини ўрганинг ва ҳаётингизга татбиқ этинг.

10. «Тасаввуфдан даво изланг» композициясини мукамал ўрганиб чиқинг, ўз йўлингизни ва даражангизни топинг (композицияни Марказдан олишингиз мумкин).

Сизнинг жисмоний ва руҳий соғлигингизга доир айрим муҳим маслаҳатлар

1. Ўз вақтида овқатланиш ва ухлашга одатланинг. Агар булар меъеридан ошса, кўпроқ ҳаракат қилинг ва нафас олиб юборинг.
2. Иссиқ-совуқни аралаштиришга, яъни бирваракай душ, ҳаммом ва саунага тушишга одатланманг. Танангизга ўта таъсирчан жараёнли мақом ишлатманг.
3. Уйқуга ҳеч қачон яланғоч ҳолатда ётманг. Организм ҳароратини сақланг.
4. Бошингиз, сочингизни эрталаб ювишга одатланманг, ҳўл бош билан ташқарига чиқиб кетманг.
5. Очлик билан даволанишга ва сунъий равишда озишга уринманг. Организмдаги микрофлора мувозанатини сақланг. Бир кунлик соғлиқни ўйлаб яшаманг.
6. Агар ички салбий ҳодисаларга жиҳод эълон қилсангиз, ўзингиз ўзингиз учун катта табиб бўлиб қолишингиз мумкин.
7. Умидсизлик, ишончсизлик, қўрқув, манманлик, ваҳима, бўшлиқ, ҳасадгўйлик, салбий фикрлик, сунъийлик касалликларга сабаб бўлувчи омиллардир.
8. Қонингизни тозалаш учун кўп миқдорда чой ва суюқлик ичишни одат қилинг. Кунига 2-5 литргача суюқлик ичинг. Кўпроқ суюқ ва иссиқ овқатлар енг.
9. Кўп чўмилишга ўрганманг. Таҳорат қилишга одатланинг.
10. Кўпроқ кулишга, ҳазиллашишга ва аскияни тушунишга ҳаракат қилинг. Юқорида кўрсатилган тизим ва берилган маслаҳатларни Сўфи табиб билан муҳокама қилгандан кейин амалга оширишга киришинг.

Соғлиқни сақлаш ва ички руҳни мустаҳкамлашга мўлжалланган сўфий машқлари

1. 7×1×7 ... даражасидаги нафас олиш системаси.
 2. Юрак қон томири учун ҳаракатдаги 7 нафас олиш системаси.
 3. «Коинот» нафас олиш машқи, 33 марта.
 4. Мия ва алоқа системасини тозалашга мўлжалланган нафас олиш машқи.
 5. «Сўфи-дарвиш» нафас олиш системаси: 1-9 қадам.
 6. «Ҳу-Ҳа» нафас олиш системаси: ўпка ва ўпка пардаси учун.
 7. Оёқ ва қўллар учун мўлжалланган 4 та машқ.
 8. ॐ J ϕ мантра машқи.
 9. Ошқозон-ичак иншоати учун машқлар.
 10. Ички органларни қувватий массаж қилиш системаси (9×9) = 3 мартадан.
- Эслатма.* Даволанаётган пайтингизда машқларни эрталаб ва кечқурун бажаринг, қолган пайтларда ҳафтада 2 марта – эрталаб ва уйқуга ётишдан олдин бажаринг.
- Нафасга, ҳаракатга ва уларни мия назоратидан ўтказишга эътибор беринг. Энг муҳими ҳеч қандай натижа кутманг, чунки бу чуқур ва қувватий жараёндир.
- Машқларни ўзингиз учун бажаринг!

Мия ва алоқа системасини тозалашга мўлжалланган нафас олиш машқи

- Эрталаб ва кечқурун;

- тиззага ўтирган ҳолда, фикр бошда;
- саждага бораётганда нафас бурундан олиниб, пешона бармоқ ораларига қўйилади ва нафас 30 секунд – 1 минут ушлаб турилади;
- нафас оғиздан чиқарилаётганда кўтарилиб, бош жойига келгунча бир ҳолда турилади;
- машқ 3-9 марта бажарилади.

Бадандаги мовий бўшлиқ (руҳият)ни мустаҳкамлашга мўлжалланган махсус машқлар

1. Аллоҳ – Аллоҳ – нафас олинг ва чиқаринг – 33 марта.
2. 3, 13, 19, 33 марта Аллоҳни нафас билан чиқариш.
3. Қироат (баланд овозда, «Фотиҳа», «Ойатал курси», «Кафирун», «Ихлос», «Аср», «Фалақ», «Нос» суралари).
4. 13, 33 марта фақат бурунда нафас олган ва чиқарган ҳолда илоҳий мушоҳада.
Эслатма. Машқлар эрталаб, оқшом ва ётишдан олдин бажарилиши мумкин. Машқларни ўта эътибор билан бажаринг, иккиланган ҳолда маслаҳатлашинг. Сўфи табиб огоҳлантиради: машқлар фақат тўғри йўлда юривчилар учун мўлжалланган.

Қадимги миллий анъаналар асосида даволаш усуллари

Марказий Осиё ҳудудида халқ табиблари, дуочилар ҳамда илоҳий илм ва кароматга эга бўлган сўфийлар қадим замонлардан бери турли хасталикларни ички қувватий ва руҳий таъсир қилиш орқали даволаб келадилар. Бундай даволаш усуллари жумласига массаж, ўт-гиёҳ, дуо, суҳбат, тумор ёзиб бериш билан даволаш, шунингдек тананинг маълум оғриқ, бод, салбий қувват тўхтаб қолган жойларига қамчи билан уриш, ўткир миллий пичоқ билан қувват иншоатини тўғрилаш каби муолажалар киради.

Бунда оилавий анъана даражасида шаклланган махсус темирдан ясалган «Шифо қиличи» номли тиф-қилич билан даволаш усули алоҳида ўрин тутди. Бу қилич ёрдамида одам танаси атрофидаги биоэнергетик, руҳий ҳолатга, салбий қувват системасига ижобий таъсир кўрсатиш, организм атрофида кураша оладиган иммунитет системасини яратиш йўли билан физиологик, энергетик ва руҳий соғломликни сақлаш масалаларини ҳал қилиш мумкин.

Албатта, бунда жиддий даволаш системасини ишга солишда Қуръони карим оятларидан, шакли дарё (манада), шакли шаршара (мантра) ва шакли ҳаракат (образ)лардан ҳам фойдаланилади. Даволаш амаллари махсус тайёргарликдан

Ўтган, ички олам қувватларига эга бўлган мутахассис томонидан бажарилиши назарда тутилади.

Бу усуллар билан қуйидаги касалликлар даволанади:

- руҳий (психологик) тушкунлик;
- қўрқоқлик;
- қувватсизлик;
- қувватий бод;
- ишончсизлик;
- манманлик;
- ёлғончилик;
- ўта мағрурлик;
- жаҳлдорлик;
- ичи бўшлик (мадорсизлик) ва бошқа ҳоказо касалликлар.

Бу усулларда даволаниш фақат Сўфи табиб кўригидан ва маслаҳатидан кейинги амалга оширилади.

ДОНИШМАНД СЎФИЙЛАРНИНГ МАҚОЛЛАРИ ВА МАСЛАҲАТЛАРИ

Ичи тоза бўлганнинг соғлиғи ҳам яхши бўлади.

Соғлом бўламан десанг, «рашк» сўзини унут.

Соғлом бўламан десанг, ўт-ғиёҳлар билан машғул бўлишни ўзинга одат эт.

Қирқ ёшдан кейин яхши табибинг бўлсин, агар у бўлмаса, яхши тобутинг бўлсин.

Масиҳнинг даво нафаси Аллоҳнинг яратгувчилик нафасидан далолатдир.

Билим - қалбнинг давосидир.

Ҳар кимда юз бошқа, ҳар кимда қалб бошқа.

Бир оилага эга бўлиш бахтлардан биридир.

Агар табиб бўлолмасанг, табибга яқин юргин.

ТАСАВВУФ ЛУҒАТНОМАСИ

1. Обид – диний фарзларни бажарувчи шахс Исломда «обид» деб аталади.

2. Зухд – ахлоқий ё ирфоний мақсадга етишиш воситасини ифодаловчи тариқат мақомотидан бири. У дунё билан боғлиқликни бад (ёвузлик) сарчашмаси, таркидунёчиликни хайр (эзгулик) сарчашмаси деб билади. Зухднинг арабий ёзувидаги биринчи ҳарфи «з» - тарки зиннат, «ҳ» – тарки ҳавою ҳавас, «д» – тарки дунё деб зоҳидлар талқин қилишган. Замона нобаробарликларига нисбатан эътироз рамзи сифатида вужудга келган.

3. Зоҳид – тарки дунёчилик билан шуғулланиб, узлатни ихтиёр этган киши. Шаръ аҳкомининг ботиний жавобларига аҳамият берувчи зоҳидлар ҳаёт тарзи обидларникидан фарқ қилади. VI-VII асрларда ташаккул топган. VIII аср ибтидосидан бошлаб зоҳидлар ахлоқига тасаввуф русуми-одоби (фақр, сабр, қаноат, риёзат, зикр, ибодат ва ҳоказо) қўшилди. Тасаввуфнинг бошланғич шакли саналади. Кейинчалик зоҳидлар тасаввуфнинг илк намояндалари бўлдилар.

4. Зикр – тасаввуфда солиқларнинг Худо номини тилга келтиришлари ҳамда ўй-фикрларини унга қаратишларига айтилади. Ушбу тасаввуфий ҳол Қуръони каримнинг «фаазкаруни аскарукум» оятидан (мени эсланглар, мен сизни эсламан) маънавий ғизо олган. Зикр сўфийга мушоҳада ҳолатига ўтиш учун имконият туғдиради. Зикрнинг асосий шарти шуки, сўфий барча руҳоний

кучларини унутади. Шунинг учун ҳам баъзи сўфийлар зикрни беш вақт намоздан устун десалар, бошқалар, масалан, Ғазолий ўзининг «Кимёи саодат» асарида ибодату намоз Худо номини зикр қилиш билан баробар эканлиги, Каломи Мажидни тиловат этишлик энг буюк ибодат саналишини ёзади.

5. Илҳом – диний таълимот бўйича Худо олами ғайбдан хослар кўнглига соладиган туйғу. Дин муҳаққиқлари илҳомни ваҳийга тобеъ деб биладилар. Сўфийлар таълимотида илҳом мафҳуми баланд мақомга эга, уларнинг фикри бўйича Худо уни икки йўл орқали ошкор қилади: алоҳида олинган шахсга унинг онгида маърифатни жойлаштириш йўли орқали ва умуман, инсонга элчилар воситаси ила дастур ва маълумот орқали. Биринчиси илҳом, иккинчиси эса ваҳийдир. Агарда ваҳийни Расул пайғамбар фаришта орқали қабул қилиб оммага етказса, илҳом алоҳида кишиларга хосдир. Ҳақиқий маърифат учун илҳом салоҳияти хусусида сўфийлар орасида турли ақидалар мавжуддир.

6. Аҳвол – ҳолнинг кўплиги, тасаввуфда солиқнинг махсус руҳий ҳолатини айтишадиким, у тариқатнинг таркибий қисми бўлиб, сўфий қалбига гўё илоҳий иноят орқали кириб келади. Солиқ мақомот силсиласини босиб ўтгандан кейин аҳвол воситаси ила Аллоҳнинг зоту сифатини бевосита англай бошлайди. Абунастри Саррож «Ал-ламаъ фиттасаввуф» китобида солиқлар аҳволини 10 қисмга ажратади: мувоқибат, кубр, муҳаббат, хавф, ризо, шавк, унс, этминон, мушоҳада ва яқин. Мақомот ва аҳвол бир қарашда диний масала кўринсалар-да, аслида тасаввуф таълимотининг якуний мақсадларини ифода этувчи лафзий мафҳумлардирлар. Асосий ғоя инсоний маънавий етукликка ҳидоят этиш ва инсон мақом мартабасини Худолик даражасига кўтаришлиқдир.

7. Бақо – сўфияда фанодан кейинги тасаввуф аҳволининг охириги зинаси бўлиб, унга эришиш учун солиқ барча моддий саналган ишлардан пок бўлган ҳолда, унинг руҳоний жиҳатлари ҳайвоннинг жиҳатларидан устун келиши, у бевосита Худони англамоғи даркор. Фано марҳаласида агарда сўфий Аллоҳнинг исму сифатларини таниб олса, бақода у илоҳий ҳақиқатнинг зотини тушуниб етади ва барча моддий оламни эътиборий амр сифатида Худога баробар деб билади. Сўфий бир кўзи билан Худони ва иккинчи кўзи орқали оламни баробар кўради. Шунинг учун ҳам ўзида фоний бўлиб, яна ўзида боқий бўлган кишини «зуайнайн», яъни икки кўзли ёхуд икки кўз эгаси дейдилар.

8. Дарвеш – гадолик билан умр кечирувчи хос табақа одамларни айтишади. Тариқат солиқлари ва сўфийлар силсиласи аъзоларини, овогарчилик билан шуғулланувчиларни дарвешлар дейишган. Маънавий ҳаётда дарвешлар нуфуз пайдо қилганликларидан кейин сўфияда бир оқим бўлиб дарवेशия оқими номи билан ташкил топди.

9. Дарवेशия – тасаввуф силсилаларидан бири, IX-XI асрларда Бағдод, Кўфа, Басра шаҳарларида пайдо бўлган. Издошлари узлатда, гўшанишинлик билан шуғулланиб, зуҳду тақвони тарғибу ташвиқ қилишарди. Мазкур силсила пайровлари кўпинча шаҳар косиб-хунармандлари аҳлдан бўлиб, гадолик-тиланчилик билан шуғулланиб, ирфоний шеърлар ўқир эдилар. Дарвешлар ўзлари

учун хонақоҳлар ва махсус зовиялар тузиб, унда сўхбат ва ирфоний баҳслар, мунозаралар уюштиришарди.

10. Кашф, мукошафа – тасаввуфда ғайбий маъноларни англатмоқни билдирадимики, руҳоний ва жисмоний ҳижобларни бартараф қилишда солиқларда юз беради. Бу ҳижоблар ғайб ва шаҳодат олами ўртасида жойлашган бўлади. Тасаввуф муаррихларининг фикрича, кашф ўз навбатида икки хил бўлади: 1. Кашфи суварий. 2. Кашфи маънавий.

21. Мавлавия – XIII асрда Жалолиддин Румий томонидан асос солинган тасаввуф тариқатларидан бири. Таълимотнинг асосини ботинга қайтиш, ваҳдатга назар ва зоҳирдан эътироз ташкил этади. Ўрта ва Яқин Шарқда тарқалган бўлиб, энг улуғ маросимларидан бири рақсу самоъ ҳисобланадимики, у фалак ва осмоний жисмларнинг айланиши рамзидир. Маълумотларга қараганда, ушбу тариқатга аъзо бўлиш учун солиқ 1001 кун сўфийлар ва муршидлар хизматини бажо келтириши лозимдир. Даставвал 40 кун хизумкашлик учун тайёрланиши ва ушбу тариқа 1001 кун хизмат қилиб, силсилага тўла ҳуқуқли аъзо бўлиб кириши, ундан кейин ғусл қилиб тавбадан ўтгач, риёзат ва мужоҳада йўлига кириши даркор. Мавлия ҳозир ҳам баъзи бир араб мамлакатларида фаолият кўрсатмоқда.

12. Каромат, хориқулдод – диний ва тасаввуфий истилоҳ бўлиб, тариқат солиқларининг фавқулдод амалларини ифодалайди. Сўфийлар ақидасига кўра, кашф оламининг мантиғи зоҳир оламнинг мантиғидан фарқ қилади. Шунинг учун ҳам солиқлар покдомонлик ва ахлоқи ҳасана даражасига етган пайтларида кашфу шухуд йўли билан руҳоний оламни англашга нойил бўладилар, шунинг натижаси ўлароқ, шундай бир амалларни қила оладиларки, у амаллар авомга ажиб ва фавқулдод ҳисобланади. Ушбу хориқулдод фаолияти каромат деб ҳисобланади. Худди шундай амални қила оладилар, аммо уларники мўъжиза деб номланади. Кароматнинг мўъжизадан фарқи шундаки, вали ўз кароматини махфий сир сақлайди ёхуд ўзи ундан беҳабардир, набий эса мўъжизасини ошкор қилиши керак ва ўзи ҳам бундан воқифдир. Валий ҳам, набий ҳам ўзларининг хориқулдод амаллари чоғида Қуръони каримга така қиладилар, суянадилар. Дин ва тасаввуф таълимотига кўра набилару валилар шу сабабдан мўъжизаю каромат содир этадиларки, 1) инсон ақлий жиҳатдан обдон кучли бўлганидан сўнг, унинг ўй-андишаси фасод ва борлик оламидан тажовуз этиб, олами руҳонийга йўл топади ва мафорикот нуридан баҳра олиб, борлиқ дунёнинг сир-синоати ва муаммоларини англаб олади; 2) мужоҳада ва мушоҳада давомида тахаййулий қувват мустаҳкамланиб, инсон ботиноси ё сезгиси (фантазия) орқали мускул оламига (ғоялар дунёсига) кириб, моддий оламнинг жузъий юмушларидан огоҳ бўлади; 3) ахлоқий-маънавий камолоти ила инсоннинг сезги кучлари кўчга тўлиб, моддий оламнинг моддалари ва унсурларини тасхир этади, забт этади. Ўрта асрлар тасаввуф тадқиқотчилари шу ақидалардаки, каромат ўз моҳиятига кўра мўъжизадан унчалик фарқ қилмайди, аммо шариат қонунларига кўра валиларнинг амру фаолиятларини набийлар юриш-турмушлари билан баробар деб билиш гуноҳ саналганлиги учун ҳам валиларнинг амру найҳлари каромат деб айтилади.

13. Мақомот – сулук мартабалари силсиласини мақомот деб айтадиларким, соликлар улар уни сўфийликка хос одоб билан кечиб ўтиб, (риёзат ва мушоҳада орқали) маънавий етукликка эришадилар. Тариқат издошлари ҳақиқат маърифатига эришиш учун амаллар ва феълларнинг турли зиналарини кечмоқлари даркор. «Мақомот» «аҳвол»дан фарқли ўлароқ иқтисобий бўлиб, шунинг учун ҳам унга риёзат ва мужоҳада орқали эришилади. Ҳар бир солик даставвал муайян бир мақомнинг аҳкомини пухта ўзлаштириб олиб, сўнгра бошқа мақомга ўтади. Акс ҳолда камолотга нойил бўлолмайди. Масалан, тариқат издоши қаноатни тўлиқ ўзлаштирамасдан таваккулга ўтолмайди, таваккулсиз ризо йўлини босиб ўтолмайди, шу тариқа бошқа мақомларни ҳам. Мақомот сонлари хусусида сўфия адабиётида турли ақидалар мавжуд, бироқ аксар муаллифларнинг фикрича улар еттита: масалан, тавба, вараъ, зуҳд, фақр, сабр, таваккул, ризо. Шунингдек тасаввуф тарихида сўфийлар томонидан фақат бир мақомни тан олиб, бошқаларини эътибор қилмайдиган ҳоллар ҳам мавжуд: масалан, зоҳидлар ислом аҳли ибтидосида зуҳдни ўз таълимотининг асоси деб муқаррам этган бўлсалар, кейинчалик қаландарлар фақрни мақомотнинг асосий зинаси деб эълон қилдилар.

14. Маърифат – тасаввуфдаги асосий рукндан иборат бўлган ирфоний таълимотнинг учдан бири. Сўфий шариатдан тариқатга ўтиб, маънавий камолот сари юқори зиналар забт этар экан, илоҳий асрорни илғам олади. Тасаввуфий маърифатнинг моҳияти шундан иборатким, сўфийлар нуқтаи назаридан моддий олам яхлитлигича битта сарчашмадан келиб чиқади ва у бутун борлиқнинг мазҳари сифатида ғайривоқеий манбага – асосга эга. «Ман арафа нафсаҳу ва қад арафа раббаҳу», яъни ким ўзини таниса, ҳақни танийдидан бўлади. Маърифат тасаввуфда ғайрииқтисобий билимдир.

15. Имомат – мамлакатда диний-дунёвий ишларни бошқаришда айтадиларким, у пайғамбар ноиби сифатида амал қилади; ислом шиалигининг шаръий ҳукмларидан бир рукни. Муҳаммад пайғамбар вафотидан сўнг мамлакатнинг идора қилиниши хусусида (диний-дунёвий ишларни қамраб олувчи) ихтилоф юзага келди. Шиалар нуқтаи назаридан бу масала нубувват сингари илоҳий амр бўлиб, имом айтганлари диний дастур ҳукмидадир. Шиалик фирқаларидан бири бўлган Зайдия оқими шундай бир фикрни илгари сурадики, гўё Муҳаммад пайғамбар аниқ қилиб ҳазрати Алини имоматга номзод қилиб тайин этган, бироқ ушбу шиа мазҳабининг бошқа оқимлари бу фикрни рад этганлар. Шиалар имоматни нубувватнинг ўринбосари деб биладилар ва шунинг учун имоматни лутфи омма, нубувватни лутфи хоси илоҳий деб санайдилар.

16. Мурид, шогирд – муршиддан иродад кули олиб ирфоний маърифатга қўл урган тариқат солики – издошини айтадилар. Сўфийларнинг тариқатидаги илк ва зарурий қадами ўзининг пиру устозини сайлашдир. Ўзининг муршидини сайлаб олганидан сўнг солик деган номни олиб тавбага тушади. Сўнгра ибодат ва зикри-забонийга ўтади. Кейин нафсини поклашга ўтади. Сўнгра тасфия қалбга, яъни кўнглини сайқаллашга ўтади. Муридлик-муршидлик муносабати биринчисининг кейингисига итоаткорлигидир. Бунинг натижаси ўлароқ соликнинг нуру зиёси, руҳу сафоси кўпаяди.

17. Муршид, пир, шайх – ирфоний маърифатнинг баланд чўққисига етган кишига айтилади. Муридни тасаввуфий тариқатга раҳнамолик қилувчи. Тасаввуфда солик камолотга етиши учун қўшимча дастурот керакки, уни муршид бера олади. Мурид ўзининг хатти-ҳаракатида бутунлай муршид итоатида бўлиб, ундан оладиган маслаҳат-машваратни сир сақлаши лозим, бутун фикру зикрини ҳақ маърифатига оид бўлган буйруқларига йўналтирмоғи даркор. Муршид иршод беради. У тавбаю талабдан бошланиб, доимий зикр, ризою таваккул, таслиму тафрид, тажриду тавсия, сидқ, шавқу завқни муҳаббат, мукошифаю мушоҳада, фаною бақо ва жамулжамни қамраб олади; ушбу мавҳумларнинг ҳар бири маънавий маърифатнинг меърожий зиналарини ифода этади.

18. Муҳаббат – шавқ негизда вужудга келадиган қало ғалаёинини айтадилар. Пок инсоний муҳаббат ёхуд эркак-аёл ўртасидаги муҳаббат аҳли шавқ муҳаббати бўлиб, у барчага дахлдордир. Сўфийлар муҳаббатини аҳли кашф муҳаббати дейдилар. Аввалгисини кўнгил майлига, кейингисини руҳ майлига алоқадор деб билганлар. Сўфий бунга мукошафаю мушоҳададан сўнг эришади.

19. Мушоҳада – тасаввуфда муршид ҳидояти ила нафас камоли, қалб тасфияси, ахлоқ таҳзибини мушоҳаба қилиш натижасида юз берадиган ҳолни айтади. Мушоҳада мукошифадан кейин келади. Солик мушоҳадада фано топади. Ориф ҳар бир нарсада ҳақни кўради. Ушбу мақомни «эхсон» деб айтадилар. Сўфия адабиётида ушбу мазмунни ифода этиш учун кўпгина сўзларни, жумладан: «ит-тисол», «ваъд», «завқ», «шарб», «беҳудлик», «тажалли» ва бошқаларни ишлатишади.

20. Мужоҳада – тасаввуфда нафснинг ҳавою ҳавасга қарши курашини айтадилар, зеро, ушбу ҳавою ҳаваслар камолоту мақомот йўлида ғовдир. Унинг самараси ўлароқ, солик мукошафаю мушоҳада орқали ҳаққи яқинлашади.

21. Нақшбандия – XIV асрда таъсис топган тасаввуфдаги энг машҳур силсилалардан бири; асосчиси Баҳовуддин Нақшбанд. Ўрта Осиёда вужудга келган. Ижтимоий ҳаётда муҳим роль ўйнаган. Унинг тарқалишига Хожа Муҳаммад Порсо, Мавлоно Яъқуби Чархий катта улуш қўшганлар. Хожагон силсиласининг мантиқий давоми бўлиб, таълимотнинг асосини ўн бир қоида ташкил этади: назар ва қадам, сафар дар ватан, хилват дар анжуман, ёдкард, бозгашт (қайтиш), нигоҳдошт (асраш, сақлаш, сақланиш), ёддошт, хуш дар дам, вуқуфи замоний, вуқуфи ададий, вуқуфи қалбий. Нақшбандия пайровларини шариат қоидаларини риоя этишга чорлаб, касбу ҳунарни улар учун зарурий деб билади. Ана шу нуқтаи назардан келиб чиқиб «даст ба кору дил ба ёр» – «қўлинг ишдаю кўнглинг Худода бўлсин», деган чақириқ юзага келган. Бошида ўз тарафдорларини зуҳду тақвога чақирган бўлса-да, кейинчалик ижтимоий ҳаётда нафақат фаоллик кўрсатдилар, балки мамлакатнинг сиёсий ҳаётига ҳам қўл урдилар, ижтимоий-сиёсий ақидалар диний аҳкомлар орқали ўз ифодасини топди.

22. Олами лоҳут – олами ароаа, яъни тўрт оламнинг бири бўлмиш энг юқориси саналади, «ло ҳува илло ҳува», унда ушбу олам зоти илоҳийдан, жабарут сифоти илоҳийдан иборат бўлади.

23. Олами носут – олами ароаанинг энг охиргиси, қавну фасод олами демақдир, уни олами мулк, олами шаҳодат, олами халқ деб ҳам атайдилар.

24. Олами малакут – олами ароаанинг учинчиси, олами ғайбу мужаррадот ва нуфусу ботинни ифода этади.

25. Олами жабарут - олами ароаанинг иккинчисидир, олами азимат, сифоти илоҳийнинг исмларининг жилоси ва ҳақиқати муҳаммадий деб билинади. Олами жабарут ваҳдат ва сифат мартабасига тааллуқли бўлиб, унда илоҳий ирода ва илоҳий машиятдан (истак) бошқа ирода ҳоким эмас. У халойиқ жабри ва касратининг мақомидир, олам қутбининг мақомидирки, аршдан ергача қамраб олади, авлиё кароматию авлиё мўъжизоти шу оламга тааллуқлидир. Солик касрат мақомида юксалавериб олами жабарутга ва ундан малакутга, ундан олами лоҳутга этади ва зоти илоҳийни англаб олади.

26. Ориф – тасаввуфда ҳақ маърифатига жаҳд этган кишига айтилади. Бошида обиду зоҳиду ориф ўртасида фарқ йўқ эди, аммо сўфия ривожидан ориф кўпроқ машҳур бўлди. Бу атама солиқнинг асрори илоҳийни англашга муяссар ва мушарраф бўлганлигини ифодалайди. Унинг наздида инсон «жаҳон тожи»дир, ҳилқат натижасидир.

27. Расул – диний таълимотда башар аҳлига раҳнамолик қилиш учун Худо томонидан юборилган кишига айтилади. Қуръони каримда Нух, Исмоил, Мусо, Исо каби пайғамбарларнинг зикрлари келтириладики, охирчилари Муҳаммад (с.а.в.)дир. Улар расул деб келтирилади. Расул набидан фарқ қилади. Расул китоб соҳиби бўлиши керак, бироқ бу амр наби учун шарт эмасдир. Бинобарин, ҳар қайси расул набидир, бироқ ҳар қандай наби расул бўла олмайди. Зеро, набига ваҳий келур, расулга эса бошқаларга етказиш учун хабар келади. Масалан, Муҳаммад (с.а.в.) Худо билан гоҳо бевосита, гоҳо Жаброил орқали роз айтиб, ёинки Худо ғайбдан уйқу асносида ҳам унга ваҳий келтириб турган. Пайғамбар бошқаларни ундан огоҳ ва хабардор этганлар. Шунинг учун ҳам рисолатни набийнинг башарий жиҳати деб билганлар.

28. Рақсу самоъ ва мусиқа – тасаввуфда сўфийларнинг суннатини дейишадиким, важду сурур ҳамда нафис, нозик ва латиф мусиқа оҳанглари остида оёқ тепишдан иборатдир. Аҳли исломнинг дастлабки босқичида рақсу самоъ ва мусиқа ман қилинган эди, бироқ ботиний фикрлаш ривожидан рақсу самоъ ва мусиқа ислом суннатида ўзига йўл очди. Сўфийлар самоъ мажлисларида латиф оҳанглар остида рақсга тушишарди. Уларнинг ушбу амали дин аҳлининг рақс ва мусиқани ман қилишликларига қарши ўлароқ (аҳли дин бу амалларни бидъат деб билганлар), ботиний мазмун-моҳиятга эга эди ва дев нафсидан, аниқроғи нафс девидан қутулишни, озодлик рамзини ифода этарди. Қушайрий ўзининг «Рисолаи қушайрия» асарида самоъни сўфийларнинг жузви ҳоли, яъни ҳолнинг таркибий қисми сифатида қавмга берган. Унга кўра, асҳоби риёзат ва арбоби мужоҳадат самоъни солиқнинг нафси ва қалбида камолотнинг ҳосил бўлиши деб билганлар. Шайх Жалолиддин Румий самоъни илоҳий асрор идроки – англашилиши деб

атаганлар. Сарчашмаларда ёзилишича, IX асда Мовароуннаҳр ва Хуросонда бир қанча «самоъхона»лар бўлган.

29. Ражо – тасаввуфнинг аҳволидан саналмиш зиналардан бири. Солик унда ҳақ фазлу карамидан эзгулик ва умид кутади, унга интизор бўлади.

30. Риёзат – тасаввуфда ёқимсиз сифатларнинг ярашадиган ва ёқимли сифатларга алмашуви ҳамда шаҳвоний нафсдан кечиб, солиқнинг намоз ва рўзага мулозим бўлиши, гуноҳдан четда бўлиб тунларни бедор ўтказиши, азоб-қийинчиликларга бардош беришини талқин этади.

31. Тавба - қайтиш демақдир, олий ахлоқий сифатларга қайтиш. Тариқатга қадам қўйган одамнинг нияти ва моҳияти аввало шу тавбасидан аёнлашади. Тавбанинг моҳияти шуки, солиқ Худога етишиш йўлига ғов бўладиган жамики нарсалардан қайтишга қасамёд этади, бутун интилиши, таважжуҳини Аллоҳга қаратиб, аввалги турмуш тарзидан воз кечади.

32. Сўфий гимнастикаси – ички қувват йўлларини очиш ва уларни зарур қувват тизими билан тўлдиришга мўлжалланган махсус машқлар системаси.

33. Сўфий хореографияси – ишлатиб бўлинган ички қувватни ташқарига чиқариб ташлаш ва бадан атрофида ҳимоя қилишга қодир бўлган биоэнергетик қувват тизимини шакллантиришга мўлжалланган махсус машқлар системаси.

www.nursafardiyya-sufism.uz

SO'FIY TABOBATI

Toshkent-2004

Mualliflardan:

Ushbu risolada biz tasavvuf tabobatiga xos amaliyotlar, so'fiy tabobati masalalari xususida baholi qudrat so'z yuritishga harakat qildik. Bunda dunyo so'fiy tabobati tajribalari hamda o'zimizning uzoq yillik ilmiy-amaliy kuzatuvlarimiz asos qilib olindi. Mualliflar kelgusida hamkorlikni davom ettirish va yangi izlanishlar olib borish niyatidadir.

So'fiy tabobati amaliyoti maxfiy ilmlar jumlasidandir. Shuning uchun ham rasmiy adabiyotlarda ma'lumotlar juda kam uchraydi. Buning sababi shundaki, so'fiy tabobatiga doir ma'lumotlar murshid-murid munosabatlarida ayon bo'lib, vaqt o'tgani sari unutilavergan, chunki yozma shaklda emas, balki pir-solik yo'nalishida og'izdan og'izga o'tib kelgan. Buning yana bir sababi so'fiy tabobati ilmining ilohiyligidadir.

Ellik birda cho'llar kezib giyoh yig'dim,
Toat qilib tog'lar chiqib ko'zim o'ydim.
Diydoringni ko'rolmasdan jondin to'ydim,
Biru borim diydoringni ko'rolmanmu.

Qul Xoja Ahmad Yassaviy

Ushbu risolani biz tariqatimiz piru murshidi Shayx Xoja Ahmad Yassaviyning ruhi poklariga, shuningdek bizning shu yo'lga tushishimizga va tasavvufning teran ilmlarini o'rganishimizga rahnamolik qilgan ustozlarimiz Hoji momo, Ibrohim ota, mulla Qo'chqor tabib, Nurboy ota, Ismoilboy ota, Mehrioy ona, Mannon tabib va nomlari faqatgina Yaratganga ma'lum insonlarga bag'ishladik.

Kitobning dunyoga kelishida bizga yordam bergan yozuvchi To'xtamurod Rustamga o'z minnatdorchiligimizni bildiramiz.

So'fiylik shunday bir kunki,
bunda quyoshga ehtiyoj yo'qdir.
So'fiylik shunday bir kechaki,
bunda oyga ehtiyoj yo'qdir.
So'fiylik shundayin bir yo'qlikki,
bunda hech bir borliqqa ehtiyoj yo'qdir.

Shayx Abdulhasan Haqqoniy

Sog'lom inson Alloh taoloning
mukammal asaridur.

So'fiy maqoli

DEBOChA

Bir odam Masih bilan sayr qilib yurgan ekan, bir nechta suyakka ko'zib tushib qolibdi. U Masihdan o'likni tiriltirishni o'rgatishini so'rabdi.

Masih aytibdi: «Bu ish sizga to'g'ri kelmaydi. Siz o'zingizning sog'lig'ingizga yaxshi qaray olmaysiz-ku, birovlariga ta'sir etmoqqa qiziqib yuribsiz».

O'zbekiston mustaqillikni qo'lga kiritganidan so'ng o'tmish qadriyatlarini tiklash, uning noyob durdonalarini xalq tafakkuriga qayta etkazish, undan bahramand etish borasida talay ishlar amalga oshirildi va amalga oshirilmoqda. Endilikda hayot hozirgi kun muammolariga boshqacha yondashishni taqozo etmoqda. Bu iqtisod va siyosat bilan bir qatorda, tibbiyotga ham taalluqlidir. Ayniqsa, tib-medsina sohasida katta o'zgarishlar sodir bo'layotir. Buning sababi shundaki, Maraziy Osiyoda yashovchi xalqlarning urf-odatleri, rasm-rusumlari dunyoning boshqa mintaqalarida yashovchi xalqlaru elatlarning urf-odatlaridan tubdan farq qiladi. Sobiq sho'rolar tuzumi davrida bunga e'tibor berilmas yoxud past nazar bilan qaralar edi.

Albatta, hozirgi zamon tibbiyot ilmida ich kasalliklarini davolash, jarrohlik, ayollar xastalıkları, stomatologiya, tez tibbiy yordam sohalorida jiddiy yutuqlar qo'lga kiritilgan. Respulikamizda yangi sog'aytirish-sog'lomlashtirish maskanlari bunyod etilmoqda. Shu bilan birga biz o'tmishdan qolgan ulkan merosga ham egamiz. Tibbiyot sohasi ham bundan mustasno emas. Ajdodlarimiz qoldirgan noyob tajriba mukammal, to'laqonli o'rganilmagan. Bizning o'lkamizda ushbu tarixiy tajriba noan'anaviy tabobat deb nomlangani holda, chet elda aksincha an'anaviy meditsina deb e'tirof etilgan. Buning sabablariga nazar tashlaydigan bo'lsak, sobiq sho'rolar davrida faqat tibbiyot bilim yurtlarini tamomlagan shaxslargina davolash bilan shug'ullanish huquqiga ega bo'lganliklarini ko'ramiz. Asrlar sinovidan o'tgan xalq tabobatiga bepisand nazar bilan qaralgani uchun u «noan'anaviy» degan nom oldi. Vaholanki, butun dunyoda bu tabobat yakdillik bilan an'anaviy deb tan olinadi. So'nggi yillarda jahonda bu sohaga e'tibor ayniqsa kuchaydi. Xalq orasidan chiqqan tabiblar qo'llab-quvvatlanmoqda, ularning noyob qobiliyati, tajribasi o'rganilmoqda. Bundan kelib chiqib, bu ikki tabobat sohalarini «an'anaviy» va «noan'anaviy»ga ajratmasdan, «hozirgi zamon tabobati» va «xalq tabobati» deb tafovut etish, bizningcha, to'g'ri bo'ladi.

Qadim Turkiston – hozirgi Markaziy Osiyo – asrlar osha xalq tabobati beshigi deb e'tirof etib kelingan. Buning isboti tariqasida Muhammad Roziy, Husayniy, Abu Mansur Buxoriy, Abu Rayhon Beruniy va Abu Ali ibn Sino ismlarini keltirish kifoyadir. Bu allomalar Gundishapur yoxud so'fiy tabobati maktabiga asos solganlar.

Hozirgi zamon tibbiyotining shifobaxshlik samarasini ba'zan kimyoviy dori-darmonlarning xilma-xilligi, omborlarda uzoq muddat saqlanishi, ularning aksariyati chet el firmalarida inson «mijozi» xususiyatlari inobatga olinmasdan ishlab chiqarilishi, asosan tijorat – biznesni ko'zlab qilinayotgan sa'y-harakatlar ancha pasaytirib yuborayotir. Vaholanki,

bizning qadimgi xalq tabobatimiz «mijoz» haqida maxfiy ma'lumotga ega bo'lib, inson tanasi uning badanidagi ko'p qamrovli iqtidoriga molikdir. Bunda inson ichki energiyasining tashqi muhitga nisbatan muvozanati – mutanosibligi buzilmaydi, zero, bu vaqtinchalik natijalarga emas, balki to'la-to'kis sog'ayib ketishga olib keladi, yondosh og'riq va asoratlarni keltirib chiqarmaydi.

Bugungi kunda dunyoning rivojlangan mamlakatlarida, jumladan, AQSh, Germaniya, Xitoy va Filippinda hozirgi zamon tibbiyotini xalq tabobatiga tayanib amalga oshirish tajribasi sinab ko'rilmogda. Bunda bemorga tashxis qo'yishning yangi usullari, shifobaxsh o'simliklardan keng foydalanish, organizmning qarshilik kuchini (immunitetini) oshirish, surunkali kasalliklarni davolashga katta e'tibor berilmogda.

Bu o'rinda xalq tabobati respublikamizda ham kundan kunga rivojlanib borayotganini alohida qayd etib o'tish joizdir. Tabiiyki, bu rivojlanish ham ijobiy, ham salbiy jihatlariga ega, zero, hozirgi zamon tibbiyoti atoqli tabiblarning faoliyatidan, siru sinoatidan bexabar bo'lganligi uchun ham uni nazorat qila olmaydi.

Shunga qaramay, xalqimizning tarixiy an'anaviy turmush tarzi uni xalq shifokorlari – tabiblarga shifo so'rab murojaat etishga da'vat qilmogda. Bundan tashqari, bir qator tabiblarimiz o'z bilimlarini hozirgi zamon tibbiyotida qo'llab ko'rishga intilmogqalar. Ushbu sa'y-harakatlar shubhasiz pirovard natijada bobokalonlarimizning qariyb unutilayozgan yoki yo'qolib borayotgan noyob bilimlarini qayta tiklash, barqarorlashtirish, shuningdek xalq tabobatini sog'lom avlodni tarbiyalab voyaga etkazish va ma'naviy etuk jamiyat qurishga xizmat qildirishga olib keladi.

Sharq tibbiyotidagi zamonaviy va an'anaviy rusum-tamoyillarni o'rganish, ularni qo'llash va rivojlantirish markazi yoxud muxtasar qilib aytganda «Yassaviy-Turkiston Xalq Tabobati Markazi» hozirgi zamon hamda an'anaviy-noan'anaviy davolash usullarini qo'llashni, O'zbekiston Respublikasi va chet el fuqarolariga baholi qudrat xizmat ko'rsatish, ularning shifo topib, tuzalib ketishlariga yordam berishni o'z oldiga asosiy maqsad qilib qo'ygan. Bunda Markaziy Osiyo mintaqasida so'fiy tabobati yoxud tasavvuf tabobati muhim va ajralmas vosita sifatida ilk bor mana shu markazda amalga oshiriladi. Biz ushbu risolamizda xalq tabobatining ajralmas qismi bo'lgan so'fiy tabobati, ilm va ibodat, so'fiy tabobatining hozirgi davrdagi o'rni, qolaversa, «Yassaviy-Turkiston Xalq Tabobati Markazi» faoliyati haqida umumiy ma'lumotlar berishga harakat qildik.

ILM VA IBODAT

Ilm ibodatdan afzaldir.

Hazrati Muhammad Mustafo (s.a.v.)

Donishmandlar ilmni uch nav'ga bo'lganlar: ilmi virosiy, ilmiy kasbiy, ilmiy laduniy. Buni quyidagicha sharhlash mumkin: ilmiy virosiy deganda qon bilan yoxud hozirgi zamon tibbiyoti tilida aytganda, gen orqali o'tadigan bilimlar majmuni anglamoq darkor. Uni ilmi xuniy (ya'ni qondan o'tgan ilm) yoki ilmi merosiy deb ham atashadi. Chunonchi, ota kasbini o'g'il davom ettiradi. Farzandning «pushtida» yoxud xalq tili bilan aytganda, «orqasida bor» bo'lsa, o'sha kasb belgi-alomatlari unda ham zohir bo'ladi; «bobosi mulla edi, nevarasi ham mulla bo'libdi, ota-bobosi cho'pon o'tgandi, bolalari ham cho'pon bo'lishibdi», degan gap-so'zlarni tez-tez eshitib turamiz.

Xo'sh, «ilmi kasbiy» nima? Ota-bobolari ma'lum bir kasb-hunar orqali rizq-ro'z topganidek, farzandlar ham biron-bir kasbni tanlaydi va uni o'qib-o'rganadi. Ya'ni u ma'lum bir ixtisoslik bo'yicha o'qib-o'rganib, kasb egasi bo'ladi. Masalan, umr bo'yi cho'ponlik qilib o'tgan odamning o'g'li huquqshunos bo'lishi mumkin. Yoki, aksincha, otasi muallim bo'lgani holda, farzandi duradgor yoxud kosiblik kasbini tanlashi mumkin.

«Ilmiy laduniy»ga kelsak, bu shunday bir ilmki, u odamzotga Oллоhdan keladi. Shuning uchun ham bu ilmni xalqda «ilmi xudodod», ya'ni Xudo bergan ilm deb ham atashadi. Bu masalada olimlar orasida yakdillik mavjud emas. Ba'zi olimlar bu ilmni tan olsalar, ayrimlar unga shubha-gumon bilan qarab keladilar. Ana shunday ilohiy ilmlar jumlasiga tasavvuf ilmni ham qo'shsak, xato qilmagan bo'lamiz. Tarixdan ma'lumki, mutasavvuf olimlar, so'fiy-shoirilar, so'fiy-tabiblar, so'fiy-me'morlar, so'fiy-dorbozlar, so'fiy-pahlavonlar, so'fiy-faylasuflar... xalq orasida yurib nom qozonganlar. Buning samarasi o'laroq, tasavvuf she'riyati, so'fiy falsafasi, so'fiyona fikrlar, so'fiylik tabobati, so'fiylik qo'l jangi san'ati... va hokazo va hokazolar vujudga kelgan. Zero, tasavvuf bu shunchaki bir falsafiy oqim yoxud qotib qolgan ta'limot bo'lmay, u uzluksiz rivojlanishdadir va, binobarin, jamiki kasb-hunarlariga, ilm-fan, tabobat, jang san'ati, maorif va madaniyat, tasviriy san'at va musiqa, maishiy turmush tarzimizga ham o'z ta'sirini ko'rsatib, bu sohalarni yangi yuksak pog'onalarga ko'targan.

Va yana shulkim, ulamolar aytganidek, toat-ibodat ham mo'minlarga uch turluk bo'ladi. Avom, xos va xos-ul-xoslar. Masalan, namozi omiyona xoslar va xos-ul-xoslarga to'g'ri kelmaganidek, xos-ul-xoslar ibodati ham xoslar va avomlarga vojib emas. Shunga ko'ra, zuhdu tavbayu tazarru ham. Tavba haqida bayt:

Yomonlikdan hazar qilmoq avomning tavbasidur,

O'zidan o'zligin poklash xoslar tavbasidur...

Shunga ko'ra, avom ahliga oddiy mo'min-musulmonlarni taalluqli qilish muki. Zero, ular shariat ahkomini baholi qudrat bajo keltiradilar. Besh vaqt namoz o'qishlik, bir oy ro'za tutmoqlik, zakot berishlik kabi amallarni kanda qilmaydilar.

Xoslarga asosan ruhoniylar, donishmandlar, olimlar, arab-fors tillarini ma'lum darajada biladiganlarni kiritish mumkin. Ular dinu diyonatda ilgari ketgan bo'ladilar.

Va ammo xos-ul-xoslarga yuqorida zikri keltirilgan ilmiy laduniy egarini, jumladan, mutasavvufnlarni shak-shubhasiz mansub, desak, xato qilmagan bo'lamiz. Ular bor mol-mulklarini avom bilan baham ko'ruvchilar, qanoatni pasha qilganlar, Vatan va xalq uchun jonini fido etuvchilar, «o'z»laridan kechganlar, toat-ibodat bilan hamisha Alloh nomini tilga olib yuruvchilar, pokiza-tahoratli kishilardirlar. Bular tarix jaridasiga nomlari yozilgonlardirlar... Mavlono Abdurahmoni Jomiy, Mir Alisher Navoiy, Husayn Voizi Koshifiy, Hazrati Xoja Ahrori Vali, Shayx Bahouddin Naqshband, Shayx Najmiddin Kubro, Xoja Ahmad Yassaviy, Shayx Xamadoniy, Abduholiqi G'ijduvoni, Shayx Abdulqodiri Geloniy... va yuzlab nomlarni keltirish mumkinki, ular nafaqat tasavvuf ilmini egalladilar, balki bu ilmda qator-qator ta'limotlar yozmishdirlar.

Shunday qilib, ilmni uch turga bo'lganimiz kabi (yuqorida aytilgan virosiy-koniy-merosiy-iqtisobiy-dirosiy-kasbiy, ya'ni sa'y-harakat bilan hosil bo'ladigan ilm, laduniy-ilohiy, g'oyibdan xudo bergani, bunda irsiy-iqtisobiy omillar ishtiroki yo'q), ibodat ham uch nav'ga tabaqalashtiriladi: omiyona ibodat, xoslar ibodati va xos-ul-xoslarga oid bo'lgan ibodat turlari.

Buyuk donishmandlar xulosasini inobatga olsak, quyidagi manzara namoyon bo'ladi. Har qanday ilm uch asosga tayanar ekan: kasbiy-dirosiy, xuniy-virosiy, laduniy-ilohiy. Boshqacha qilib aytganda, biror-bir kasbni egallamoq uchun:

1. O'sha kasbga mansub bo'lgan ilmni o'rganmoq zarur.
2. Ma'lum kasb gen yoxud qon orqali otadan farzandga o'tadi.
3. Biror-bir kasb Alloh tomonidan bandaga in'om etiladi. Bunda avvalgi ikki omil – dars o'qish va meros olish deyarli qatnashmaydi.

Modomiki, shunday ekan, tibbiyotni ham aynan shu oynada ko'rmoq kerak:

1. Davlat qaramog'ida, tasarrufida va himoyasida bo'lgan hozirgi zamon tibbiyoti bu kasbiy-birosiy ilmdir.
2. Xalq tabobati va unga aloqador amallar xuniy-merosiy-virosiy ilmdir.
3. So'fiy tabobati, ya'ni tasavvuf yo'li bilan davolash ilohiy-laduniy ilmdir. Zero, tabobat nuqul Xudoga sof e'tiqod-ixlosga suyanadi. Bunday tabib-so'fiy ham, dardmand-bemor ham «Dardni Xudo beradi, shifosini ham o'zi berar», degan ulug' hikmatga pok imon bilan qat'iy amal qiladi.

Tasavvufda ilm va ibodat uyg'unlashgan: u bir tomondan ilm bo'lsa, ikkinchi tomondan ibodatning o'zginasidir. «Ilm ibodatdan afzalroqdir», degan ekanlar payg'ambarimiz Muhammad Mustafó sallallohu alayhi vasallam. Tabobat ham ilmning bir bo'lagidir. Tasavvuf tabobati ham ilmdir (tasavvuf), ham kasbdir (tabiblik), ham ibodatdir (to'la ishonch-e'tiqod).

Quyida biz tasavvuf tabobati yoxud so'fiylik xususida baholi qudrat o'z fikrlarimiz bilan o'rtoqlashishga jur'at etdik. Chunki hanuzgacha tasavvuf bilan shug'ullanuvchi olimlari tomonidan bu sohada, ya'ni tasavvuf tabobati yuzasidan izlanishlar deyarli olib borilmagan. Har holda, qiziquvchilar tomonidan berilayotgan: «So'fiylik amaliyoti qachon, qay yo'sinda va qaerda ishlatiladi?», degan savolga bir shingil javob tariqasida o'z fikr-mulohazalarimizni armug'on etmoqchimiz. Va yana keyingi paytlarda xalqimiz so'fiy, tasavvuf, tariqat, futuvvat, javonmardlik, zohid, obid, solik, pir, murshid, murid... singari tushunchalarga ko'p duch kelmoqda. Xo'sh, bu atamalar qachon, qaerda va qanday kelib chiqqan? Ular nimani anglatadi? Hozirgi zamon fan-texnika taraqqiyoti davrida bu tushunchalar bizga nima bera oladi? Bu va shunga o'xshash savollar bugungi kunda ko'pchilikni qiziqtirishi shubhasiz. Muhtaram kitobxon ma'lum bir tasavvur hosil qilishi uchun quyida so'fiy, tasavvuf, tariqat, futuvvat, javonmardlik, zohid, obid, solik, pir, murshid, murid... singari atamalar va so'zlarni qisqacha tavsiflashga o'tamiz.

TASAVVUF TARIQATIGA DOIR TUSHUNCHALAR

Ixlos Alloh dandur, uning oxiri xalosdur.

Hadisdan

Mutasavvuf olim Najmiddin Komilov o'zining «Tasavvuf» nomli kitobida (Toshkent, «Yozuvchi» nashriyoti, 1996 yil) tasavvuf atamalari xususida shunday fikr yuritadi:

«...Xo'sh, so'fiy so'zi qaerdan paydo bo'lgan? Bu haqda bir necha xil qarashlar bor. Ba'zilar bu so'z «saf» so'zidan kelib chiqqan deyдилar, chunki so'fiy Iloh yo'lga kirganlarning birinchi safida turuvchidir. Ba'zi olimlar uni «suffa» so'zidan hosil bo'lgan deb aytadilar: ashobi suffa hazrati Payg'ambar tirikligidayoq tarki dunyo qilgan taqvodor kishilar bo'lib, so'fiylar shularga taqlid qiladilar, deb tushuntiradilar. Yana bir guruh olimlar so'fiy so'zi «safo» so'zidan kelib chiqqan, chunki bu toifaning qalbi sidqu safo oftobidan porlab turadi, deganlar. Yana ba'zilari so'fiy «sufuh» so'zidan yasalgan, sufuh biror-bir narsaning xulosasidir, bu jamo xalqning xulosasi bo'lganligi sababli ularni so'fiy deganlar, deb yozadilar. So'fiy so'zi «sof» so'zidan chiqqan deguvchilar ham bor. Abu Rayhon Beruniy bo'lsa «Osorud boqiya...» asarida ushbu so'zni yunoncha «suf», ya'ni faylasuf» so'zining oxirgi qismidan yasalgan deb ko'rsatadi. Ammo ko'pchilik so'fiy so'zi arabcha «so'f» so'zidan hosil bo'lgan, degan fikrni bildiradilar. «So'f» so'zining lug'aviy ma'nosi jun va jundan to'qilgan matodir. So'fiylar ko'p hollarda jun chakmon yoki qo'y terisidan tikilgan po'stin kiyib yurishni odat qilganlari uchun jun kiyimlar (forscha pashminapo'sh), ya'ni so'fiy deb yuritganlar. Bizningcha, shu keyingi etimologik ma'no

haqiqatga yaqinroqdir, zero, so'fiy so'zining «so'f» so'zidan yasalishi arab tili qonun-qoidalariga mos keladi.

Agar «so'f» so'zidan so'fiy yasalgan bo'lsa, o'z navbatida, «so'fiy»dan «tasavvuf», «mustasuf», «mutassuf», «mutasavvuf» so'zlari hosil bo'lgan. Mustasuf o'zini so'fiylarga o'xshatib, taqlid qilib yuradilar, ammo asl maqsadi amal, mansab, molu mulkka intilishdan iborat bo'lgan kishilarga nisbatan ishlatiladigan so'z bo'lsa, mutasavvuf tariqat va haqiqatda muayyan manzillarni egallagan, biroq so'fiy darajasiga ko'tarila olmagan kishilardir. Qolgan so'fiyona g'oyalarga moyil, tasavvufni e'tiqod-maslak qilib olgan, lekin tariqat amaliyotini o'tamagan rasman so'fiy bo'lmagan odamlar esa mutasavvuf bo'lib hisoblanganlar. So'fiylarning o'zini ham Husayn Voiz Koshifiy «Futuvvatnomai sultoni» nomli asarida uch guruhga ajratgan: muoshirlar, mutarasmlar, muhaqqiqlar. Muoshirlar tariqat ahlining muxlislaridir. Ular darveshlarga muhabbat bilan qaraydilar, darveshlar suhbatida ishtirok etadilar, ularning xizmatlarini bajaradilar va savobga o'zlarini sherik deb biladilar. «Mutarasm» so'zining ma'nosi rasm-rusumga ergashuvchi demak, ammo mutarasmlar darveshlarning odatlariga zohiran taqlid qilsalar-da, botinan hol talabgoridirlar va shu toifaga ixloslari tufayli ilohiy fayzdan bahramanddirlar.

Muhaqqiqlar – haqqa etganlar, ularni oliy martabali so'fiylar deb ta'riflash mumkin. Haqiqiy avliyolar, shayxi murshidlar shular ichidan etishib chiqqan. Bu o'rinda muhaqqiq so'fiylarning najib sifatleri xususida to'xtalib o'tish joiz deb hisoblaymiz.

Avvalo shuni ta'kidlash kerakki, chin so'fiy o'zlikdan, foniy dunyodan kechgan va haq baqosida o'zligini qayta topgan zot bo'lib, suratda banda-yu, ma'nida ozod kishidir. Surat -tashqi ko'rinishda banda bo'lish, jism tanani Iloh toatiga bag'ishlash bo'lsa, ma'nida ozodlik, botinni barcha aloqalardan tozalab, ruhni pok va hur saqlash demak. So'fiyga hech bir narsa va hech bir kishi qaram bo'lmasligi; uning o'zi ham hech bir narsaning va hech bir odamning qarami bo'lmasligi kerak. Bahouddin Naqshband aytganlaridan:

Hech bir narsamiz bo'lmaganligi uchun hech kamimiz yo'q, o'sha «hech», ya'ni narsa ketidan quvib, g'am ham chekmaymiz. Egnimizda – janda, orqamizda – go'riston, biz vafot etgan kun hech bir motamning ham keragi yo'q.

So'fiyning ozodligi deganda tasavvuf ahli solikning bashariy sifatlaridan mutlaq qutulishi va ilohiy fikr sifati bo'lmish pok ruh ko'rinishida istig'no olami, Tangri taolo olamining zarurlari bepoyonligini qalban idrok etishini anglaganlar. So'fiy yana «sirri sof, aqli etuk, muhabbat ahliga dil bog'lagan» (Koshifiy) bo'lishi, nafasidan bedardlar qalbi bedor bo'lmog'i kerak. So'fiylar ruhoniyat bilan suhbat quradilar, kayhonu falak asroridan mujda keltiradigan, faqrni ixtiyoriy ravishda bo'yinga olib, tabiiy axloqni tark eta borib, ilohiy axloqni kasb etuvchi, ezgulik yo'lida jonini fido qiluvchilardirlar, ular borliq va yo'qlik, zamon va makonda xorij, azalu abadni birlashtirgan mukarram zotdirlar. Bu o'rinda hazrat Abdurahmon Jomiyning «Suhbatul abror» dostonida so'fiyga bergan ta'rifini keltirmoqchimiz, o'ylaymizki, bu quyma hikmatlar so'fiylar xislatini yorqinroq ochishga yordam berajak:

«Agar senda so'fiylik zavqi bo'lsa, sen o'zingni unutishing kerak; o'zingga boqma, o'zgaga boq. So'fiy o'zidan qutulgan, yaxshilikdan sakrab o'tib, yomonlikdan ozod bo'lgan odamdir, u dunyoning farzandi, ammo dunyodan ozoddir, borliqning tuzog'ida, lekin borliqdan xalosdir. Ortiqchaliklar (moddiylik) bilan birga, biroq ortiqchaliklardan tashqarida; masofada turib, masofalardan tashqaridir. U makonda emas (makondan tashqarida), ammo makon, ya'ni dunyo undan to'la, u zamondan tashqarida, lekin zamon, vaqt u bilan birga, uning azali va abadiyati orasida, azalidan or qilmaydi. Davrlarning aylanishi, o'tishi unga ta'sir etmaydi, uning siyrati zamonlar aylanishidan o'zgarmaydi».

Ana shunday, davrlarning almashinishi, shohlarning o'zgarishi, siyosat rayosat darvesh so'fiylik e'tiqodiga, xulqiga ta'sir qilmasligi kerak, so'fiy mayda manfaatlar, odamlarning kundalik tashvishlarigina emas, umuman foniy dunyoning g'amu muammolaridan ustun turadigan, tafakkurining sathi falaklar qadar qamrovli, qalbida ma'nolar bulog'i qaynab to'lgan komil inson hisoblanadi.

Bunday karomatli insonlarni xalq aziz avliyo, qudsiy nafasli kishilar sifatida alohida e'zozlagan. Bu zotlar atrofdagilar ongi va shuuriga qattiq ta'sir o'tkazganlar va ma'naviyat sultonlari bo'lib maydonga chiqqanlar. Ularning so'zi va harakati, xislati va axloqi hammaga ibrat qilib ko'rsatilgan. Jahonning butunligi, obodonlik va osoyishtalik Parvardigor fayzini etkazuvchi shu tabarruk zotlarning duosi, xayrli ishlariga vobasta deb qaralgan. Shu asnoda avliyo-anbiyoning merosxo'ri – davomchisi degan aqida shakllangan. Ya'ni garchi Payg'ambari oxir zamon Muhammad Sallallohu alayhi vasallamdan keyin payg'ambar kelmasa-da, ammo qutbi kirom valilar har zamonda paydo bo'lib, xalqni islom haqiqatlariga hidoyat etadilar, to'g'ri yo'lga boshlaydilar. Chunonchi, ulug' shoir Xisrav Dehlaviy o'z piri Nizomiddin Avliyoni shunday kishilardan deb ta'rif etadi va «Matla'ul anvor» dostonida bunday yozadi:

«Ko'zning ravshanligi to'tiyo vujudida bo'lganiday, jahonning nuri avliyo qadamidandir».

Demak, avliyo - jahonning nuri, insonlar ko'zining gavhari. Avliyo Mustafoning izidan borgan va uning nafasidan bahramand odam:

«Nizomiddin Avliyo safo yo'lda yuruvchi shunday bir zotki, Mustafo orqasidan qadam-baqadam boradi. Uning bunday parvarish topgan saodatli siyrati payg'ambar debochasining nusxasidir».

Alisher Navoiy ham Bahouddin Naqshband va Abdurahmon Jomiyini garchi Xusrav Dehlaviy kabi payg'ambar davomchisi deb atamasa-da, lekin ularni «murshidi ofoq», «koshifi asrori iloh», barcha ishlardan xabardor karomatli va pok niyatli zotlar sifatida ta'rif-tavsif etadi.

Bu faqat shoirlarning hayajonli ta'rif-tavsifi emas, albatta, buni o'rta asrlar kishisining tafakkur tarzi va dunyoqarashi ifodasi deb bilmoq kerak, so'fiy va darveshlar haqiqatdan ham katta nufuz va obro'ga ega edilar. Muqtadir shayxlargina emas, qalandarlar, eshonlar, majzub, «devonalar», oddiy darveshlarni ham odamlar hurmat qilganlar. Shuning natijasi o'laroq, darveshlik harakati keng quloch yoygan, darveshlik udumlari shakllanib, darveshlar alohida bir toifa-tabaqa sifatida jamiyatda muhim o'rin egallagan.

Biroq bu birdaniga yuzaga kelgan harakat emas, aytib o'tganimizday, tasavvuf va darveshlik harakati uzoq tadrijiy tarixga ega. Olimlar tasavvuf tarixini dastlab ikki davrga ajratadilar: birinchisi – zohidlik davri, ikkinchisi – oriflik va oshiqlik davri. So'fiylarning o'zini ham orif so'fiylar, zohid so'fiylar, rind so'fiylar, faqir so'fiylar, faylasuf so'fiylarga ajratish mumkin.

Zohidlik davri so'fiylari (chunonchi: Ibrohim Adham, Hasan Basriy, Abduhoshim Kufiy va boshqalar) taqvo va parhezkorlikni bosh maqsad deb bilgan bo'lsalar, keyingi davr so'fiylari tafakkuriy-shuuriy rivojlanish, ya'ni dunyoni va Ilohni bilish, tanishni asosiy maqsad deb hisoblaganlar. Birinchi davrni tasavvufning ibtidoiy davri («avvalgi davr») sifatida tilga oladilar. Oriflik davri deb ataganimiz ikkinchi davr ham (IX-X asrlar) xonaqohlarning paydo bo'lishi, tariqat rusumlarining shakllanish davri, XI-XII asrlar tasavvuf maktablari, silsilalarining tarkib topish davri. Bunda Misr, Bag'dod, Buxoro, Nishopur, Termiz, Balx shaharlari tasavvuf va tariqat markazlari sifatida muhim rol o'ynaganlar. Natijada Misr, Xuroson, Movarounnahr, Iroq va Turkiston maktablari shuhrat topgan.

Tasavvuf adabiyotining gullashi XIII asr - XIV asr boshlariga to'g'ri keladi. Ayniqsa, Muhiyiddin Ibn Al Arabiy, Yahyo Suhravardiy, Najmiddin Kubro singari mutafakkir shayxlar, Fariddin Attor, Ahmad Yassaviy, Jaloliddin Rumiy kabi ulug' so'fiy shoirlar tasavvuf ilmiy doirasini kengaytirdilar hamda falsafa va hikmat bilan boy etdilar. Shu vaqtga kelib tasavvuf tarixida bir falsafiy oqim – «Vahdatul vujud» ravnaq topdi. So'fiylar endi koinot tuzilishi, odamlarning xususiyatlari, olam va odam munosabatlari, komil inson anglamalari bilan bosh qotirgan, natijada Ibn Al Arabiy, Mavlono Rumiy kabi zotlarning ta'limotlarida ma'lum bir falsafiy tuzum o'z ifodasini topdi, ular ilohiy kashfu karomat, ruhiy-psixologik holatlar, ichki botiniy boy dunyolari bilan birga voqelik hayoti haqida juda ko'p ajoyib fikrlar bilan Sharq falsafasiga ta'sir o'tkazdilar. Tasavvuf Sharq tafakkurini rivojlantirdi, din va falsafa, hikmat va vahdat, kalom va hadis ilmlarini birlashtirdi. Ilohiy ilmlar bilan dunyoviy ilmlarni o'zaro bog'lashga harakat qildi. Shuning natijasi o'laroq tasavvuf tafakkuri Sharq kishisining hayot tarzini belgilaydigan me'yorga aylanib qoldi. Tasavvuf ayniqsa islom dinidagi mazhablarga, xususan, sunniy va shia mazhablari orasidagi ixtilofchilarga sezilarli ta'sir ko'rsatdi. Eron olimlari, masalan, Abdulhusayni Zarrinkub o'zining «Justujo' dar tasavvufi Eron» («Eron tasavvufiga doir izlanishlar», Tehron, 1357 hijriy shamsiy yili, 1979 milodiy yil) kitobida: «...Eronda tasavvufning paydo bo'lishi va rivoji, gullab-yashnashining asosiy omillaridan biri har qaysi boshqa joylardagi kabi zohidlar va so'fiylarning arab xilofati mahkamasiga qarshi o'laroq bir hodisadek tuyuladi, uning orqasida bir tomondan shialik tamoyillari turar, ikkinchi bir tomondan esa a'rob bilan hamkorlikka tayyor emaslik ko'rinishlari mavjud edi...», deb yozadi. Bahslarga boy bu kitobning ikkinchi bobida («Dar mahdi tasavvuf» – «Tasavvuf beshigi») olim quyidagilarni yozadi: «...Xurosonni tasavvuf beshigi deyishlari bejiz emas, zero bu o'lka qadimdan tasavvuf gullab-yashnashida mulohazaga arzigulik ta'sirga ega edi. Ilk so'fiylardan bo'lgan Ibrohim Adham shu o'lkadan chiqdi. Keyinchalik u tasavvufda shuhrat topdi, dong'i ketdi, garchi uning tasavvufi zuhdu riyozatdan ko'p ham oshmagandi...»

Kezi kelib shuni aytishni lozim topdikki, so'fiylar qoshida mazhablar orasidagi ba'zi bir ixtilofi nazardan mavjud bo'lmay, balki aksincha, asli shariatning shia mazhabidan chiqqan so'fiylar keyinchalik shayxlik-murshidlik darajasiga etib, sunniy mazhablardan chiqqan muridlarni tarbiyat etganlar yoxud aksincha, xanafiya, xanabaliya fikhiga moyillik sezgan ba'zi bir shariat peshvolari u erlarda tahsil ko'rib, shayxlik darajasiga etishib, qanchadan-qancha mazhab va oqimlarga, millatlarga tegishli bo'lmasin, shogirdu muridlar tayyorlashgan va shuning o'zi tasavvufning nechog'lik go'zal, pok, har qaysi g'arazlardan musaffo ekanligini yana bir karra sobit etadi.

AXLOQ-ODOB TABOBATI

VA FAROSAT

Ko'ngil faqat Allohning nafasidangina yumshaydi, ravshanlashadi.

So'fiy matali

Qadim zamonlardan odamzot paydo bo'libdiki, boshqa maxluqotdan farqli o'laroq ongli ravishda o'z turmush tarzini ezgulik sari yangilashga, tabiiy va keyinchalik bashariy jamiyatni yuksaltirishga intilib kelgan. Inson nafaqat o'ziga xos nutqqa, balki muayyan qolipdagi axloq-odob majmuasiga ham egadir. Jamiyat rivojlangani sari boshqa fanlar qatori axloq-odob fani ham vujudga keldi. Buning boisi shuki, insoniyat o'z rivojlanishi jarayonida unga ehtiyoj sezdi. Bu fan insonni axloq nuqtai nazaridan go'zak, etuk va fahmli-farosatli qilib voyaga etkazishni o'z oldiga maqsad qilib qo'ydi. Shu bilan birga jamiyatdagi ishlab chiqaruvchi kuchlarning yuksalishi, shaharlar paydo bo'lib, turli-tuman korxonalar vujudga kelishi, sanoatning ravnaq topishi odamlar orasida raqobatning yuzaga kelishi, gina-adovat urug'ining sochilishi, g'iybat-bo'hton, tuhmat-yolg'on, qizg'anish-rashk, hasad-adovatning kuchayishiga ham turtki berdi. Xullas kalam, bu salbiy holatlarning boshida nafs balosi turar edi. Ana shu noxush oqibatlarni engib o'tish uchun yangi fanga zarurat tug'ildi. Shunday qilib «Tibbi axloq» yoxud axloq-odob tibbiyoti deb atalmish fan asta-sekin rivojlana bordiki, uning asoschilaridan biri Abu Bakr Ar-Roziydir (865-925 yillar). Uning quyidagi fikrlari ayniqsa o'rganishga loyiqdir: «Xudo barcha kishilarni teng qilib yaratgan va birovni birov ustidan afzal qilib qo'ymagan. Agar birovni rahnamolik uchun yorlaqagan bo'lsa, bu faqat odamlarni foyda-ziyonlaridan ogohlantirish uchungina va faqatgina hozirgi va kelajak hayotlarida biron-bir vajdan talashib-tortishib munokasha qilmasliklari uchundir. Peshvo-payg'ambarlarning saylanishi hech ham biron-bir mazhabga faqat o'zining payg'ambarga payrovlik qilib, boshqa mazhab payg'ambarlarini yolg'onchi yo firibgar deb e'lon qilishga, boshqa dinu adyonga dushmanlik ruhida bo'lish va uning oqibatida qatli omlar o'tkazishga sabab bo'lolmaydi. ...Mening ongim yaralgan har qanday narsani anglash uchun qodir ekanligini menga aytdi, barcha narsani birinchisidan tortib oxirgisiga qadar...», deb xulosa qiladi olim.

«Tibbi axloq» nomi bilan bir qancha ta'limotlar mavjud. Ar-Roziyning «Tibbi axloq» asari taxminan 903-905 yillar orasida yozilgan va o'rta asrlarda ta'lif etilgan bir qator manbalarning guvohlik berishicha, uni Ray shahrining hokimi Amir Mansur iltimosiga ko'ra tuzgan ekan. Xo'sh, bu asarda qanday masalalar yoritilgan? Insonning axloq-odob usullari va mukammallashish muammolari, huzur-halovat hamda azob-uqubat masalalari, kishining ma'naviy-axloqiy barkamolligi, aql-idrok, ong malakalarini oshirish yo'llari, salbiy sifatlarning zararlari, jumladan, qahr-g'azab, achchiqlanish, xudbinlik, hasad-rashk, o'limdan qo'rqish, yolg'onchilik, baxillik, xasislik, g'am-anduh, ochko'zlik, aroqxo'rlik, tuhmat-bo'hton uyushtirish va hokazo. Shuningdek, ushbu salbiy holatlardan qutulish yo'llari, faylasuf-donishmandning xulq-atvori, insonning mohiyati, inson jamiyatining o'zaro ko'maklashuvi bayon etilgan. Xushxulqlik va xushxulq qilib tarbiyalash vositalari, yovuzlik holatlarini qo'porib tashlash, boshqa axloqiy kuchlarni aql-ongga itoat qildirish, hirsu havo, shahvatga berilmaslik, me'yoriy huzur-halovatni yolg'on, haddidan oshib tushgan kayf-safodan farqlash, har qanday hirs-shahvatni so'ndirib yoxud nazorat ostiga olib, aql-idrokka bo'ysundirish asarning mohiyati – javharini tashkil etadi.

«Tibbi axloq»ning yana bir jihati ongli ravishda kayf-safo qilish mohiyatini ochib berishga qaratilgan. Ar-Roziy: «...Kayf-safo va lazzat topish bu azob-uqubattan xalos bo'lishdan o'zga narsa emas...», deb yozadi. Lazzat quvontiradigan sezgi-tuyg'u bo'lsa, azob-uqubat xafa qiladigan tuyg'udir. Lazzat topish va azob-uqubattan qutulishning eng asosiy shartlaridan biri, Ar-Roziyning fikricha, zarur va kerakli ne'matlardan ta'min bo'lishlikdir. Uning negizi esa farovonlikka borib taqaladi. Boshqa bir shart qilib Ar-Roziy hamma narsaga ongli ravishda yondashish, o'zining fe'li-kirdikorlari oqibatlarini oldindan ko'ra bilish, barcha ko'rinishdagi hirs-ta'malarni ongga bo'ysundirib singdirish, g'oyatda chigal va son-sanoqsiz musibatlariga etaklovchi yovuzliklardan omon-emon chiqa olishlik kabi holatlarni belgilab beradi. Kayfu safo va huzur-halovatni Ar-Roziy har bir narsani me'yorida ishlatish va saqlashda deb biladi. Mo'tadillik asosiy shartdir. Masalan, ovqatlanishda me'yorni bilish; shuncha taom emoqlik darkorki, ochlikni bartaraf etish uchungina kifoya qilsin. LIBOS – kiyim-kechak ixcham, qulay, munosib va kamtarona bo'lishi kerak. Bunda hashamatga o'rin bo'lmasligi lozim. MASKAN – uy-joy (manzil) shuning uchun kerakki, qahraton qishdan va yozning jazirama issig'idan inson jon saqlasin; bunda ashrafona uy-joyga va hashamatli saroyga intilmaslik kerak.

Ar-Roziyning fikricha, ortiqchalik huzur-halovatga munosib bo'lmagani kabi, etishmovchilik ham unga begonadir. Ongli, quvonchga boy sog'lom hayot kechirish, azob-uqubattan xoli, odillik, axloqan pok, xushfe'l, savobli ish qiladigan, odamlarga nafi etadigan, insoniyatga xizmat qilish, ajal-o'limdan qo'rqmaslik - Ar-Roziyning huzur-halovat haqidagi nazariyasining asosiy talablaridir.

Bundan shu narsa oydinlashadiki, Ar-Roziy bu masalada Epikurga izdoshlik qilgan, biroq unga to'laqonli ergashmagan. Masalan, Epikur barcha keskinlik va xavf-xatardan qutulish yo'lini bulardan uzoq bo'lishda, yaqinlashmaslikda ko'radi, ijtimoiy va davlat ishlariga aralashmaslikda, umuman olganda tashqi muhitdan arlashida deb biladi. Ar-Roziy esa ijtimoiy faollikka chaqiradi, insonni jamiyatga naf keltirishga, har qanday qiyinchilikni engib o'tishga (bu mashaqqatlar asosan shaharlarda ko'p bo'ladi) undaydi.

Ar-Roziy ilgari surgan axloq xususiyatlaridan eng muhimi ratsionalizm (mulohazakorlik)dir. Aql-idrok yoxud ong hamda bilimga u katta ahamiyat beradi. «Idrok tufayli inson nafaqat tevarak-atrofni, balki o'z-o'zini ham, o'z faoliyatining asoslarini, ichki olami, o'z sezgi-tuyg'ularini hamda zehniy-fikriy qobiliyatini anglab olib, bilim haqiqatiga erishdi», deb yozadi Ar-Roziy. So'fiy-faylasufning aytishicha, insonni ehtiros emas, balki aql-idrok boshqarishi lozim. Shu aqlgina lahzalik ehtirosni jilovlashi mumkin, u boshqa ruhiy kuchlarni o'ziga bo'ysundirib, shaxsni turli yomon kirdikorlardan jilovlab, kishining hayotini qiziqarli, go'zal qilib lazzatdan bahramand eta olishi mumkin. Ar-Roziy barcha odob usullarini, urf-odat ko'rinishlarini, xushxulqlik sifatlarini aql oynasida ko'rib chiqib, shunday xulosaga keladiki, inson amallari, xatti-harakatlari va faoliyati ushbu talablarga javob berolmasa, demak, u badfe'llikdir.

Xulosa qilib aytish mumkinki, Ar-Roziyning axloqiy mulohazakorligidan Suqrotning atri-hidi keladi. Suqrot bilim va aqlga birinchi darajali e'tiborni qaratgani holda, axloq va falsafaning asosiy vazifasi etib xulq-odobni takomillashtirishni belgilaydi. U xushxulqlik bilim bilan birlamchi ekanligini uqtiradi hamda barcha badfe'llikni va shunga o'xshash xatti-harakatlarni nodonlikka yoki adashishga (ishtibohga) yo'yadi.

Ar-Roziyning axloq qoidalari o'zining mazmun-mohiyatiga ko'ra gumanizm (insonparvarlik) tuyg'ulari bilan sug'orilgan. Bu shunda ko'rinadiki, faylasuf-so'fiy o'zidan ham ko'ra birovga – boshqaga yaxshi nasiba-taqdir tilaydi va shuni istaydi ham. Ar-Roziyning fikricha, inson o'z tabiatiga, zotiga ko'ra mehribondir. Ammo birov jamiyatga, insonlarga yovuzlik istasa va ularning musibatlaridan, baxtsizligidan zavqlansa, kambag'alligidan quvonsa, bas, u axloqan bemor deb tan olinib, ruhiy va ma'naviy davolanishga muhtoj hisoblanadi.

Ar-Roziyning axloq-odob gumanizmi uning kuch va zo'ravonlikka oid aqidalarida yaqqol ko'zga tashlanadi. Mutafakkirning aytishicha, zo'ravonlik nafaqat boshqalarga nisbatan, balki uning o'ziga ham kechirarli emas. Shu munosabat bilan hindularning xudo bilan «yaqinlashish» va «birlashish» ilinjida o'zlarini otashga – olovga tashlashlarini, jinsiy aloqadan o'zlarini tiyishlarini, o'zlarini ochlikda va tashnalikda saqlashlarini adolatsiz va g'ayriinsoniy ish deb hisoblaydi. Mutafakkir nasroniylar ibodatxonasida va musulmonlar masjidlarida yashovchilarning hayot tarzini rad etadi, biron-bir kasbni pesh qilmaganlari bois shu kunga tushganlar deb hisoblaydi. Mana shu xatti-harakatlarni faylasuf aqlsizlikning ko'rinishi hamda insonga nisbatan zo'ravonlik deb biladi. Shu bilan birga, Ar-Roziy odamlarga ziyon-zaxmat etkazadigan, jamiyatga zarar keltiradigan odamlarga nisbatan zo'ravonlik usullarining qo'llanishini ma'qullaydi.

Ar-Roziy axloq ilmidagi insondo'stlik g'oyalari faylasuflarning (donishmandlarning) hayot tarzini va ularning vazifalarini belgilab beradi. U faylasuf (olim) adolat, insonparvarlik, so'z va amal birligi kabi sifatlarga ega bo'lmog'i lozim, deb hisoblaydi. Faylasufning axloqiy vojiboti, Ar-Roziyning fikricha, odamlarga qarz vazifalarini tushuntirib berishda, xalq manfaatini ko'zlab ish tutishda, muomala odobini xalq orasida yoyishda deb biladi. Bular barchasi o'zaro hurmat va xayrixohlik hamda do'stona munosabatlarda zohir bo'lmog'i darkordir. Faylasufning vazifasi kishilarga xushxulqlikning foydasini hamda badfe'llikning zararli va halokatli oqibatlariga olib kelishi mumkinligini ko'rsatib berishdan

iboratdir. Odamlarni savobli ishlar qilishga undash, hurram va baxtli hayotning asosi bo'lmish biron-bir kasbni egallashga da'vat ham faylasuf-donishmandning ishidir. Ar-Roziyning fikricha, jamoat tartibini saqlash va inson baxti o'zaro yordam va ko'maklashuv asosida qurilmog'i kerak. Shunisi diqqatga sazovorki, Ar-Roziyning shaxsiy hayoti yuqoridagi fikrlarni tatbiq etishga, savobli ishlar qilishga, insonni har qanday ruhiy-ma'naviy-jismoniy zo'ravonlikdan asrashga, odamlarning sharafi-sha'nini himoyalashga yo'g'rilgan. Buni «Tibbi axloq» asarining har bir satridan uqib olish mumkin. Ar-Roziy har qanday salbiy, razil holatlar, yomon xulqlilik-xulqsizlik, fisqu fasod, fohishabozlik insonni o'ziga qaytib kelishini, eng avvalo manfur kishilarning oilasida paydo bo'la boshlashini, oxir-oqibat har qanday inson, u nechog'lik boy, mashhur, mansabdor bo'lmasin, ruhiy-jismoniy holatdan zavol topib, xalq orasida yurolmay qolishini, bunday hayotga bardosh berolmasdan oxiri bir haqir maxluqqa aylanib ketishini uqtirib o'tadi. Ushbu so'zlarning isboti tariqasida buyuk mutafakkirning aroqxo'rlik haqidagi mulohazalarini iqtibos qilib keltiramiz: «...Mastlikka ruju qo'yish va mayxo'rlikni haddan oshirish inson tabiatining bir axmoqona va ablahona ko'rinishidirkim, halokatli oqibatlariga olib keladi, turli musibatlariga, son-sanoqsiz xastaliklarga giriftor etadi. Aroqxo'rlikni kasb qilgan kishi asta-sekin yurakning tez urishiga, nafas bo'g'ilishi, yurak qozonchalarining to'lib ketishi va nogahoniy o'limga mahkumdur. Unda miya qon tomirlarining yorilishi ham kuzatilishi ehtimoli bor. Keyinchalik unda qaltiroq, ichaklarida qon ketishi ham ro'y berishi mumkin. Butun tanani qaltiroq bosadi. Bular barchasi bir-biriga qo'shilib boshqa kasalliklarni, aqldan begona bo'lishni, hushsizlik, his-sezgi a'zolarining ishdan chiqishi, dunyoviy va diniy ish-yumushlarni bajarishga yaroqsiz bo'lib qolishga olib keladi. U hatto shirin xayol etishga va yaxshi bo'lib ketishi uchun umid qilishga ham noqobil bo'lib qoladi. Mana, nima uchun buyuk mutafakkir-mutasavvuf Ar-Roziy axloqiy etishmovchilikka, odob buzilishi va ularni bartaraf etish uchun vositalar tahliliga diqqat-e'tiborni ko'p jalb etadi.

Buyuk mutasavvuf olim lazzat topishlikni o'z mavqeidan turib tanqid ostiga oladi. U boshqa olimlarning insonning ruhiy joni tananing o'limidan keyin mahv bo'ladi degan fikrlariga qarshi chiqadi va hattoki o'limni hayotdan ham a'lo biladi. Bunda buyuk faylasuf tana bilan ruhning bir vaqtda o'lishi haqidagi farazni ilgari surmaydi. Shuningdek u boshqa faylasuflarning jannat, do'zax va qabr ichidagi hayot haqida bildirgan fikrlariga ham qarshi chiqmaydi. Shunisi diqqatga sazovorki, Ar-Roziyning g'oyalari bugungi kunda ham o'zining asl mohiyati bilan ajralib turadi.

Ar-Roziy axloqining demokratizmi diqqatni o'ziga jalb etadi. O'zining axloq-odob haqidagi aqidalarida va mulohazalarida u shunday xulosaga keladikim, kambag'al va qashshoq odamlarning bolalarini o'rtahol va boy kishilarning bolalariga nisbatan tarbiyalash osondir. U shunday deb yozadi: «Qashshoq kishilarning farzandlari kambag'alona va kamtarona hayot kechirayotganliklari uchun ham nihoyatda vijdonli va savob ishlarni qiladigan bo'lib etishib chiqadilar, zero, boshqalardan ularning farqi sabru bardoshliliklarida hamda hayot mashaqqatlaridan engil o'tib olishlaridadir».

Ar-Roziy «Tibbi axloq» asarida odob muammolaridan tashqari umuminsoniy ijtimoiy masalalarni ham qamrab olgan: inson – ijtimoiy vujud, o'zaro ko'maklashuv jamiyat taraqqiyotining sharti, xarj va daxl, ya'ni kirim-chiqimning mutanosibliigi, sarvat-boyluk

to'plash... o'zaro ko'maklashuv esa, Ar-Roziyning fikricha, shunday sarchashma oladiki, har bir alohida olingan shaxs bir vaqtning o'zida barcha mashg'ulotlar bilan shug'ullanishga qodir emas, ya'ni bir vaqtning uzida u ham dehqon, ham o'qituvchi, ham quruvchi, ham spiohiy-askar bo'lishi mumkin emas. Ana shuning o'zi ham odamlarni o'z ma'naviy mahsulotlarini ayirboshlashga, o'zaro ko'maklashuv va hamkorlikka chorlaydi. O'zaro hamkorliksiz hayot ne'matlaridan bahramand bo'lish mumkin emas, osuda hol, baxt hamda ma'naviy barkamollikka etishish nomumkindir. Ayniqsa, Ar-Roziyning kirim-chiqim hamda boylik to'plash haqidagi fikrlari ana shunday xulosaga olib keladi. Kirim hamisha xarjdan, ya'ni chiqimdan ziyodroq bo'lishi kerak. Bu nima uchun? Kutilmagan sharoitlar har qanday hayotda ham yuz berishi mumkinligi nazarda tutilmoqda. Biroq bunda ham mo''tadillikka rioya qilish lozim. Ushbu odat hech qachon baxillik va xasislik kabi illatlarga olib kelmasligi kerak. «Tibbi axloq» asari muallif hayot davrda keskin tanqid ostiga olindi. Uning zamondoshi Ibn At-Tammar «Tibbi axloqqa raddiya» degan alohida asar yaratdi. Ar-Roziyning «Tibbi axloq» asariga qarshi ismoiliylar rahnamolaridan biri Hamid-Addin Al Kirmoniy ham qarshi chiqib, ayniqsa, Ar-Roziyning mulohazakorligi (ratsionalizmi) hamda demokratizmi unga yoqmaganligini uqtirib o'tadi. Diniy ulamolar buyuk mutafakkirning kayf-safo va lazzat-ehtiros haqidagi nazariyasini ham rad etdilar. Biroq, shunga qaramasdan, Ar-Roziyning axloq-odob ta'limoti ko'pgina tarafdorlar qalbiga yo'l topdi. Bu shundan dalolat beradiki, Ar-Roziydan keyin ham uning an'anasini boshqa izdoshlari davom ettirib, aynan «Tibbi axloq» nomi bilan bir qancha asarlar yozdilar. Shu bilan birga Ar-Roziyning nafasbaxsh, jonbaxsh va hayotbaxsh ta'siri Ibn Miskovayx Nasriddin Tusiy va Jaloliddin Devoniylar ta'limotida ham mushohada qilinadi.

TABOBAT DUNYO SI

Bu dunyoyu u dunyoning jannati – ichki quvvat ila tinch holatda Allohni eslab zikr qilish, ichki jihodda nafsdan g'olib kelish va abad bilan qo'shilib ketishdir.

So'fiy matali

SOG'LIQ. Sog'liq jism – tananing bir maromda ishlashi natijasida vujudga keladi. Jismning – tananing me'yorda ishlashi ob-havodan, ovqatlanishdan, faoliyat va istirohatning muvozanatidan, shuningdek, aql-farosatning darajasidan kelib chiqadi.

BEMORLIK-KASALLIK. Bu jismoniy buzilish demakdir. Uni moddiy vositalar orqali davolash mumkin. Teskari aqida ham mavjudkim, uni chuqur o'ylaydiganlar qo'llab-quvvatlashadi. Agarda kasallikka parvo qilmay, bemorni xasta emasligiga ishontira olsangiz, u albatta sog'ayib ketadi.

Hozirgi kunga kelib ko'pchilik haqiqiy sog'liqni unutmogda, zero, sog'liqning bugungi andozasi asl sog'liqdan orqada qolmogda. Sog'lom odam muskullari tarang tortilgan odam emas, balki haqiqiy sog'lom kishi bu hayot go'zalliklaridan quvona oladigan va hayotni qadrlaydigan insondir. Sog'liqning belgisi chuqur sezuvchi kishida namoyon bo'ladi. Moddiy-dahriy kishi bilan aqloniy-ruhoniy odamning sog'lig'iga putur etishiga hayron qoladigan joyi yo'q. Birinchisi maromni yo'qotganidan kasalga chalingan bo'lsa, ikkinchisi o'ziga begona bo'lgan me'yor-maromga moslasha olmaganidan kasalga yo'liqadi. Inson – xoh u moddiy odam bo'lsin, xoh ruhoniy bo'lsin – baribir olomon orasida yashaydi. Va undan qochib qutula olmaydi ham. Modomiki, shunday ekan, u bir qator omillarga beixtiyor giriftor bo'ladi. Ko'zini, ko'nglini oladigan taassurotlardan yashira olmaydi. Eng yaxshisi bu erda bir narsadan: ko'ngilsizlikdan, tartibsizlikdan, nomuvozanatlikdan saqlanishi va buning iloji bo'lmagan taqdirda jur'at, jasorat paydo qilib, uning yo'lida g'ov bo'layotgan, sog'lig'iga va komilligiga rahna solayotgan barcha oqibatlarini engib o'tish darkor.

So'fiy aqidasi bo'yicha u nafaqat ma'naviy jihatdan, balki har tomonlama yuksaklikka – barkamollikka erishmog'i lozimdir. Har qanday ta'limot va bilimlar majmuasi – hosili bo'ladigan ishdir. Biroq yashay olmoqlik ham bu bir ilohiy san'atdir, irsiy-merosiy ilmdir.

TAVOZUN YO'XUD MUVOZANAT. Muvozanat juda kam uchraydigan hodisadir. Masalan, agar biz biron-bir soha bilan qiziqsak, unga sho'ng'ib ketamiz. Zero, tabiatimiz shuni xohlayveradi, xohlayveradi, xohlayveradi... Agarda juda ruhiy-ma'naviy bo'lib qolsak, unda dunyoni unutmagan bo'lamiz. Shunday ekan, agar biz bu dunyoga yashash uchun kelmaganimizda, bizni tug'mas edilar. Kimki biror kishida yaxshilik tomonini ko'rsa, keyinchalik ham shu yaxshi fazilatlarigina uning nazariga tushaveradi. Kimki bu nuqsonlarni faqat qidirsa, oxir-oqibat shuncha kamchilik-nuqsonlarni qidirib topadiki, natijada hatto ezguliklar ham unga yovuzlik singari tuyulaveradi. Inson taskin bilan yursa va kishi tez yugurib yursa, qaysi birida yiqilib ketish xavfi vujudga keladi? Albatta, yuguruvchida: ortiqchalik hamisha zavolga yuz tutadi. Agarda biz gapirishga odatlanib qolsak, unda tinimsiz gapiraveramiz. O'ylaymizki, kimdir bizni tinglamoqda; oqibatda keyinchalik nadomatlar ham chekamiz: nima uchun ko'p gapirdim-a, ancha sir-asrorlarimni ochib ham tashlabman-a, deb. Buyuk fors shoiri Sa'diy shunday deb yozgan edi: «Ey aqlli kishi, sening aqling qaerda edi, buncha ko'p gapirding-ku, endi nadomat ne hojat?» Agarda inson bugun besh daqiqa vaqtini musiqa yoxud she'riyatga bag'ishlasa, ertasiga unga yarim soat vaqtini bag'ishlaydi. Shunday ekan, agarda uning kallasida achchiq o'y-xayollar ozgina paydo bo'lsa, bora-bora u butun vujudini qamrab olishi hech gap emas. Har qanday nuqson shunday yuzaga keladi. Zardusht nuqsonlarni uch turga bo'lib tashlagan: fikrdagi nuqson, nutqdagi nuqson, amal-harakat yoki yurish-turishdagi nuqson. Qora fikrlar qora ishlar bilan barobardir. Yomonlab so'zlash yomon qiliq kabi yomon ko'rinadi. Ammo inson yomon qiliq qilib qo'ysa, bu barchasining hosilasi bo'ladi. Bir yoqlamalik kishi muvozanatga ega bo'la olmaydi. Savdogar tijorat haqida o'ylaydi, bastakor yangi musiqa, ohang haqida bosh qotiradi, shoir esa miyasida charxlanib turgan she'rini eslab yuradi... Xo'sh, qanday qilib muvozanatga erishish mumkin, deb so'raysiz. Istirohat va faollik o'rtasida, uyqu va uyqusizlik o'rtasida muvozanat mavjud. Agarda inson «ko'p uxlasam sog'lom, baquvvat bo'laman», deb o'zining bor kuchini, vaqtini uyquga bag'ishlasa, u inson emas, balki allaqanday

maxluqqa aylanadi. Zero, dunyoni anglash uchun unga berilgan tana-badan ishlatilmay qoladi. Va agarda biron-bir shaxs umuman uxlamay yursa, unda oxir-oqibat asab xastaligiga chalinadi-qoladi. Hindistonda shunday kishilar bor: ular shunchalik «o'zlarini unutishgan»ki, hatto bu dunyoni ham to'la «tark» etishgan, dunyo tashvishlari umuman xayollarida yo'q, hattoki o'zlarini ham yo'qotishgan. Bunday odamlarni «majzublar» deb atashadi. Biroq, haddan oshib tushish ham maqsadga muvofiq emas. Xoh ezgulik bo'lsin, xoh yovuzlik bo'lsin, uxlash va uyg'onmoq, emog'u ro'za tutmoq, gapirmoq va sukut saqlamoq - mana, muvozanat nima.

So'fiy muvozanatga qanday ega bo'la oladi? U tananing harakatlari va faoliyatini o'zida qamrab oluvchi turli tarki-turish (hol-holat) va qo'zg'alishlar orqali bunga erishadi. Namoz, vazifasi va zikr bilan shug'ullanayotib butun fikrini bir nuqtaga jam qilib, aqlini muvozanatga keltiradi. Jazavaga (holatij jazb) qanday erishish mumkin? Fikrni to'plab zikrga tushgandan keyin u «o'zini» nazorat ostiga olib, butun dunyoni «kechib» o'tadi. Buning uchun murshidning - purning rahnamoligi zarur. Aks holda muvozanat yo'qoladi, zero, hech kim pirsiz o'zi yolg'iz bunga erisha olmaydi.

MARKAZIY OSIYO TABOBATI

Tarixdan ma'lumki, Sharq mamlakatlarida, jumladan Misr, Suriya, Eron, Turkiya, Pokistonda xalq tabobatiga e'tibor juda kuchli bo'lgan. Ammo vaqt o'tishi bilan bu mamlakatlarda hozirgi zamon tibbiyotining rivojlanishi natijasida ahli vujud orasida xalq tabobatiga qiziqish yo'qolib borgan va bugungi kunga kelib so'fizm vatani – arabiy va forsiyzabon o'lkalarda undan asar ham qolmagan, desak, mubolag'a bo'lmaydi. Buning bir necha sabablari mavjud. Avvalambor, nomi zikr etilgan mamlakatlarda tariqatga bo'lgan qiziqish kamayib, mutaassib diniy yo'nalishlarning rivojlanishi natijasida tarixiy tabobatga talab ham yo'qolib borgan.

Yuqorida zikr etilgan Sharq mamlakatlaridan farqli o'laroq, Markaziy Osiyoda xalq tabobatiga qiziqish kun sayin ortib borayotir. Bu qiziqish mazkur mintaqada joylashgan davlatlar mustaqillikka erishganidan keyin ayniqsa kuchaydi. Buni O'zbekiston timsolida yaqqol ko'rish mumkin. O'zbek xalqining o'z tarixiy an'alarini nisbatan yaxshi saqlagani boshqa yurtlarda yo'q bo'lib ketayotgan xalq tabobatining rivojlanib, yangi bosqichga ko'tarilishiga olib keldi. Bunga so'nggi yillarda Farg'ona vodiysidan chiqqan mashhur tabiblarni, Moskva va Leningrad shaharlarida «Inson va salomatlik» institutini tashkil etgan vatandoshimiz Norbekovni, Boltiqbo'yi mamlakatlarida dong taratgan namanganlik tabib Ne'mat Abdullaevni misol qilib keltirish mumkin.

O'zbekiston chiqqan tabiblar bugungi kunda Yaqin Sharq, Amerika va Evropa mamlakatlarida e'tirof etilib, ularning bilimi dunyo miqyosiga ko'tarilmoqda. Bu tabiblarning tajribalari ko'p davlatlarda o'rganilib, markazlar tashkil etilmoqda. Internetda mazkur markazlarning faoliyatini targ'ib qiluvchi saytlar ochilmoqda.

Yuqorida keltirilgan ma'lumotlarga asoslanib, bugungi kunda amalda bo'lgan xalq tabobatining negizini tashkil etuvchi bilimlar faqat tasavvuf tizimi arboblarning sa'y-harakatlari bilan saqlanib qolgan va hozirda iqtidorli insonlarga ilohiy ilm sifatida qaytadan berilmoqda, deb qayd etish mumkin.

TASAVVUF (SO'FIY) TABOBATI

Bir kuni Muso alayhissalom qattiq kasal bo'lib qolibdi. Bu ahvolni ko'rgan Alloh taolo undan xabar olibdi. Shunda Muso payg'ambar so'rabdi: «Ey Allohim, kunim etganga o'xshaydi, qattiq og'rib qoldim, nima, meni o'z dargohingga olib ketmoqchimisana?»

Alloh taolo debdi: «Yo'q, hali sen tuzalib ketasan. Sening qiladigan ishlaring bor».

«Unda menga davo ber, buncha qiynalmayin», debdi Muso alayhissalom.

«Yo'q, sen shifoni o'zing ko'rib turgan tol tagidagi qulimning qulidan (so'fidan) olasan», debdi Alloh.

Shunda Muso alayhissalom kulib: «Ey Allohim, sen turganda unga yo'l bo'lsin. Sening mo'jizang oldida u quling nima qila oladi?», debdi.

Alloh taolo qat'iy tarzda: «Unga bor, faqat u seni tuzatadi», deb javob beribdi.

Xudoyi taolo Odam alayhissalomni yaratib, unga umr va'da qilib, uning sog'lig'ini Allohning o'zi himoya ostiga olgan va unga er yuzida yashashni, oziq-ovqat topishni o'rgatgan. Odam atodan keyingi avlodlari - Qobil, Hobil, Shish alayhissalomlarga esa quyidagi vazifalarni yuklagan. Yaxshilik-yomonlik Qobil va Hobilga berilgan. Shish payg'ambar alayhissalomga 50 varaq sahiylik yuborilgan. Shundan 17 varag'ida odam o'zining sog'lig'ini saqlash maqsadidagi amallar, ya'ni ilohiy tabobat berilgan. So'fizm va so'fiy tabobati mana shundan boshlangan. Birinchisi zikr orqali Allohga ulanish va ikkinchisi tabobat qilish. Demak, Shish din hali muayyan bir ko'rinishga ega bo'lmagan paytdayoq so'fiylik tariqatiga asos solgan. So'fiylik tabobati tarixiga nazar tashlasak, shuni nazarda tutish kerakki, bu ta'limot alohida shakllangan dinlardan tashqarida rivojlangan.

Ilmi tabobat uch nav' – kasbiy, vorisiy-xuniy (genetik) va ilmi ilohiy-laduniy-xudodod orqali amalga oshiriladi. So'fizmdagi bor narsa – xoh falsafa va xoh tabobat va xoh hayot tarzi – mana shu ilohiy ilmga borib taqaladi. Ilmi laduniy yo vahiy orqali, yoki ilhom orqali amalga oshadi. Agar tabobat haqida to'xtaladigan bo'lsak, dunyoda jami 25

tabobat usuli mavjud. Ularning asl manbai bitta: Shish alayhissalom ko'rsatmalariga tayangan holda, biroq mintaqa, din, urf-odatlar hamda inson mijozlarining xilma-xilligini hisobga olganda, shuningdek davolar ta'siri ostida bo'ladigan o'zgarishlar barchasi 25 turga bo'lingan. Shular qatorida hozirgi zamon tibbiyoti ham bor. Hozirgi zamon tibbiyoti so'fiylik asoschilaridan biri Ibn Sinodan boshlangan bo'lishiga qaramay, o'zining tub mohiyatini yo'qotgan. Bu degan so'z u anatomiyaga, jismoniy patologiyaga (xurujga) asoslanib qolgan. Ya'ni kasalning tashqi ko'rinishiga qarab davolash bu erda ustuvorlik qiladi. So'fiy tabobati esa, aksincha, o'zining asl mohiyatini, javhari – maxfiylikini yo'qotgani yo'q. Bunga ishonch hosil qilish uchun tarixga nazar tashlash kifoya. Ya'ni so'fiylar hayot tarzida ishlatadigan va sog'liqlarini saqlash uchun qo'llaydigan sistemaga yaqinlashish kerak. (Jumladan, 63 yil mobaynida quyoshni ko'rmasdan yashash, Ahmad Yassaviyning er ostidagi hayoti yoxud Najmiddin Kubroning jang asnosida yarador askarlarga ko'rsatgan yordami va bergan tavsiyasi: kam ovqat eb, quvvatni uzoq vaqt saqlab turish.)

So'fiy tabobati o'zi nima? U boshqa tabobat turlaridan nimasi bilan farq qiladi? So'fiy tabobati jismoniy-quvvatiy-ruhiy patologiyani (xurujni) o'rganish bilan shug'ullangan holda, odam organizmidagi butun borliq singari, Alloh tomonidan berilgan olam-odam, mukammal borliqni o'rganadi. Albatta, bu tabobat ilohiy bo'lganligi tufayli, uning asoslari bandaga (tabibga) ilhom yo'li bilan yoki ilohiy kitoblarda maxfiy ravishda ochib beriladi. Masalan, Qur'oni karimda 6666 oyat mavjud bo'lgani holda, 100 ta oyati odamning ruhiy-jismoniy salomatligini mustahkamlashga, 66 oyati maxfiy ilmga, ya'ni ilohiy tabobatga (so'fiy tabobatiga) bag'ishlangandir. So'fiy tabobatida asosiy maqsad odam organizmidagi jismoniy-quvvatiy-xurujni aniqlagan holda, odam tanasida immunitet, ya'ni ichki qarshilik kuchi-quvvatini paydo qilishdan iboratdir. Bu degan so'z a'zolarning ishlash qobiliyatidagi nuqsonlarni va bu nuqsonlarga ta'sir qiluvchi ichki va ilohiy quvvatni aniqlash, tashxis qilish va ularga dori-darmonlar, ichki quvvatiy-so'fiy massaji, ilohiy kitoblardan olingan «Mantra» sistemasi (bu yunoncha so'z bo'lib, ovoz, tovush degan ma'noni bildiradi) demakdir. Maxsus so'fiy nafas olish mashqlari va gimnastikasi orqali, shuningdek «Nafsiy nutq», ya'ni ilohiy quvvatni tanaga kirgizish va to'g'ri yo'naltirish demakdir. Bu o'rinda ilohiy quvvatga ega bo'lgan tabibning roli haqida aytib o'tish joizdir. Bu degan so'z so'fiylarning karomati asosida ayrim o't-giyohlarning, ularning istagidagi vazifasini bajara olishlari va bemor bilan suhbat davrida undagi quvvatiy yo'llarni ochib yuborish xislatlariga egaligidadir.

Endi ZIKR haqida. So'fiy tabobatida zikr alohida o'rin tutadi. Chunki u faqatgina jismoniy mashqlar bilan cheklanmasdan, balki ruhiy-fiziologik va, qolaversa, ilohiy qudrat sistemasini rivojlantiradi. Ya'ni haqiqiy sog'liqqa erishish uchun jismonan baquvvat bo'lishning o'zi etarli emas. Unda ruhiy barkamollik ham bo'lishi shart. Modomiki shunday ekan, odamzot paydo bo'libdiki, tabobat mavjuddir. So'fiy tabobati haqida so'z yuritar ekanmiz, albatta, boshqa shu kungacha mavjud bo'lgan tabobat usullari to'g'risida alohida to'xtashimiz darkor. Zero, bu haqda alohida mukammal asar yozishga olimlarimiz hanuzgacha uringani yo'q.

Umuman olganda, tabobatni uchga bo'lish mumkin.

1. Hozirgi zamon an'anaviy muolajasi.

2. Xalq tabobati.

3. Tasavvuf tabobati.

Hozirgi zamon tabobati haqida so'z yuritar ekanmiz, albatta, u eng yuqori yutuqqa erishgan tabobat turi deb tan olinganligining guvohi bo'lamiz. U asrlar mobaynida muvaffaqiyatli amaliyotdan o'tib, yaxshi natijalarga erishdi. Hozirgi zamon tabobati ham xalq tabobatiga o'xshagan bo'lib, Ibn Sino tibbiy sistemasiga asoslangan. Uning jadal rivojlanishi sababi: jamiyatdagi tub o'zgarishlar, ayni vaqtda xalq tabobati asoslarining unutilishi, jamiyat a'zolarining tez va shoshilinch davo olish maqsadini ko'zlashi natijasida hozirgi zamon tabobati muvaffaqiyat qozondi. Shuning uchun ham hozirgi zamon tibbiyoti shoshilinch yordam ko'rsatish, xurujiy holatlarni (patologiyani) vaqtincha to'xtatish uchun kuchli dori-darmonlar ishlab chiqarishga zo'r berdi. Bu o'z navbatida bir tomondan katta foyda keltirgan bo'lsa-da, ikkinchi tomondan tez ta'sir ko'rsatadigan dori-darmonlarni ishlab chiqarishda kimyoviy moddalarning almashinuviga olib keladi. Albatta, hozirgi zamon tibbiyoti bugungi kunda juda katta yutuqlarga erishgan, zotan stomatologiya, jarrohlik, tez tibbiy yordam singari jabhalar boshqa tabobat usullarida yo'q. Ammo inson organizmiga bunday tez ta'sir ko'rsatish, kasallik sababini o'rganmasdan turib davolash bemorning sog'lig'iga ko'proq zarar etishi bilan yakunlanmoqda. Zero, kimyoviy dori-darmonlarning o'ta ko'p miqdorda ishlatilishi, jarrohlik usullarining sababsiz qo'llanilishi organizmga, insonning ichki sistemasiga salbiy ta'sir ko'rsatadi va kasallik beixtiyor rivojlanib ketadi yoki kuchaytirilgan dorilarning ishlatilishi natijasida odam xastaligi faqat vaqtinchalik rivojlanishdan to'xtaydi, ammo fiziologik xuruj jarayonlari rivojlanishda davom etaveradi.

TASAVVUF TABOBATIDA MUSIQANING O'RNI

Raqsu samo' va musiqa. Musiqaning shifobaxsh kuchi

Rasmiy islom musiqani yoqtirmasa-da, so'fiylar undan nafis ma'nolar topib, o'zlarini ilohiy jazavaga – «holati jazb»ga keltirish uchun undan foydalanganlar, musiqani ikkilikdan voz kechish, Allohga yaqinlashish, unga vosil bo'lish, «men»dan najot topish, qutulish vositasi deb bilishgan. Ushbu holat, «vajd» yoxud «hol» so'fiyaga xos istilohiy so'zdir. So'fiy barkamollikka faqat pir-murshid orqali erishadi. Musiqaviy anjumanlar so'fiyada «samo'», ushbu anjumanlar o'tkaziladigan joy esa «samo'xona» deb yuritiladi. So'fiylik gullab-yashnagan davrda Xuroson va Movarounnahrda bir necha samo'xona mavjud bo'lgan. (Bu haqda ma'lumot olish uchun risolamizdagi «Tasavvuf lug'atnomasi» bobiga murojaat eting.)

Nega? Nima uchun? Zero, so'fiylar muvozanatni raqsu samo' va musiqadan olishgan. Bu birinchidan. Ikkinchidan, musiqa ohanglari va raqs qochirimlari har bir so'fiyga zavq berib, Haqqa vosil bo'lish uchun xizmat qilgan. Bu unsurlar har biri muayyan tasavvufiy-falsafiy ma'noni anglatadi.

Ushbu tabobatning ilmiy tomonlari yaxshi o'rganilmagan. Yuqorida ayrim ma'lumotlar berilganligi tufayli, masalaga yaqindan yondashamiz. Umuman, musiqa san'ati orqali qadimdan darmon topishlik va batamom sog'ayib ketishlik g'oyasi hanuz qadim zamonlardan, aniqrog'i insoniyatning dastlabki taraqqiyot davriga to'g'ri keladi. Agar biz o'zimizni davolash uchun ishlatiladigan dori-darmonlarni olib tekshirsak, ulardan tanamizda etishmayotgan moddalarni topamiz. Boshqacha qilib aytganda, ana shu moddalarning ta'siri ostida tanamizda muvozanat vujudga keladi. Bas, shunday ekan, tomirlarimizda qon aylanishini bir maromda saqlash uchun ritm va ton talab etilishining guvohi bo'lamiz.

Ritm va tonni esa biz musiqadan olamiz. Binobarin, sog'lig'imizga putur etishi musiqaning, ayni chog'da sozu navoning noto'g'ri chalinayotganligidandir. Bu yo'sindagi tabobat faqatgina nabzning urilishi, yurak bosh tomirlarining urilishi bilan birga o'rganiladi. Shifokor mijozning nabzi, yuragi hamda qon aylanishini inobatga olgan holda unga tashxis qo'yadi. Shifokor qanchalik nazariy bilimga ega bo'lmasin, baribir o'zining intuitsiyasiga (ilg'ab olish farosatiga) suyanib va o'zining musiqaviy qobiliyatidan kelib chiqib kasallikni aniqlaydi. Musiqa g'am-anduhdan iborat emas, yolg'iz g'am-anduhni ifodalamaydi ham. Uning baland pardalari bor ekan, past pardalari ham bo'ladi. Musiqa o'ziga hamma narsani qamrab oladi. Bir vaqtlar musiqadan faqatgina davolash, shifo olish uchungina foydalanishgan, uni tinglab kasalliklardan xalos bo'lishgan. Moddiylik va ma'naviyatni engib, shu asno musiqani ham dilxushlik vositasiga aylantirishgan. Boshqacha qilib aytganda, Xudoni unutish uchun foydalanishgan. So'rashingiz mumkin: musiqaning qaysi turi kishini sog'aytira oladi? Ashulami, o'yinmi, raqs tushishmi yo ohangu navomi? Ashula shubhasiz kuchliroqdir. Zero, unda tebranish kuchi baland hamda qo'shiq tinglovchining ko'nglini ovlab, yuraklarini zabt etadi. Agar inson dahriy bo'lsa, ertayu kech o'zining shaxsiy yumush va foydasi uchun elib yuguradi, bu holda ushbu dahriy odamga shifo berish ehtimoldan uzoq bo'ladi. Shifokor ozod va erkin bo'lmog'i darkordir. Nima uchun? Hamdardlik qilish uchun, o'zining yaqinlarini sevish uchun va o'zidan ham ko'proq boshqalarni anglab etish uchun. Ushbu fazilatlarini qaerda o'rganib, qaerdan olsin? Buning kaliti Xudoda. Biz bu dunyoga, uning barcha taraqqiyotiga nazar tashlasak, bir narsaning etishmayotganini ilg'ab olamiz. Nima etishmayapti? XUDO! Hayotning qadri nimada? MUHABBATDA! Muhabbat nima? XUDO! Har bir inson nimaga ehtiyoj sezadi? Dunyo hozirgi kunda nimaga ehtiyoj sezmoqda? XUDOGa!

SO'FIY TABOBATIDA

QO'L KELADIGAN AYRIM OMILLARNING AHAMIYATI HAQIDA

XOTIRA-TAASSUROT. Ba'zan xarsangtoshlarda ayrim ierogliflar yoxud bitiklar-harflar bitilganligini ko'ramiz; ularni bugungi kunda hech kim o'qiy olmaydi. Shunday bo'lsa ham, ba'zi bir iste'dodli kishilar intuitsiya (mukoshafa-farosat) orqali o'sha predmetdan chiqib kelayotgan vibratsiya (tebranish) vositasida, atmosfera yoxud hissiyot-sezgilar yordamida o'qiy olishadi. Zohiran bu bir bitik, xolos; botinan ular «so'zlovchi» yozuvlardir. Xuddi shu hodisani uy hayvonlarida ham uchratish mumkin. Ayniqsa, otda. Kimki bu sirni bilsa, ot sotib olayotganida juda ehtiyotkor bo'ladi: ot umuman sog'liq va xushzot sifatlariga ega ekanligi bilan birga vibratsiya-tebranishga ham ega. Juda tez-tez uchraydigan hodisa: ot xushzot va zo'r bo'lganligi bilan baxtsizlik ham keltirishi mumkin. Buning sababi oldingi egasining noxushligi, norizolidir. Bu hissiyot-sezgilar-tuyg'ular otning yuragida yozib qoldirilgan bo'ladi. Ul kishining holati o'zgarib ketgan bo'lishi mumkin, biroq u orqali kechgan kechinmalar otda amal qilishda davom etaveradi. Buni odamlarga ham qiyoslash mumkin: aqlli kishining ahmoq bilan o'zaro munosabati va hokazo. Xalqimizda dono bir maqol bor: qozonga yondashsang, qorasi yuqar. Yoki bayt:

Yomon bilan yurding, qolding uyotga,

Yaxshi bilan qolding, etding murodga.

SO'Z QUDRATI. Shunday savol tug'iladi: so'zni qudratli qilishga qaysi omil sabab bo'ladi? So'z qudrati nima? U qaerda va qachon namoyon bo'ladi? Uning ma'nosida qudrati yashiringanmi yoxud ishlatilish usulidami yoki muallimning shogirdiga talqinidami, balki shogirdining takrorlanishidami?

Javobi shunday: ba'zi bir so'zlar borki, ularning qudrati ma'nosida yashiringan bo'ladi. Boshqa bir so'zlar esa tovush-ohang sharofati bilan qudratga ega bo'ladi. Uchinchi tur so'zlar esa turli markazlarga yo'naltirilganligi bois qudrat egasi bo'ladilar. Ilhom yo'li bilan Xudodan berilgan so'zlar borki, ular donishmandlar, avliyolar, payg'ambarlarga ato qilingan. Ularda hayotdan istalgan narsani olish sirru sinoati yashiringandir. Agarda buni bir mo'jiza desak, mubolag'a qilmagan bo'lamiz.

Mo'jiza so'zda va uning qudrati-kuchida aks topgan bo'ladi. Biroq kimki bu qudratni bilsa, shu kuchga ega bo'lsa, hech qachon uni boshqalarga oshkor etmaydi. Ma'naviy yutuq hayotiy qudratini isbotlash maqsadida boshqalarga ko'z-ko'z qiladigan narsa emas. Har bir ma'lum narsa o'z-o'zidan ma'lumdir, ayondir. Har qanday muhimroq va qimmatliroq narsadan ham ustun turadigan qadriyatlarini esa odamlar ko'z o'ngida muxobot qilishga ehtiyoj yo'q.

Tasavvufning eng ulug' va buyuk maxfiyligi bu hamma narsani bilish, yuksak cho'qqini zabt etish va shu bilan birga tinch-xomush yurishdir. Murid qancha ko'p bilsa, shunchalik xalimu xoksor va tavozu'li bo'ladi, biroq kimki bu kashfiyotni boshqalardan o'zini ustun qo'yuvchi vosita sifatida qo'llamoqchi bo'lsa, u shunday kashfiyotga aslida ega emasligini ko'rsatadi. U faqat ichida ispiriqqa – uchqunga (sharora) ega bo'la turib, mash'alni – gulxanni boy bergan bo'ladi. Gulxan hali yoqilganicha yo'q! Sharq xalqlari

orasida shunday bir naql bor: mevali shox egilgan bo'ladi. So'z inson badanidagi turli a'zolar osha chulg'anishga-tebranishga ega. Shunday so'zlar borki, bevosita ko'ngilga tushadi, ba'zilari esa kallada aks-sado topadi. Uchinchi bir so'zlar borki, tanaga hokimlik qila oladi. Muayyan so'zlar orqali tuyg'ular jo'sh urib-tezlashib-keskinlashib yoxud pasayib ketishlari mumkin. So'z bo'g'inlari ilmi ham mavjudkim, u o'ziga xos kuchga, aniqrog'i, ta'sir kuchiga ega. Faylasuf Vagner haq bo'lib chiqdi: u faqatgina qadimgi Sharq mutafakkirlarining ta'limotini takrorlab aytgan edi: «Kimki ehtizoz (vibratsiya-tebranish) qonunini bilsa, hayot sir-asrorini bilib oladi.

TOVUSH KUCHI. So'z qadrini bilgan so'fiy uni dastavval o'zida namoyon etadi. Masalan: musiqa tashqi muhit uchun chalinadi, biroq uni kim qabul qiladi? Albatta, ichki dunyomiz. So'z ham, yaxshimi, yomonmi, chetga qarata aytiladi, ammo qaerda anglanadi? Botinimizda. Ayni zamonda inson hamisha xatolikka yo'l beradi, ichki olami orqali qabul qilishni bilgani holda, ayni chog'da ushbu iqrorini chetda izlaydi. Bu oyni ko'kdan emas, erdan qidirayotgan odamni eslatadi. Va agar u ming yil ham tepaga emas, pastga qarab oyni axtarsa, hech qachon uni ko'rolmaydi. Faqat bitta yo'li bor: ko'zni tepaga – osmonga qaratishi lozim, shunda u oyni ko'radi. Hayotning sir-asrori ham xuddi shunday.

Tovush nima? U ichimizdan balqib chiqadi. Agar botinimizda tovush-sado uchrasa, tana uni chetlab turib eshitolmaydi. Har bir muayyan so'zning ta'siri va samarasi insonning qaysi holatda ekanligiga bog'liq. Masalan, yolg'onchining gapini eshitaverib, uning gaplari ma'nosiga e'tibor qilmaydigan bo'lamiz: zero, u samimiy emas, shu jihatdan hech qanday kuchi ham yo'q. Va aksincha: agar inson ishonch bilan samimiy va haq gapni aytsa, unga quloq solamiz. Xalqimizda bir maqol bor: «Yolg'onga o'xshagan rostni dema, rostga o'xshaydigan rostni so'zla». Demak, gapiruvda ham tinglovchining dunyoqarashi, aql-farosati bilan hisoblashish kerak. Xullas, samimiy va haq so'zda quvvat bor, kuch bor, qudrat bor, hikmat bor. Ba'zan inson ovozi g'am-anduhga limmo-lim to'ladi: u ko'ngilga tushadi, dillarni taxsir etadi, o'ylantirib qo'yadi. Munavvar fikrli odamlarning so'zlari yozma manbalar orqali asrlar osha bizga etib kelgan. Shuning uchun ham Sharqda turli din-mazhablari, payrovlari-izdoshlari biron-bir tadbirni amalga oshirayotganda o'sha mutafakkir kishilarning so'zlarini keltiradilar. U so'zlarni ona tillariga tarjima qilishga o'rin yo'q. Buyuklar tomonidan aytilgan so'zlar asrlar osha o'sha holatda saqlanib kelgan: zikr qilish asnosida ulardan foydalanish mumkinligi uchun. So'zning yana bir maxfiyligi mavjud: bu uning ma'nosida emas, kim tomonidan aytilganida ham emas, balki shu so'zning o'zida qandaydir kuch bo'ladi. So'fiylar, donishmandlar muqaddas so'zning sirini bilganlari holda, unga talpinganlar. So'fiyning butun zikriy hayoti ana shu so'z siri-binosi ustiga qurilgandir.

TAKRORLASH

Sharqda qadimdan alohida ilm sifatida shakllangan ruhshunoslik hozirgi paytda G'arbda keng o'rganilmoqda. Ma'lum bir so'zni kun mobaynida uzluksiz takrorlash muayyan kasalliklarga shifo topishga imkon yaratadi. Asrlar osha musulmonlar har kuni Qur'oni karimni takror va takror tilovat qilib keladilar. Ammo hozirgi zamon odami bugungi gazetani olib o'qiydi-da, bir chetga surib qo'yadi, ertasiga esa yangisini oladi. Birinchi misolda katta ma'no bor. Bu Qur'oni karimning har bir so'zi, oyatida ma'no – maxfiylik yashiringanligidadir. Qaysi kuni inson uni kashf qilsa, o'sha kuni hayotning jumbog'ini echgan bo'ladi. Yoxud boshqa bir misolni olaylik. Kunora ma'lum xizmatangiz uchun siz odamlardan tashakkur yoxud «men sizdan minnatdorman» degan so'zlarni eshitadi. Agar kun davomida siz o'n kishidan minnatdorchilik so'zlarini qabul qilsangiz, unda har birining so'zida bir-biridan farq qiluvchi muayyan ohang kuchini sezasiz. Ohangda samimiylik yashiringan, birov ming marotaba sizga yuqoridagi so'zlarni takrorlasa ham hech narsa o'zgarmaydi, samarasi-natijasi bo'lmaydi, zero unda samimiyat etishmaydi. Masalani ko'ndalangiga ko'rib chiqamiz: bir kishi sizga biron-bir gapni aytsa, siz unga darhol ishonasiz. O'sha gapni boshqa kishidan ham eshitsangiz, ishongingiz kelmaydi, hatto u bu gapni ellik marotaba takrorlasa ham. Nima uchun? Bu shundan dalolat beradiki, biron-bir so'zni aytishdan oldin biz o'zimizni tayyorlashimiz kerak. Nafaqat aytilishi kerak bo'lgan so'zni, balki aytayotganda o'zimiz qanday holatda ekanligimiz, uni qanday qiyofada va qanday ifodalar orqali etkazishimiz va o'sha ifoda ortida qanday sir yashiringanligi, xullas, shu yo'sinda bo'lmog'i kerakki, eshitgan odamning ko'ngliga borib etsin. Bas, shunday ekan, savol tug'ilishi tabiiy: xo'sh, so'zni samarali ifodalash uchun biz o'zimizni qanday tayyorlashimiz kerak? Ba'zan bir kishi biron-bir gapni yuz marotaba aytsa ham u «bir chaqalik» gapdek bo'lib tuyuladi. Birov bir marta aytgan gap ham «oltin so'z»ga aylanadi. Ba'zan birov sizga biron-bir gapni ishontirish maqsadida o'n marotaba takrorlaydi, dalilu isbot, misollar keltiradi. U qancha urinmasin, siz baribir uning gaplariga ishonmaysiz. Boshqa bir odam biron-bir gapni bir martagina aytadi va siz uning bu gapiga ishonib, «Ha, to'g'ri, men bunga ishonaman, men buni tushunaman, men bunga aminman», deb tasdiqlaysiz. So'fiylar bunga qanday erishadilar? Diqqatni bir nuqtaga to'plash, zikriga tushish va tatbiq etish orqali. Qadimgi eski tillarni o'rganuvchilar ularga chuqur kirib borganlari sari bu tillardagi so'zlarda ruhiy ma'no zohir ekanligini kashf etadilar, hozirgi tillar qadimgi tillarning g'alat (taxrif) suratidek bo'lib tuyulaveradi. Qadimgi tillarda so'zlar fahm-farosat (intuitsiya) va aql-idrok orqali yuzaga kelgani holda, bugungi tillar ma'lum grammatika qonun-qoidalariga asosiga qurilgankim, ularni inson o'rganish orqali bilib oladi. Ana shuning uchun ham qadimgi so'zlar sehrlil kuchga egadir.

Har bir unli tovush chuqur ruhiy ma'noga ega. Bu ilm qadimgi so'fiylar tilida ZIKR deb yuritiladi; u shunday ilmki, istalgan natijaga ma'lum so'zlar yo so'zlar turkumidan iborat iboralarni ma'lum marta takrorlash orqali erishiladi. Kimyogar barcha dori-darmonlar va dorivorlarga ega bo'lgani holda, bemor kelib o'ziga kerakli bo'lgan dorini emas, balki o'ziga yoqqan dorini olsa, u nafaqat sog'aymaydi, balki o'zini zaharlab o'ldirishi ham mumkin. Shuning uchun ham bemorga kimyogar, ya'ni rahnamo – piri murshid kerak bo'ladi. Tabib bemorga uning holiga qarab dori beradi va buning uchun bemor oldida to'la mas'ul hisoblanadi. Xuddi shuningdek, Sharqda inson so'fiylar rusumiga ko'ra o'ziga ruhiy tavsiya beruvchi murshidni izlaydi. Murid esa murshid bergan tavsiyalarga

amal qiladi. Murshid avvalambor o'z muridining umumiy holatiga tashxis qo'yadi, so'ngra muridning o'sishi, rivojlanishiga qarab u yoki bu so'z yo iborani unga buyuradi; uni takrorlash orqali kishi matlab qilib qo'ygan maqsadiga erishadi. So'fiyada muqaddas deb hisoblangan ma'lum so'zlar borki, oddiy mo'min odam ularni shunchaki yuzaki bilishi mumkin; bu so'zlarning muqaddasligi shundaki, ular ruhiy ma'nolarga ega bo'lib, ularni takrorlash muayyan samara beradi. So'fiyona so'zlar turli tillarda aytilishi mumkin, biroq ular biron-bir tilga mansub emas. Zikr jarayonini olaylik: biron-bir so'z yoxud iborani aytganda u arab tili tarkibida borligini kuzatamiz. Ammo arab tilida kelgan bu so'z fors tilida ham qo'llaniladi, arab tilini bilmagan kishi uni forscha deb ham o'ylashi mumkin. O'sha so'z hind tilida ham uchraydi, boshqa tilni bilmagan kishi uni hindcha deb taxmin qilishi ham mumkin. Nihoyat, o'sha so'zga ibriy-yahudiy (ibroniya) tilida ham duch kelamiz; buyuk siymolar, Iso Masihdan oldin erda yashab o'tgan ulug' zotlar (ularning sarchashmasi Misrning qadimgi maktablari bo'lgan) bu iborani ko'plab qo'llaganlar. Juda ko'p dalillar borki, ular hazrat Ibrohim zamonida (u Misr maktabida tahsil olgan) ham o'sha so'zlar ishlatilganini ko'rsatadi. Xo'sh, buning sababi nimada? Sababi shundaki, ovoz – nafas chiqarishning ifodali ko'rinishi, nafas chiqarish esa hayotning o'zginasidir. Shunday ekan, talaffuz etilgan so'z nafaqat boshqa kishiga, shu bilan birga insonning o'ziga ham ta'sir o'tkazadi. Biron kishi orqali aytilgan so'z nafaqat uning tanasiga, balki aqliga va ruhiga ham ta'sir etadi. Buning natijasi o'laroq, ahmoqona yoki bemavrid aytilgan so'z birovni xafa qilib qolmay, uni aytgan kishining o'ziga ham katta ziyon-zahmat etkazishi mumkin. Bular oddiy so'zlar to'g'risida edi. Biroq maxfiy so'fiy so'z yanada ko'proq ma'nolarga egadir. Ular uch sarchashmadan oziqlanadi: farosat bulog'i, ilm bulog'i, kayhan-munajjimlik bulog'i yoxud koinot-fazo bulog'i. Farosatli so'zlar dildan, Xudoni tanigan dillardan chiqib keladi. Qisqacha aytganda, birovlarining og'zi gapirsa, boshqalarning dili so'zlaydi, uchinchi birov esa jondan sirlashadi. Ilmiy tajribalar shuni isbotlab berganki, inson tanasida juda nozik terli asab markazlari bor bo'lib, ular tebranish (vibratsiya) orqaligina junbushga keladi, jonlanadi va oxirulamir undan inson tabiati va tanasidagi muvozanat, aqlning sog'lomligi, jismning barkamolligiga bog'liq bo'lib qoladi. Agarda so'z ilmiga chuqurroq nazar tashlasak, unda har bir unli va undoshning o'ziga xos tebranish kuchiga ega ekanligimizni ko'ramiz. Bu tebranish o'ziga xosdir, zero, u o'z navbatida o'ziga xos aql va tanaga ta'sir kuchiga ega. Ba'zan insonning o'zini ko'rmasdan, nomini eshitgan zahoti u haqda ma'lum tasavvurga ega bo'lasiz.

Astrologik yoxud falakiyot jihatini tadqiq qilmoqchi bo'lsangiz, bu fanni boshqa ilm sohalari bilan chambarchas bog'liq ekanligining guvohi bo'lamiz. Unli, undosh tovushlar, so'zning falakiyot bilan bog'liqligi shundaki, ma'lum so'zni talaffuz etish bilan birga ma'lum sayyoraning kuchini kamaytirish yoki zo'raytirish mumkin. Basharti, yulduzlarning joylashishi yoqimsiz bo'lsa, kuchi kamaytiriladi, yulduzning va'zi xayrli bo'lsa, kuchaytiriladi. Shuning uchun ham Sharqning ko'pgina mamlakatlarida kishi qaysi kunda tavallud topganiga qarab unga turli nom qo'yiladi. Xo'sh, bugungi kunda so'z qadri toptalishining sababi nimada? Sababi shundaki, odamlar kundalik dunyoviy yumushlar bilan band bo'lib, eng qadimiy ilmlarni unutmoqdalar. Shunga qaramasdan, har qanday zamonda va har qanday zaminda donishmand olimlar yashaganlarki, ana o'shalarning sharofati bilan olam muvozanati saqlanib kelmoqda. Hadisi sharifda

aytilganidek, «Olimlar payg'ambarlarning vorislaridir» yoxud «Donishmandlar jamiyatning ustunlaridir». Shuning uchun ham so'z yo'qolib ketgudek bo'lsa, olimlar hayot nafasini, uning siru sinoatini butkul yo'qotadi. Mavjud so'z hech qachon yo'qolmaydi. Ammo so'nggi paytlarda odamzot so'zni osmondan emas, balki zamindan oladigan bo'lib qoldi. Har qanday yangilik o'sha donishmand sharofati bilan yuzaga keladi, zero, odamlar samo bilan muloqotni uzgandan keyin er bilan so'zlashishni odat etishdi va buning natijasi o'laroq, taraqqiyot, ixtirochilik harakati vujudga keldi. Shunday ekan, so'z yo'qolmagan, balki faqat yo'nalish o'zgargan. So'fiy uchun «bu dunyo ko'za kabi, tagidan nima ovoz chiqsa, aks-sado bo'lib uning devorlaridan qaytadi. Lab bilan aytilgan so'zni quloq eshitadi, ammo dildan chiqqan so'z dilga borib tushadi». Shuning uchun ham tasavvufning asosiy va markaziy mavzei bu so'zdir. So'z nima? So'z bu bizning tuyg'ularimiz, ovoqimiz, muhitimiz...

O'ZINI O'ZI

TARBIYALASH

Haqiqatga etishish uchun o'zini o'zi tarbiyalash muhim o'rin tutadi. Bu soha ko'p tarmoqlarga ega. Biz darveshlarni bilamizki, ular tog'larda, biyobonlarda, changalzorlarda yashaganlar. Nima uchun? O'zini o'zi tarbiyalash uchun. Shubha yo'qki, odamlar shahar sharoitida, barcha qulayliklarga ega bo'lgan muhitda yashamoqdalar. Binobarin, o'zini o'zi tarbiyalash haqida o'ylashning o'zi ham dahshatli tuyuladi. Biroq buning uchun g'orlarda berkinib yashash, changalzoru biyobonlardan o'tish ham unchalik shart emas. O'zini o'zi tarbiyalashni o'zimizning kundalik hayotimizda ham ro'yobga chiqarishimiz mumkin. Bu fanni tajriba qilish uchun asosiy uslub-qoida mavjud. Birinchi yo'l – jismoniy. Bu bir joyda harakatsiz holatda ma'lum vaqtgacha bir yo'sinda o'tirish demakdir. Agar buni amalda qilib ko'raman desangiz, bu oson ish emasligini payqab olasiz. Turli-tuman qiyofalarda qo'llar, oyoqlar, ko'zlarni yoxud boshni tutib turish – bularning barchasi intizomni mustahkamlaydi. Bu ham o'z navbatida ma'lum fanga aylanib qolgan. Askarning turqi-turishi, mutafakkirning turqi-turishi, ashrofdodaning turqi-turishi, zodagonlar, boylar, amaldorlar, oshiqlar, tabiblarning turqi-turishi – hammasi biron-bir maqsadni ko'zlab qilinadi. Yana bir tarmoq: bu ovqatlanish va ichimlik dunyosi bilan bog'liq. Inson kundalik ovqatlanishda ma'lum oziq-ovqatdan bo'yin tovlaydi. Oldindan o'shalarsiz ham kuni o'tishini bilib, atayin shunday ish tutadi. Bu ruhiy va jismoniy sabab omillaridan tashqaridir. Ba'zilar faqat sabzavot, ko'katlar bilangina oziqlanadi, bu jarayon haftalab, hattoki oylab davom etadi.

RO'ZA – bu ham badanni bo'shatib olish uchun muhim bir vosita demakdir. Agar inson qanday, qachon va nima uchun ro'za tutayotganligini bilsa, shubha yo'qki, ko'zga ko'rinarli natijaga albatta erishadi. Jarrohlar o'z mijozlarini bir necha soat mobaynida och-nahor saqlaganlaridek, ruhoni-ustozlar ham o'z shogirdlariga ro'za tutishni tavsiya etadilar. Bu erda go'shtsiz yoki nonsiz kun kechirish, yoxud sut va mevalar bilangina oziqlanish haqida so'z bormoqda. Bunda ustoz o'z shogirdining layoqati va sabr-

bardoshliligi darajasini hisobga oladi. O'zini o'zi tarbiyalashning yana bir tomoni bu fikrlash va esdan chiqarish qobiliyatidir. Bu bir tomondan keng, chuqur va uzoq fikrlash qobiliyatini chiniqtirsa, ikkinchi tomondan salbiy holatlarni, hiya-hayajon, qahru g'azab, hasad, qayg'urish, yomon ko'rish kabi tuyg'u-sezgilarni so'ndirib, keyin esa ularni unutish qobiliyatini tarbiyalaydi. Shunday qilib inson o'z aql-idrokining va fikrining hokimi bo'lib qoladi. Ushbu uch pog'onadan o'tgandan keyingina to'rtinchi pog'onani – eng baland marrani zabt etish mumkin. Bu marra shuning uchun ham yuksakki, inson u orqali ruhiy kechinmalar olamiga kiradi. Bu amal tayahhul-tafakkurni, o'ylarni tevarak-atrofdan batamom xalos qilish demakdir. So'fiylarning bir gapi bor: «Xilvat dar anjuman». Buning ma'nosi shuki, hatto to's-to'polon ichida ham odam o'z oromini saqlay oladi. Mana, nima uchun olomon ichida yashab ham ma'naviy jihatdan, ruhan yuksalish mumkin ekan. Endilikda biyobonda, uzlatda yurishga o'rin qolmaydi.

To'g'ri, bu oson ish emas, ammo shu bilan bir vaqtda jo'ngina ishdir. Agar kishi biron-bir qiziqarli ish bilan band bo'lsa, u o'z atrofida gilarni sezmaydi. Shoir, yozuvchi, mutafakkir, bastakor biron-bir asar ijod qilayotganda tevarak-atrofnı batamom unutadi. Hatto o'zini o'zi unutib qo'yadi. Bu so'fiylikda «fano» deb ataladi. Bu o'rında savol tug'ilishi tabiiy: mazkur amallar va holatlar zararlı emasmi? Umuman olganda, dunyodagi barcha narsalar xavfli, zararlı. Agar biz egan-ichganimizda ziyon borligini har qadamda o'ylab yursak, hayotimizning har bir lahzasi xatarlı bo'lib tuyulaveradi. Suvga kirish xatarlı, biroq suzishni bilsangiz, bu anchagina xavf-xatarnı qaytaradi. Ko'chada kech qolib ketish juda xatarlı, ammo o'zingizni himoya qilishni va yugurishni bilsangiz, ko'pgina musibatlardan omon qolasiz.

SO'FIY TABIB

AMALIYO'TIGA BIR NAZAR

1. So'fiy tabobatida parhezning o'rni. So'fiylar har doim o'zini poklash, nafsini tiyish borasida juda e'tiborli bo'lganlar. Bunday holat ularni ham jismoniy, ham psixologik, qolaversa, ruhiy barkamollikka etkazishda asosiy omillardan bo'lgan. Ushbu poklash-poklanish jarayoni turli yo'sinlarda olib boriladi. Mashhur mutasavvuf faylasuf olim Abubakr Ar-Roziy X-XI asrlar o'zining «Tibbi axloq» asarida bu haqda diqqatga sazovor fikrlarnı aytib o'tgan edi. Uning fikricha, taom emoqlik o'z me'yorida bo'lishi kerak; shunday darajada taom emoqlik kerakki, faqatgina ochlikni bartaraf etsin. Yoxud kiyinish odobi haqida u shunday deydi: kiyimlaringiz ixcham, arzon matodan tikilgan, toza-orasta bo'lsin. Bu haqda kitobxon ushbu risoladagi «Tibbi axloq» asariga bag'ishlangan bobdan batafsil ma'lumot olishlari mumkin. Ar-Roziy ham boshqa so'fiylar singari Qur'oni karimning «...englar, ichinglar, ammo isrof qilmanglar, me'yorni

bilinglar» (Moida surasi) degan oyati karimaga amal qilishni ayni muddao deb bilgan. So'fiylar ham Allohning ushbu so'zlarini o'zlariga shior qilib olganlar.

2. Shuningdek ro'za va ro'zadorlikning ahamiyati beqiyosdir. Muhtaram kitobxonlarimizga shuni eslatmoqchi edikki, kitobda bu masalaga ham keng o'rin berganmiz.

Ro'zadan tashqari so'fiylar o'zlarini poklash, sog'liqlarini mustahkamlash borasida Qur'oni karimdagi maxfiy ilmga asoslangan holda «hurum» tutishadi. Xo'sh, «hurum» nima? Hurumga taalluqli oyatlar shulardir:

«Haqiqatdan ham, Alloh eru osmonni yaratganidan beri oylar sonini 12 ta qilib qo'ygan. Ulardan to'rttasi «harom» (hurum)dir. Bu haqiqiy (o'zgarmas) dindir («Tavba» surasi, 35 (36) oyat).

Ishonuvchilar, Alloh sizlarni ovda yoki qo'llaringiz bilan, yoki qurolingiz bilan topayotgan o'ljangizda sinaydi, qani, aziz Allohni ko'rmasdan turib undan qo'rqasizmi yoki yo'q...

...ishonuvchilar, hurumda ekansiz, hayvonlarni o'ldirmanglar... Sizlarga dengizda baliq ovlash ruxsat qilinadi va ulardan oziq sifatida foydalaning, sizlarga yo'lda yuruvchilarga shu ma'qul, siz hurumda ekansiz, quruqlikdagi hayvonlar sizlarga man' qilinadi; o'zingiz... xudoingizdan qo'rqingiz...» («Moida» surasi, 95, 96, 97-oyatlar).

QUR'ONI KARIM

VA TABOBAT

So'fiy avliyolarning

shifo duolari

Duo qilish, Alloh taolodan o'z istak-orzularining amalga oshishini so'rash bu qadimdan, ya'ni Islom dinidan oldin ham dunyoning barcha xalqlarida odat bo'lgan. Bu haqda bizga Qur'oni karimning o'zi guvohlik beradi. Jumladan, Odam Ato, Nuh, Ibrohim, Muso, Yoqub, Yusuf, Iso kabi payg'ambarlarning Xudoga iltijo qilib aytgan duolari Qur'oni karimda aniq iboralari bilan keltirilgan.

Islom dinida duoning ahamiyati va xosiyati haqida gap ketganida tabiiy ravishda bu haqda Islom dinining asosiy manbai - Qur'oni karimda qanday ko'rsatmalar bor, degan savol tug'iladi. Qur'oni karimda Alloh taolo mo'minlarga qarata: «Mendan hojatlaringni so'rab duo qilingizlar, men ijobat qilaman», deb marhamat qiladi («G'ofir» surasi, 60 oyat). Binobarin, duo bu banda bilan Xudo o'rtasidagi ruhiy bir aloqadir. Duo orqali

inson dargohi ilohiydan o'zining dunyoviy va uxroviy hojat va istaklarining ravo etilishini iltijo bilan so'raydi.

Duo ko'pgina kasalliklarning davosi hamdir. Inson tabiatan shunday yaralganki, o'zining qalbidagi dardu hasratini eng yaqin do'stiga to'kib solib, o'z qayg'u-dardlarini engillatishni istaydi. So'fiy tabiblarning ta'kidlashicha, ko'pgina ruhiy, asabiy xastaliklarning tuzalishi shu xastaliklarni keltirib chiqargan alamlarning sababini bir yaqin yor-do'stga oshkor qilish bilan bo'lar ekan. Bu narsani birovga aytmay, yashirib yurilsa, dard ziyoda bo'lar ekan. Agar inson o'z qayg'usini parvardigoriga aytsa-chi, undan yordam so'rasa-chi? Albatta, bunda uning qalbi osoyishtalik bilan to'ladi, qayg'u-alamlari ko'tariladi.

Duolar ichida eng afzali Qur'oni karimda va Hadisi shariflarda ta'lim berilgan duolardir. Ular «ma'sura duolar» deb ataladi. Rasululloh (s.a.v.) o'zlarining Hadisi shariflarida duo haqida shunchalik ko'p ma'lumot berganlarki, Hadislarni yig'ib kitob shakliga keltirgan muhaddis olimlarning ko'plari duo qilishga taalluqli hadislarni alohida yirik-yirik to'plamlar shaklida yozib qoldirganlar.

Duo ijobat bo'lishining muhim shartlaridan biri bu duo qilayotgan paytda xayolni boshqa narsalarga qaratmaslikdir. Hadisi sharifda: «Tangri taolo g'aflatdagi va behuda xayollar bilan band bo'lib turgan qalbdan chiqayotgan duoni qabul qilmaydi», deb aytilgan. Duo ijobati tag'in insonning pokligiga, harom va makruhlardan o'zini parhezda tutmog'iga ham bog'liqdir. Hatto inson egnidagi kiyimlar ham halol kasbdan topib kiyilgan bo'lishi shartdir.

Qur'oni karimda ta'lim berilgan xosiyatli duolar shulardir:

1. Ertalab, yotish oldidan, turib-o'tirganda «Oyatal kursi»ni o'qib 6 tomonga dam berilsa, bu odamga hech kim zarar etkaza olmaydi, u moddiy va ma'naviy quvvat oladi.
2. Bir-biringiz bilan salomlashganda «Val-asr»ni o'qing, quvvatingiz bir-biringizga o'tadi. «Val-asr» shuningdek yurakni ham tuzatadi.
3. «Quraysh» surasi: 7 marta o'qilsa, qo'rqadigan odamidan ustun bo'ladi. Eb-ichadigan narsalarga o'qilsa, ziyoda bo'ladi.
4. «Kafirun» surasi: shirk qo'shuvchilarga o'qiladi; o'qib yotilsa, shirkdan uzoq qiladi; Alloh taolo quvvati qo'shiladi.
5. «Ixlos» surasi: 200 marta o'qilsa, tana va ruh engillashadi; 200 marta o'qilsa, 200 yillik gunohi kechiriladi.
6. «Ixlos», «Falaq», «Nos» suralari: yotish oldidan o'qilib, qo'llarga dam solinib, bosh-yuzlar siypalanadi (3 martadan); og'ir kasal oldida 41 kun 41 marta o'qilsin.
7. «Fotiha» surasi: chayon, ilon, qoraqurt chaqqanda o'qiladi.
8. «Nasr» surasi: 4 marta o'qigan jannatga yaqinlashadi.
9. «Tabbat» surasi: 1000 marta o'qilsa, dushman xizmatga keladi.

Tasbeh zikrlari:

1. Allohumma salli a'lo Sayidin Muhammadin va a'lo ali Muhammad va borik vasallam – 100 marta (boy bo'ladi, go'r azobidan qutuladi, istagani bilan jannatga tushadi).
2. Astag'firulloh Robbi min kulli zunubi va atubi inay – 100 marta (gunoh kechiriladi, rizqi katta bo'ladi, sig'inishi qabul bo'ladi).
3. La iloha illallohu Muhammadur Rasululloh – 100 marta (zavol topmaydi, Alloh taolo xursand bo'ladi).
4. Subhanallohu valhamdulillohi va la ilaha illalloh valahu akbar va la havla va la quvvata illahu billahim aliyul a'zim (savob bo'ladi, jannatga yaqinlashadi).
5. Allohumma ajarni minan-nar yo mujiyr (do'zax olovidan qutqaradi).
6. Maashallohu la havla va la quvvata illa billahi aliyul a'zim (turganda, suf o'rnida o'qiladi).

90 xil kasallik uchun shifo duolar

Bosh va quloq og'rigani uchun bu duoni o'qib, o'zingiz bilan tuting:

Lo havla va lo quvvata il-lo billahil 'aliy-ul aziym yarahiymu yo Ahadu yo Samadu yo alaymu yo xaliymu yo aliyu yo aziymu ajrino yo hayyo yo qoyyumu birahmatika yo arxamar rohimiy.

Mo'yin duosini o'qib, bu oyat bilan dam solingan:

Bismillohir Rahmonir Rahiym. Inno ja'alno fi a'noqihim ag'lolan faxiya ilal azkoni fahum muq-mahuvna va ja'alno min bayni aydiyhim sad-dan va min holfihim sad-dan Faagshaynohum fahum lo yubsiruvn.

Qosh va manglay og'rig'i uchun o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym. Qola asta'jabiyana min amrillohi rahmatullohi va barokotuhu alaykum ahlal bayti innahu hamidum majiyd.

Yo'tal uchun o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Afaxasibtum an-namo halaqnokum abasan va annakum ilayno lo tur ja'ufna fata'olal – lohul malikul haq-qu lo iloha il-lahuva rab-bul arshil aziym.

Sarxibod duosi:

Moyga urib, ustiga surtgay: Bismillohir Rahmonir Rahiym. A'uziu biiz-zatillohi va biqudratil-lohi min sharri va ajidu kum biiznil lohi ta'olo ava iz kataltum nafsan fardan ra'tum fiho vallohu muhri-jun mo kuntum taktumun.

Bavosir uchun o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym. Falammo jo'a monuvdiya anbuverka manfin nori va man havlaho va subhonallohi rab-bil 'olamiyna munaqi'ina fiho'alol aro'iqi lo yaravna fiho shamsan valo zamha-riyron.

Sanchiq duosi budir:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Valo tamshi fil arzi maraxan innaka lan tahrikal arza va lan tablug'an jibola tulan innal laziyna yamshuna 'a la arzi havlan va izo xatiba xumul johiluna qolu saloman.

Agar kimsani quturgan it tishlagan bo'lsa, besh sarmisaqqa yozib, etti yo'l janubga ko'msin:

Kechasi qo'rqib chiqqan odam bu oyati karimani o'qigay:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Shad-dal lohu annahu lo iloha illo huva val malo'ikatu va ulul 'ilmi birahmatika yo arhamar rohi-miyn.

Quloq tingan yoki kar bo'lganda ushbu oyati karimani ezib ichadi va qulog'iga tomizadi:

Faanxabjasat minhu isnato 'asharata aynan qad alima qullu unosi mashraba hum kuu va ashrahu min rizqil lohi valo ta'sav fil arzi muqsidiyna va astami yavma yanodiyil munodiy min makonin qariybin yavma yasma'unas – sabxatan bil haqqi zolika yavmal xuruji zolikum bimo kuntum tafrahuna fil arzi big'ayril haqqi va bimo kuntum tamraxun.

Agar kimsaning yuragida zahmati bo'lsa:

Ko'karchinni bo'g'izlab, yuragini za'faronga bulg'ab, etini baliq ichiga solgay. Og'zini xamir bilan berkitib pishirgay. Etini eb, sho'rvasini uch qatra ichgay.

Duosi bu erur:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Yo ayyohal arvohul avtolakum solimuna min haybatil lohi mi mazannatil lohi qahrikum qahrika hummalayhim va murrun va jama'ahum va arvohu xalxikum valjinnu va jannatu rasinnu mil-lahmi didoruhi huva lahum va zuljohim ahazadu ba'id.

Yurak o'ynaganida o'qiladigan duo

Yomg'ir suviga uch marta uch kun ezib ichiladi.

Duosi bu erur:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Afa nazribu diynal – lohi yabg'una valahu aslama manfis samovoti val arzi tav'an va karxan va ilayhi turja'uvna qul omanno billohi vamo unzild alayno va mo unzila alo Ibrohiyma va Ismo'iyla va Ishoqa va Ya'quba val asbota vamo utiya Muso va 'isa vamo utiyan nabiyyuna min rabbihim lo nufarruqu bayna ahadin minhum va nahnu lahu muslimuna va man yabtagi g'ayral islomi diynan falan yukbala minhu va huva fil, oxirati minal xosiriyn.

Siydik tutilib qolganda quyidagi oyati karimani yozib, ezib ichsa, Alloh taolo shifosini bergay:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Fafatahno abvobissamon va fajjariakal arzo 'uyunan faltakal mo'u va naunazzilu mina al Qur'oni mo huva shifou va rahmatul lil mo'minin valo yazyiduz zolimiyna illo xasoran.

Shishni qaytarish uchun o'qib, dam solinadigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Fa izo balag'atil xulquma va antum xina'izin tanzuruna va nahni aqarabu ilayhi minkum va lokin lo tubsirun.

Tomoq shishganida ushbu oyati karimani o'qib, dam solinadi:

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Qul manzal laziy ya'simukum minallohi shay'an ingaroda bikum zarran av minal-lohi sha'ai in aroda bikum zarran avaroda bikum naf'an balkonal lohu bimota'maluna xabirro, birahmatika yo arhamar Rohimiyn.

Xiyoriq duosi (etti marta o'qilib dam solinadi):

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

A'uvzu bi'iz zatil lohi va qudratimin sharri mo ajidukum biiznil lohi ta'olo yo zaljololi val ikrom.

Og'izdan yomon hid kelganda ushbu duoni o'qib dam solsa, Alloh taolo shifosini beradi:

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Uskun bial lazi sakanat lahu mofissamovoti vamo fil arzi, avalam yaral insonu anno xoliqnohu min nutfatu fa izo huva xasimun mubiyun va zaraba lano masalan va nasiya xalkahu kola man yuhyil 'izoma va xiya ramim Sal-lal-lohu 'alo rasulih va oliyhi yajma'iyn.

Tilcha duosi (etti marta o'qib dam solinadi):

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Lav lam absam absam va nunaz zulu minal Qur'oni mo huva shifo'un va Rahmatul-lil mo'mininina valo yaziduzi zolimiyna, illo hasran yo Samadu yo Saburu yo Shakuku yo G'ufronu yo G'afuru yo G'afuru yo Rahmonu yo Rahimu. Ey tilcha, qurigel, ortmog'il.

Ichi buzilganiga yoki ichi ketganiga bu duoni ko'p o'qib, dam urgay:

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Va man yatavakkalu alal-lohi va qad xadoyino subulano va lanas birinni alo mo ozaytumuno yuhriju min baynis sulbi vat taroibi innahu alo rajihi lanodirun. Va nunaz

zilu minal Qur'oni mo huva shifo'un va Rahmatul-lil mo"miniyana valo yaziduz zolimiyna illo xasoro.

Ko'z og'rig'iga qarshi duo (duoni o'qib dam solinadi):

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Izhab hurriha va burudiha va vusubiha kum biiznil-lohu ta'olo uskun biqudratillohi.

O'ng ko'z og'riganida o'qiladigan duo:

A'uvzu billahi minashshaytonir rajiyim. Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Lakad qunga fig'afla tin minhozo fa kashafno anaka gito'aka fa basaruka alyavma xadidun fa arji'il basara xal taro min futur izhabu bikamisi xazo faal kuhu 'alo vajhi abiyta'ti basiran lo iloha illa anta subhonaka inniy kuntu minazzolimiyna faastajabno lohu va najjaynahu minal g'ammi va kazolika nunjiyil mo"minina yo shofi yo kofi yo ma'oni hozal marezi bi haqqil 'arshi va baytul mamuri va nunaz zilu minal Qur'oni mo huva shifo'un va rahmatulu-lil mo"minina valo yaziduzi zolimiyna ilo hasaro.

Chap ko'z og'riganida o'qiladigan duo:

A'uvzu billahi minashshaytonir rajiyim. Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Rabbano lotuzig' qilubanoba'da iz hadaytana va xablano minladunka Rahma innaka antal vahhob. Yo Vahhobu etti marta aytiladi.

Yangi oq tushgan ko'zga ushbu duoni o'qib dam ursa, inshooloh, shifo topgay:

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Lav annano naz-zalno alyahu va kal-la-mahumul mavto va hasharno alayhim kulla shay'in kulbulla mo konu li yu'minu illo an basho'allohu valokinna aksarohum yajhaluna va nunaz-zilu minal Qur'oni mohuva shifo'un rahmatul-lil mo"minina valo yaxiduz – zolimiyna illo hasoro.

O'ng quloq og'rig'i uchun o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Vayakuluna huva uzunun qul uzun xayrulloqum yu'minu lil mo"minina yo a'zizu yo Jabboru yo munakabbiru yo bori'u yo zohiru yo botinu yo mutaxxiru yo muban'u yo mannonu birahmatika yo arhamar Rohimin.

Chap quloq og'rig'i uchun o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Kaan lav yasma'uxo kaannahu fi uznaihi vakran fa bash-shirhu bi 'azobin alimun va ansitula'allakum turxamuna vamnunaz-zilu minal Qur'on ilo oxirih.

Tish og'rig'i uchun o'qiladigan duo (yozib, tish orasiga qistiriladi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Likulli naba'i mustakarrun va savfa ta'lamuna jumhiruvna-jumhiruvna.

O'ng qo'l og'rig'ida o'qiladigan duo (ushbu oyat bilan dam uriladi):

Buyadohu mubsutatoni yanfiqhu kayfa yasho' vali yuziduvna kasiran minhum mo unzila ilayka min rabbika tug'yonan va kufran fala ta'si 'alal qavmil kofiriyn.

Chap qo'l og'rig'ida o'qiladigan duo (ushbu oyat bilan dam uriladi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Yo yaxyi huzil kitoba biquvvatin va otaynohul hukma sabiyyan va xannonan min ladunan vazaqovatan va kona takiyyan yahruju min baynis-sulbi va taro'ibi innahu 'alo rajihi laqodirun yavma tubulas-saro' iru famolahu min quvvatin valo nosiru birahmatika yo arhamar-Rohimiyn.

Kindik og'rig'ida o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Xunoliqa da'o zakriyyan Rabbahu qola rabbi xabliy mil-ladunka zurriyatan tayibatan inaka sami'ud du'o'a fanoadathul malo'ikatu va huva kaim yusalli fil mixrobi birahma-tika yo arhamar-Rohimiyn.

Ichi bo'shashgan odamga o'qiladigan duo (bu duoni yozib, ezib ichadi yoki o'zi bilan olib yuradi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Vamo qadaral lohu haqqi qad arahu valarzi jami'an kabzatahu yavmal qiyomati vas samovati mutuyoti biyaminihi subhonahu va ta'olo 'ammo yushrikuvna birahmatika yo arhamar rohiymiyn.

Bel og'rig'i duosi (ushbu duoni yozib beliga bog'laydi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Va Rabbi Jabro'ilu va Rabbi Miqo'ilu va Rabbi 'azro'ilu va Rabbi Muhammadin sallallohu alay-hi va sallam.

To-xo mo anzalno alaykal Qur'oni li tashko illo tazkiratan limay yaxsho.

Ich og'rig'iga qarshi ezib ichiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Va inna lakum filan'omi liibrati naskikum mimmo fi butuni ummaxonikum min bayni Farsin va damin labanan holisan so'ifan lish-shoribiyana.

Bezgak kasaliga qarshi o'qiladigan duo:

Peshonasiga «Muhammadur Rasululloh» deb, so'l qo'liga «Azroil» deb, o'ng qo'liga «Jabroil» deb, ko'kragiga «La yaravna fixo shamsan valo zamhariran» oyati karimalari yoziladi. Inshooloh, shifoni o'zi bergay.

Yana bezgak kasali uchun:

Ishoq payg'ambar alayhissalomning tushlarida buyurilgan ekan: «Yo Ishoq, quyidagi duoni qog'ozga yozib ezib ichgin. Birinchisida shifo bo'lmasa, uch marta qaytargin, albatta shifo topasan!»

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Val qibriyo'u van-nuru Zaljalali val ikrom. Lohavla valo quvvata illo billohil a'liyyul 'aziym.

Qo'tir kasali duosi:

Kimda qo'tir kasalligi bo'lsa, quyidagi duoni yozib, etti marotaba ezib ichsa, Alloh taolo shifo ato qilgay.

Ichi qotganga qarshi duo

Ichi kelmaganlar quyidagi duoni qog'ozga yozib ezib ichsa, Alloh taolo shifosini beradi:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Innal kitoba azinun lo ya'tihil botilu bayni yadayhi va min halfihi tanzilun min hakimi hamid valo shimoliyati Fasayak riyaa humullohu va huvassam'ul alimu va kafo bial lohi shahridan Muhammadur Rasulullohi allaziy Fataras samovoti val arzi hanfan vamo ana minal mush-rikiyn.

Tomoq shishganiga qarshi o'qiladigan duo (bu duoni o'qib das solinadi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Allohu rabbano va rabbi abo'ino Faatarafu shifoa va rahmatullil mo'minina valo yaziduz-zolimiyna illo hasoro.

Sariq kasalga qarshi o'qiladigan duo (sariq zahmati bo'lsa, quyidagi duoni o'qib dam urgay):

Inni as'aluka Shifo'an va huva qodirun 'alo mo yasho'ullohu rabbil 'olamin.

Qora sariq duosi (bu kasallikka qarshi quyidagi duo bilan dam urilgay):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Allohumma ashfani bi shifo'ika vadovini bidavo'ika anta hiya lo yamutu va huva alo qulli shay'in qadir.

Erga suyukli xotin bo'lishlik uchun ayol quyidagi harflarni – «Bismillohir Rahmonir Rahiym» deb yozib, o'ng qo'lga bog'lab yursin.

Ushbu muolajadan so'ng Alloh subhona va ta'olo erning ko'nglida o'z jufti haloliga nisbatan muhabbat ato etadi, lekin zino oralagan bo'lsa, muolaja bekor bo'lganidek, ayol ulug' gunohga qoladi.

Tish og'rig'iga qarshi o'qiladigan duo (duoni bemorning o'zi o'qisin):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Valahu mo sakana fil layli van – nahori va huvas sami'ul 'alim, birahmatika yo arhamar Rohimiyn.

O'tga pishganga qarshi:

O'tga pishgan odam qurbaqa qobig'ini kuydirib, kulini kuygan joyiga sepsin.

Burundan qon ketishiga qarshi (bu holda quyidagi duoni burun qoni bilan yozib tikiladi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Lo iloha illo huva qullu shay'in xolaqa illo vajhu lahul hukmu va ilayhi turja'uvn.

Qursoq kuyganiga qarshi (kishining qorni-ichi qizib-kuyganida quyidagi duoni o'qib dam uriladi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Bismillohi yo Allohu va minal-lohi va ilal-lohi lo g'olibu il-lal-lahi va lo iloha illal-lohu va lo havla va lo quvvata illo billo – hil 'aliyil 'aziym.

Bu duoni yozib, ezib ichilsa ham mujarrab va saxihdir.

Til, tish kasalliklariga qarshi o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Lo iloha illal-lohu erdin ko'kka.

Lo iloha illal-lohu ko'kdin erga

Lo iloha illal-lohu 'arshdin ko'kka 'uruvin davo.

Xotin bola ko'rmagan bo'lsa quyidagi duoni yozib, qo'lga bog'lab yursa, inshooloh, Alloh taolo farzand ato etgay:

Bel og'rig'iga qarshi o'qiladigan duo (o'qib dam uriladi):

Allozina yazkurunal – loha qiyo-ma va qu'udan va 'alo junubiham va yatafakkaruna fi xalqis-samovoti va arzi Rabbano mo halaqata.

Xazo botilan subhonaka Faqino 'azoban – nor.

O'ng yonboshi kasallangani uchun o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Innal-loha va maloikatuhu yusalluna a'lan-nabiyyi yo 'ayyohal-laziyna omonu sallu 'alayhi va sallimu tasliman va sal-lal-lohu 'alo xayri xalkihi Muhammadin va oliyhi ajma'in birahmatika yo arhamar Rohimiyn.

Robbi ag'fir va arham va anta hayrir-Rohimiyn.

So'l yoni kasallangani uchun o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Afaxisibtum annamo xalaqnokum 'abasan va innakum xalaqnokum ilayno lo turja'una fata'olo (Allohu) allohul malikul haqu lo iloha illa huva Rabbul 'arshil 'aziyim. Uskun ayyuhal vaj'u biiznit-tayibinat-toxirino bi haqqi Muhammadin 'alayhis salom biraxmatika yo arhamar rohimiyin. Rabbi ag'fir va arham va anta xayrir-Rohimiyn.

O'ng oyoq og'rig'iga qarshi o'qiladigan duo (quyidagi duo bilan dam uriladi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Taqodus samovatu yatafattarna min-hu va tanshakkul arzu va tahirrul jibolu haddaim.

So'l oyoq og'rig'iga qarshi o'qiladigan duo (bunda ham duo o'qish bilan birga dam uriladi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Alam tara ilal laziyna kafaru annas samovoti val arzi konano ratga fatahno valo havla valo quvvati illo billohil 'aliyil 'aziyim.

Yilon qarog'i uchun davo (etti yoki to'qqiz marta o'qib dam uriladi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Qola hiya 'asobi atavakkaviu alayho va axushshu biho 'alo g'anami va ilayyafiho moribu uhro kola alkiho yo musa faalkoho fa izo hiya xaytun tas'o kola xuzxo valo taxaf sanu'iduho sirataxal ulo da'bi.

O'ng tiz uchun o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Yurasalar – riyohu sixoban fayabistu fis-samo'i kayfa yasho'i va yaja'alahu fatarav-vad ikka yuxriju min hilolihi fa izo asobabihi mayyasho'i min 'ibodihi izohum yastabshiruna birahmatiko yo arhamar-rohimiyn.

So'l tiz uchun o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Kola rabbi ashraxxli sadriy va basarliy amriy va ahlul 'ukdatan min lisoni yafqahu kavli va aj'al liy summun buimun 'umuyun fahum lo yarji'una fizzulumoti may yasho'il-lohi yuz lilo hu va may yasho'i yaj'alhu 'alo sirotim mustaqim va sal-lal-lohu 'alo xayri xalkihi Muhammadin va oliyhi ajma'iyn.

Orqa og'rig'iga qarshi o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Innaloha va malo'ikatahu yusalluna 'alan nabiyi Yo'ayyuhal-lazina omonu sallu alayhi va sallimu tasliman vudo tulku biaydikum ilat tahlukati vaaxsiyu inallohu yuhib-bul Muhsinina bal yadohu mabsuta toni yunfiku kayfa yasho'u vala yazidanna kasiran minhum mo unzila ilayka min rabbika tug'yonan va kufran falo ta'si 'alal kavmil kofiriyna tanajjo fi junubihim 'anil mazoji'iya ad'-uvna rabbihim havfan va tu'man va mimmo razak-nohum yunfiikun va ilohum ilohun vahidun lo iloha illo huvar Rahmonir Rahiym. Rasulin mi'indallohi musaddikum limo ma'hum nabaz fa-riku minal lazina utul kitobi kitobul lohi varo'a Zuhurikum kaannahum lo ya'lamun birahmatika yo arhamar Rohimiyn.

Qarshi til uchun o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Qul yo 'ibodi al-lazina israfi 'alo anfusiqum lo taqnitum min rahmatullohi innalloha yag'firuz-zunuba jami'an innahu huval g'afirur rahiyim.

Uchuq toshsa, shu oyat yozilib ezib ichiladi:

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Qul min yakla'ukum bil layli van nahor bal hum 'anzikri rabbihim ma'ru-zunasalli 'alo Muhammadin va olihi vaho bihi ajma'in.

Kunda bir tutgan bezgakka qarshi o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Lo ya-ravna fixo shamsan valo zamhar ran va zilolat kutufuho tazlan.

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Yo Nozukuni bardan va salom an 'alo Ibrohima va arodu bihi kaydan fa ja'aliohum al axsarina.

Bosinqirab yoki seskanib uyg'ongan uchun (bu oyatni o'zi bilan tutsin):

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Yo masharal jinni val insi insi tata'tum an tanfuzu min aktaris samovoti val arzi faanfuzi latanfuzuna il-labi Sultan afa xasibtum innamo xalaqnokum 'basan va innakum ilayno la turja'uvna. Valohovla valo quvvata illo bil-lohil 'aliyil 'aziym.

Etmish turli pari duosi:

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Qul huval-lohu ahad allohus-somod la yalid va lam yuvlad valam yakullahuv kufuvan ahadun.

Jabroil alayhissalom keltirgan oyat, til-tish (Hasan va Husan roziyallohu 'an-humo uchun hazrati Jabroil keltirgan):

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Shahidallohu annahu la ilaha illo huva val maloikatu va ulul 'ilmi.

Yon bosh uchun:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Makona Muhammadun abo ahadin min rijolikum va lokin rasulul-lohu va xotaman-nabiyina va konallohu biqulli shay'in 'aloma birah-matika yo arhamar-rohimiyn.

Erlik tugab qolsa, quyidagi shaklni yozib ezib ichiladi:

Kun ora tutgan bezgakka qarshi (duoni o'qib dam uriladi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Fa izo raqibu fil fulqi daav-ulloha muhlisina lahud dina falammo najjoyihum ilal barri izohum yushriquvna va lohavla va loquvvata illa billahil 'aliyil 'aziym.

Kasal uxlamasa, ushbu oyatni yozib yostig'i ostiga qo'ysin:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Va ja'alna minbayni aydiyhimi saddan va min halfihim saddan fa ag'shaynohum fahum lo yubsiruvn.

Boldir kasaliga qarshi o'qiladigan duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Qoli rabbi shirah li Sadri va Yasirli umuri va ahlul 'ukdatan min lisani yafqahu qavli summun buqmun 'umyun fahum lo yarji'uvna fizsirotim mustaqiym birahmatika yo arhamar rohimiyn.

Buqoq kasaliga qarshi duo (ushbu oyatni etti marta o'qib dam uriladi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Falavlo izo balag'atil xulquma va antum xina'izin tanzuruna subhona rabbika rabbil 'izzati 'ammo yasifuvn va salamun 'alal mursaliyna va alhamdu lillahi rabbil 'olamiyn.

Ko'krak og'rig'iga qarshi duo (ushbu oyat o'qilib dam uriladi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Fatahjidu bihi naflatan laqa 'asiya in yab'asaka rabbika maqoman Mahmudin va qul rabbi adhalni muddahilu sidqi va oxrajni muh-riju sidqi va aj'alni min laduka sultonon nasiran va qul jo'al haqqi va zihaqqal botili innal botilu kona zuhuqan va nunaz-zilu minal quron oxirih.

Qarna duosi:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Qul lan yusibno illo mo kataballohu lano huva mavlayno va 'alol-lohu falv yatavakkalil mo"mi-nuna.

Birahmatika yo arhamar rohimin.

Ubur duosi:

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

'az-zamtu 'alaykum yo ma'sharal jinni val insi instata'tum an tanfuzu min aktorissamovoti val arzi fa anfuzu li tanfuzuna illa bi Sulton. Birahmatika yo arhamar rohimiyin.

Ikki halol insonning sevishmog'i (bir-birlariga muhabbatli yigit-qizlar ushbu oyatni yozib, o'zlari bilan olib yurishsin):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Vaminannosi man yattahizu min dunil lohi andodan yuxibbu nahum kahubbil lah vallaziyna omanu ashaddhuban lil-loh birahmatika yo arhamar rohimiyin.

To'lama duosi (etti marta o'qib dam uriladi):

Bismillohir Rahmonir Rahiym.

Qullan yanfa'akumil firori in forartum minal mavti avil qatli va izo lo tasna'una illa kalelan qul manzallaziyna bi'asmakum minal loh.

Fi bayoni tish og'rig'iga:

Tish og'riganda osh tuzini issiq suvda eritib, barobar miqdorda kufrozi bilan qorishtirib, og'riq tish ustiga qo'yilsa, inshooloh, shifo topgay.

Eriga faqiro, bolalariga muhabbatli bo'lmoq uchun ushbu oyati karimani yonda olib yurish kerak:

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Val qaytu 'alayka muhabbatan minniy vali tusniy'a 'alo 'ini iz tamshi uxtuqa fatakulul xal addul lakum a'lo man yakfuluhu fa raj-a'noka ilo ummika kay takar-ra 'aynuha valo tahzan va katalta nafson fanaj-jaynaka minal g'ammi va fatannaka futuna.

O'ng yuz xastaligiga qarshi duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Tabyaz vujuhi va tasvad vujuhafama allazaiyna abyazti vujuxihim-fafi rahmatulu-lahi hum fi-ha xoliduna yo rabbil 'olamiyn.

So'l yuz xastaligiga qarshi duo:

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Va qola arqibu fixa bismillohi majriqa va mursaha in rabbil g'afurur Rahiyim.

Nohaq dushmanlik qilmoqchi bo'lganlarning tilini bog'lamoq uchun quyidagi duoni yozib, yonda olib yurish kerak bo'ladi:

Bismillohir Rahmonir Rahiyim.

Vala havla vala quvvata illa billahu 'aliyil 'aziym yo qayyumu yo do'imu yo faridu yo fariydu yo vitru yo vitru yo vitru yo ahadu yo ahadu yo ahadu yo Samadu yo allahu lam yalid va lam yuvlad va lam yakullahuv kufuvan ahad yo zaljalali val ikrom.

Biz yuqorida aytib o'tganimizdek, mazkur duolarning barchasi Alloh taoloning muqaddas kitobi - Qur'oni karimdan olingan oyati karimalar va so'fiy avliyolarning duolaridir. Muolaja duolarining hammasi ham mehribon Allohning tabarruk nomi bilan boshlanishi najotni avvalo Allohdan so'rashlik demakdir. U buyuk zotdan najot so'rashda oyati karimalarning vosita qilib olinishi, shubhasiz, najotga erishishning samarali yo'lidir. Faqat pok niyatli mo'min tabib yuksak e'tiqod bilan muolaja olib borsa, davolanuvchi ham astoydil e'tiqodda bo'lsa, inshooloh, shifo topgusidir.

Ammo mazkur duolar birovni birovdan sovutish yoki isitish kabi bid'at niyatlarda qo'llansa, avvalambor duo kor qilmaydi, qolaversa Allohning qahri keladi.

SO'FIY TABOBATI

HOZIRGI KUNDA

Odamzot bino bo'libdiki, uning sog'lig'i masalasi hamisha birinchi o'ringa qo'yib kelinadi. Bu davrgacha dunyoda o'nlab tabobat turlari amal qiladi. Bulardan asosiylari xitoy, tibet, hind (ayuverda), hozirgi zamon, gomeopatik, xalq tabobatlarini eslash joizdir. Har xil tabobat turlari paydo bo'lishining sababi nimada, axir inson organizmi hamma joyda ham bir xil-ku, degan savol tug'ilishi tabiiy.

Har xil tabobat turlari mavjudligining asosiy sabablarini ilmlarning, masalaga yondashishning har xilligidan, muhit, shart-sharoit, urf-odat va millatdagi o'ziga xoslikdan qidirish lozim.

Xo'sh, shunday xilma-xil tabobat tizimlari mavjud ekan, nima uchun texnika, texnologiya, ilm-fan yuksak darajada rivojlangan davrda inson organizmini sog'lomlashtirish borasida jiddiy olg'a siljish sodir bo'lmayapti? «Chuqur tibbiyot ilmi»ni yaratgan professor S. Zalmanov ta'biri bilan aytganda, tibbiyot boshi berk ko'chaga kirib yoki faqat fiziopatologiyaga asoslanib to'xtab qolgan.

To'g'ri, hozirgi zamon tibbiyoti klinik davolash, tez yordam, stomatologiya, akusherlik, jarrohlik sohalarida yangi texnikaga asoslangan holda yangi-yangi natijalarga erishmoqda. Ammo bularning barchasi kasallik natijasini davolash bilan bog'liqdir. Xastalik etimologiyasi, uning paydo bo'lishi sabablari, profilaktikasi faqatgina jismoniy xurujga asoslangan, xolos.

Daraxt tomirsiz bo'lmagani kabi, kasallik ham ichki jarayonida sababsiz bo'lmaydi, ya'ni unga jismoniy, fiziologik va quvvatli (energetik), qolaversa, ruhiy (efir bo'shlig'i) nuqtai nazaridan qaralsa, to'g'ri bo'ladi.

So'nggi paytlarda G'arb davlatlarida rivojlanayotgan hozirgi zamon tibbiyotiga hamma tahsin bermoqda. Vaholanki, bunda ishlatilayotgan kuchli gormon sistemalariga asoslangan dori-darmonlar ichki immunitetni batamom yo'q qilib, uning kurashish qobiliyatini yo'qqa chiqarishini hech kim aqliga keltirmayapti. Bundan tashqari, katta daromad ketidan quvgan har xil firmalar borgani sari kuchli dori-darmonlarni ishlab chiqarishga ruju qo'ymoqdalar, ya'ni vaqtinchalik natija ketidan quvmoqdalar. Bu esa inson organizmi ekologiyasini buzib, oddiy tabiiy muolaja unga ta'sir ko'rsatmay qo'yyapti.

Tajribada shular ma'lum bo'ldiki, «Gerbalyf», «Inter vijin» firmalari chiqargan kuchli gormonli dori-darmonlar inson tanasida chuqur hujayra darajasida xuruj paydo qilib,

tuzatib bo'lmaydigan kasalliklarni vujudga keltirmoqda. Bundan tashqari, G'arbda ishlab chiqarilgan preparatlar bizning sharoitimizda yashovchi mijozni boshqa bemorlarga o'ylanmasdan, majburan qo'llanilmoqda.

Albatta, hozirgi kunda keng tarqalgan bu salbiy jarayonlarni birdan to'xtatib bo'lmaydi, chunki katta yo'nalishdagi tayyor sistema, ming afsuski, hali mavjud emas. Ammo bu jarayonlarga ijobiy ta'sir ko'rsatish, qarshi ro'kach keltirish mumkin. Eng muhimi, bu sohada hech qanday yangi metodika ishlab chiqishning hojati yo'q, faqat kishilik tarixiga nazar tashlashning o'zi kifoyadir.

Afsonalarda aytilishicha («Islom ilmholi», Turkiya, 1988 yil), Odam alayhissalomning uchinchi o'g'li – Shish alayhissalomga Alloh tomonidan 50 varaqdan iborat vahiy tushirilgan, shunday 17 varag'ida inson organizmini sog'lomlashtirish va profilaktika qilish, ya'ni ilohiy tabobat haqida to'liq ma'lumot berilgan. Alloh taolo insonni yaratish bilan birga, uning etuk, barkamol, sog'lom bo'lishini inobatga olgan va o'z rahmatini yog'dirgan. Shuning uchun ham Qur'oni karimda 6666 oyat mavjud bo'lib, shulardan 100 tasi shifo oyatlari deb atalgan.

Bu o'rinda dunyo ilmi uchga bo'linishini alohida ta'kidlab o'tish joizdir. Birinchisi bu jamiyatda paydo bo'lgan ilmdir; u o'zgaradi, inson tafakkuri asosida mukammallashib boradi. Ikkinchi ilm – xun (qon) ilmi, ya'ni ota-bobolardan meros qolgan ilmdir. Bu ilm otadan bolaga va hokazo tarzda o'tib keladi. Uchinchisi esa ilohiy ilm bo'lib, bu vahiy yoki ilhom orqali beriladi.

Agar shu uch ilmni tabobatga moslashtirsak, jamiyat ilmi hozirgi zamon tibbiyoti, xun ilmi xalq tabobati, ilohiy ilm esa so'fiy tabobati ekanligi kelib chiqadi. Albatta, so'fiy so'zi, uning g'oyalari bizga juda yaqin, chunki Markaziy Osiyo, qolaversa, O'zbekiston zamini so'fiy-avliyolar vatani hisoblanadi. Buning isboti tariqasida bir necha ulug' siymolar nomini tilga olish kifoyadir: Xo'ja Ahmad Yassaviy, Bahouddin Naqshbandiy, Najmiddin Kubro. Shu sababli biz bu erda so'fiylik haqida ko'p gapirib o'tirmaymiz.

Xo'sh, ilohiy, to'g'ririog'i, avliyolar tibbiyoti mavjud ekan, nima uchun bu haqda ma'lumot deyarli yo'q? Uning mazmun-mohiyati, maqsadi nima?

So'fiy tabobati so'fiy suluklarida hamisha maxfiy ravishda rivojlantirib kelingan va shu kungacha maxfiydir. Bu o'rinda faqat Muhammad Roziy, Husayniy, Abu Mansur Buxoriy, Abu Rayhon Beruniy, Ibn Sino, Najmiddin Kubro, Furqat nomlarini eslash kifoyadir. Bu allomalar Gundishapur, yoxud tabobatning so'fiylik maktabini vujudga keltirganlar. Xo'sh, Xo'ja Ahmad Yassaviy va uning shogirdi Muhammad Ibn Vose' o'z tibbiyotiga, maxfiy fiziotehnika, fiziologik-psixologik sistemalariga ega bo'lmasdan turib er tagida qanday qilib 30-60 yillab yashashlari mumkin edi («Avliyolar entsiklopediyasi», Turkiya, 1994 yil).

Modomiki, shunday tabobat mavjud ekan, u qanday rusum-tamoyillarga asoslangan? So'fiy tabobati g'ayritabiiylikdan uzoqlashgan holda, Alloh taolo berib qo'ygan ichki immunitet sistemasini ushlab turish va rivojlantirishni o'z oldiga maqsad qilib qo'ygan. Bu o'rinda organlarning ishlash qobiliyatiga ta'sir qiluvchi ichki quvvatni mustahkamlash haqida gap borayotir. Shuni unutmaslik kerakki, tashqariga chiqqan kasallikning albatta

ichki sababchisi mavjud bo'ladi. Sababchini keltirib chiqaradigan quvvat va bu quvvatni uyg'otadigan omil bor. Masalan, hozirgi zamon tibbiyoti va xalq tabobatida teri kasalligi deb qaraladigan gush (ekzema) kasalligining sababchisi oshqozon osti bezining yaxshi ishlamasligi va ichaklarda biofloraning buzilib, infeksiyon jarayonlarning rivojlanishidir. Bu kasallikni jismoniy ta'sir ko'rsatish yo'li bilan davolab bo'lmaydi. Organizmdagi jismoniy, fiziologik, ichki quvvat, ruhiy masalalar faqat so'fiy tabobatidagina mukammal o'rganib chiqilgan. Har qanday xastalik sababi aniqlangan va ularni davolash usullari ishlab chiqilgan. Shunday ekan, so'fiy tabobati amaliyotda qanday qo'llaniladi, degan savol tug'iladi.

Yuqorida zikr etilgan masalalarni bu sohada etarli tajribaga ega bo'lgan «Yassaviy-Turkiston» Xalq markazi (Xalq tabobati, Sharq madaniy va ma'naviy merosini o'rganish markazi) faoliyati misolida ko'rish mumkin.

Bu Markaz 1992 yilda davlat ro'yxatidan o'tgan bo'lib, hozirgi kunda Jizzax, Toshkent, Moskva, Obninsk, Chirchiq va Buxoro shaharlaridagi o'z filiallarida o'zbekistonlik va xorjidan kelgan fuqarolarga tibbiy yordam ko'rsatmoqda. Markazda so'fiy tabobati asoslari Frantsiyaning Paskal universiteti, professor S. Zalmanovning «Chuqur tibbiyot nazariyasi», Kaliforniya shtati (AQSh)da joylashgan «So'fiylar assotsiatsiyasi» va boshqa bir qancha ilmiy-tadqiqot muassasalari yordamida o'rganilib, hayotga tatbiq etildi.

Shu kunlarda ushbu Markazda so'fiy tibb sistemasi 5 usulga asoslangan holda qo'llanilmoqda:

1. Dengiz sathidan 3.700-5.300 metr balandlikdagi tog' hududidan olingan ma'danga boy, ekologik toza, ultrabinafsha nurlarga to'yingan o't-giyohlar majmuasi bilan davolash. Markazda ushbu tabobatga asoslanib 180 xil o't-giyohlardan tayyorlangan preparatlar ishlatiladi.
2. So'fiy ichki quvvatli massaj sistemasi.
3. Miya aloqasini organlar bilan yaxshilashga mo'ljallangan muolaja.
4. So'fiy gimnastikasi va nafas olish sistemasi.
5. Duo (mantra) yo'li bilan davolash majmuasi.

(Ushbu davolash usullari haqida Markazning filiallarida batafsil ma'lumot mumkin.)

Shuni aytib o'tish lozimki, davolash natijalari quvonarlidir. Ayniqsa, surunkali kasalliklar, saraton kasalliklarini davolashda so'fiy tabobati juda qo'l kelmoqda.

Albatta, yuqoridagi fikr-mulohazalarni bildirish bilan hozirgi zamon tibbiyoti yoki xalq tabobatini umuman inkor etib bo'lmaydi, chunki har narsaning o'z joyi bo'lganidek, har bir ko'rsatilgan tibbiyot usulining o'z o'ri, maqsadi, ijobiy jihatlari mavjud.

Shuni aytib o'tish kerakki, o'tgan davr mobaynida «Yassaviy-Turkiston» Xalq markazi bir qancha tibbiy muassasalar bilan hamkorlikda ilmiy tadqiqot ishlarini olib bormoqda. Bunga misol qilib Obninsk shahridagi «Institut meditsinskoy radiologii»,

«Ortopedicheskiy institut», 2-chi ToshMI «Odam anatomik patologiyasi instituti» bilan hamkorlikni ko'rsatish mumkin.

Shu kunlarda Markaz olimlari hayotga yangi bir debocha bo'lmish «So'fiy tibbiyoti» yoki «So'fiylikda tabobat» deb nomlangan kitobni chop etish uchun tayyorlamoqdalar. Albatta, bu xalqimiz uchun, qolaversa, dunyo miqyosida katta bir yangilik bo'lib, insoniyat sog'lig'ini mustahkamlashda muhim rol o'ynaydi.

Ilm-fan va taraqqiyotning rivojlanishiga jiddiy ta'sir ko'rsatuvchi omillardan biri bu uni tushunmasdan rad etmaslikdir. Ammo uning mohiyat-mazmuniga etib borish, ijobiy jihatlarni o'rganish bu ulug' yo'ldir.

Hozirgi zamon tibbiyoti qanchalik kuchli va yakka hokim bo'lmasin, baribir xalq o'z sog'lig'ini mustahkamlash uchun xalq tabobatiga, bizga ota-bobolarimizdan meros bo'lib qolgan usullarga murojaat qilishga majburdir, zotan tarixiy tibbiyot katta kuchga ega.

O'zbekiston mustaqillikka erishishi sharofati bilan ko'pgina sohalarda yangi-yangi o'zgarishlar, ba'zi bir masalalarga o'zgacha yondashish sodir bo'lmoqda. Bu, albatta, xalq tabobatiga ham tegishlidir.

ZO'RMERGANLAR AVLODI

VA SO'FIY TABOBATI

Har bir avlod, oilaga Alloh bir kasb yoki yumushni yuqoriroq qilib berib qo'yadi. Davolash, inson dardiga malham bo'lish esa berilgan kasblardan ulug'i hisoblanadi. Shuning uchundir, Qur'oni karimda Yaratgan taolodan ushbu kasb egalari alohida «Luqmon» surasi nozil etilgan.

Umuman olganda, tarixda davolashni har kim bilgan, o'z-o'ziga tabib bo'la olgan, balki shuning uchundir, faqatgina so'fiy tabobatini bilgan insonlar e'tiborga ko'proq loyiq bo'lganlar.

Shu qatorda tariqat yo'lini tanlagan va uning sonsiz yo'nalishlarini tajribada amalga oshirgan baxmallik mulla Qo'chqor tabib haqida batafsilroq to'xtalib o'tmoqchimiz. U kishini ko'rgan va karomatlariga guvoh bo'lgan, yuz yoshdan o'tib vafot etgan Eshniyoz bobo shunday hikoya qilar edi:

«Yosh edim, qishloqda shov-shuv gap chiqdi, «Anvarni qoraqurt chaqib olibdi, o'lim to'shagida yotibdi», degan. Biz yosh bolamiz, u erga yugurib bordik. Qarasak, Anvar qop-qora bo'lib shishib ketgan, zo'rg'a nafas olyapti. Holi ma'lum bo'lganidan keyin yig'i-sig'i boshlandi. Bir payt hech kutilmaganda Panjakentga ketgan mulla Qo'chqor kelib qoldi va sekin otdan tushib, Anvarning ahvolini ko'rganidan keyin, bemor oldiga cho'k tushib tasbehini oldi va: «Ha, kuchli qurt chaqibdi, vaholi og'ir. Vaqtini o'tkazibsizlar»,

dedi. So'ng qandaydir so'zlarni zikr bilan baland ovozda o'qiy boshladi. Har zamon-har zamon o'ziga: «Uzoqda ekansan, tezroq yur», deb qo'yardi. Bir-ikki soatdan keyin bemor o'ziga kela boshladi. Kun ancha qorong'i bo'lib qolgan edi. Mulla Qo'chqor har vaqt tokchaga qarab qo'yardi. Bir payt qay ko'z bilan ko'rmaylik, tokcha ustiga katta bir qoraqurt chiqib keldi. Biz qo'rqib o'rnimizdan turib ketdik. Shunda mulla Qo'chqor: «Qo'rqmanglar, u o'z xatosini tuzatishga keldi», dedi-da, bir bigizni olib unga sanchdi va katta sovunga mahkamlab qo'ydi. «Endi u o'qib tuzatadi», dedi-da, uni bemor oldiga qo'yib o'rnidan turdi. «Beradiganlaringni beringlar. Men ketaman», deb yo'lga otlandi. Ko'zimiz ishonmaydi – ertasiga Anvar soppa-sog' ishlab yurardi.

Mulla Qo'chqorda shunday bir karomat bor ediki, bir o'tirishda odamlar o'z xastaligi yoki, masalan, kelini tug'mayotgani haqida gap qotsa, u jimgina mayizni ikkiga bo'lib, ichiga duo o'qib, tupugidan ozgina surib berardi. Shu bilan ularning muammosi hosil bo'lardi.

Otam mulla Qo'chqorning o't-giyohlar, daraxtlar va hayvonlar, ayniqsa, ilonlar bilan gaplasha olishi haqida davrada ko'p gapirardi.

Bir kuni mulla Qo'chqor Baxmalsoy qishlog'i (Amir Temur darvozasi)dan o'tib borayotganida xalq zaharli chipor ilonlardan bezor bo'lganini, ko'p odamlar nobud bo'layotganini unga aytganida, mulla Qo'chqor duo bilan ularni chaqmaydigan qilib qo'ygan ekan. Shu-shu ilonlar bu qishloqda hozirgacha odamlarga ziyon qilmaydi.

U kishida shunday bir xislat bor ediki, ko'zini hech kimga ko'rsatmasdi. Bir kuni u kishiga yaqin bordim-da, yolg'ondan chaqirib o'zimga qaratdim. Shu darajada tushunarsiz holatga tushdimki, ikki kun isitmam chiqib yotib qoldim.

Agar bir uzoq joydan bemor kelayotgan bo'lsa, mulla Qo'chqor darrov bilar edi. «Samarqanddan bir bemorni olib kelishyapti. Tabibga bir qo'y berishmoqchi. Lekin u bemor tuzalmaydigan, meni yo'q deb qaytarib yuboringlar, hech narsasini olmanglar», der edi. Ne ko'z bilan ko'rmaylik, shu voqea chindan ham ro'y berardi. Bir necha kundan so'ng o'sha bemor qaytish qilgani haqida eshitardik.

«Men oxirgi so'fiman, endi bu yo'lda astoydil yuruvchi chiqmaydi, lekin avlodlarimdan zabardast yigitlar va kuchli tabiblar chiqadi», der edi.

Bir yig'inda mulla Qo'chqor: «Ertaga juma, men endi ketaman, juma namozidan keyin oldimga chiqib boringlar, ketadigan paytim keldi», deb qoldi. Hamma hayron bo'lib: «Nima deyapsiz, soppa-sog' bo'lsangiz?», deganicha qoldi. Mulla Qo'chqor jimgina otga minib, o'z hilvatiga jo'nadi. U kishi yuzga yaqinlashib qolganiga qaramay, juda zabardast edi.

Mulla Qo'chqorning har bir so'zi qishloqdagilar uchun hayratli edi. Ertasiga ko'nglimiz bo'lmay Buloqboshiga bordik. Mulla Qo'chqor to'shakda yotgan ekan. «Qaranglar, eski yong'oqni kesib, qishloqqa keli va urg'ich yasab qo'ydim, bir kunlaringga yaraydi. O'rniga yangi yong'oq ekdim, rosa meva bersa kerak. Eski yong'oq kasal ekan. Tanamga kasallik o'tib, mazam qochib qoldi. Meni ko'mgan joylaringni unutinglar, qabrimga sig'inib yurmanglar», deb u kishi dunyoda ko'z yumdi.

Mulla Qo'chqor aytganidek, zabardast yigitlar va kuchli tabiblar chiqdi. Do'stim Nurboy uning yaxshi ko'rgan o'g'illaridan edi. U kuchli siniqchi bo'lib etishdi. Ko'pkari bo'lgan joyda u hamisha hozir edi. Otdan yiqilgan, urilgan odamni ko'zdan kechirmasdan qo'ymasdi. Shunday odamlarni bilamanki, qo'l-oyog'i sinib yurolmay qolganlarni tuzatib, yurgizib yuborardi. Bir boshqacha quvvatga ega edi. Odatda siniq tuzalgandan keyin havo aynisa, simillab og'riydi. Nurboy tergan suyak og'rimasdi. O'ta chavandoz, dovyurak, qaytmas odam edi otangiz».

Keyinchalik ularning ishini Ne'mat aka davom ettirdi. U kishi sariq kasalni davolash bilan shug'ullanib, o'z avlodlariga tajribasini qoldirib ketdi.

Har qanday kasb qon surganidek, tabiblik ham qondan qonga o'tib keladi. Bir paytlar Zo'rmergan (Xoliquil) boshlagan ilm endi uning alodidan avlodiga o'tib, kuchli bir tizim sifatida «Yassaviy-Turkiston» Xalq markazi, «Yakdillik» Sharq tabobati markazi, «Umri-Boqiy» Sharq tabobati va gimnastikasi markazining negizini tashkil etib kelayotir.

TOSHKENTLIK

TABIBLAR

Toshkentda talaygina tabiblar yashagan: Ismoil Qori, Mannop tabib, Komil tabib, Afg'on tabib, Puchuq tabib, Nurilla tabib va boshqalar. O'ttizinchi, hatto qirqinchi yillargacha tabiblarning birinchi uchtasi juda mashhur bo'lgan. Ular haqiqatda bemorlarga najot ko'rsatgan. Zotan, tibbiyot o'sha davrda uncha taraqqiy etmagan edi. Ayrim qishloqlarda shifoxonaning o'zi tugun nomi ham bo'lmagan.

Ismoil Qori (asl ismi – Mir Ismoil Qori Mir Azim Qori o'g'li) o'z davrining savodxon, nufuzli odamlaridan biri edi. U 1850 yilda Toshkent shahrida dunyoga keldi. Toshkentning hozirgi Sebzor dahasida (Qozi ko'cha) yashadi. U shaharning katta zamindor boylaridan biri bo'lib, chorvachilik va paxtachilik bilan shug'ullanardi.

Shu bilan birga, Ismoil Qori Qur'oni karimning bilimdoni bo'lib, bemorlarni duo bilan davolardi. Uning huzuriga davo izlab olis-yaqindan har kuni o'nlab odamlar tashrif buyurgan. Mahalladagi barcha ishlar shu kishining maslahatlari bilan hal qilingan. Yozda Ismoil Qori tog'larga o't-giyohlar terгани chiqqan. Bu dorivor giyohlardan tayyorlangan ichimliklar bilan tabib kasallarni davolagan.

Farzandlarini o'qitib, ma'lumotli odamlar qilib o'stirish Ismoil Qorining orzusi edi. Uning ikki o'g'li rus-tuzem maktabi va universitetlarini tamomladi. Ularning biri – Nosir Ismoilov hozirgi zamon o'zbek tibbiyoti asoschilaridan biri, O'zbekiston Fanlar akademiyasining muxbir a'zosi, professor. Toshkent Davlat Tibbiyot institutining kafedralaridan biriga Nosir Ismoilov nomi berilgan. Bu zotning shogirdlaridan biri, hozirgi kunda tibbiyot fanlari doktori u haqda shunday hikoya qiladi: «Ustoz huzuriga kelgan kasallarni ko'p so'roqlamasdi. Bemorning qo'lidan ushlab, uning barcha kasalliklarini

aniqlardi. Juda kuchli tashxischi edi». Bugungi kunda Nosir Ismoilovning barcha farzandlari va nabiralari shifokor, ikki o'g'li va bir nabirasi tibbiyot fanlari doktori.

Ismoil Qorining ikkinchi o'g'li – Tursun Ismoilov respublikaning yirik iqtisodchi olimlaridan edi. Hozirgi kunda uning uch farzandi va bir necha nabirasi tibbiyot va farmatsevtika jabhalarida mehnat qilmoqda.

Ismoil Qori 1934 yili 84 yoshda, hech qanday kasalliklar bilan og'rimay, uyqusida vafot etdi.

Toshkentlik boshqa bir tabib – Mannop tabib ham Ismoil Qori bilan bitta dahada – Sebzor dahasida yashagan. Mazkur dahadagi kichik ko'cha – «Tabib ko'cha» asli tabiblar manzilgohi hisoblangan. Mannop tabib katta chinor qarshisidagi kichkina tor ko'chadagi bostirmalik hovlida yashagan. O'sha tor ko'cha erta sahardan boshlab bemorlar bilan to'la bo'lardi. Ular turna qator bo'lib tabibga kirishga navbat kutishardi. Hafaqon kasali, bezgak, qorin, bosh, quloq, ko'z og'rig'i, oyoq-qo'llari chiqqan, singanlar... Xullas, hammasi tabibdan najot istab kelardi. Mannop tabibning el o'rtasida mashhur bo'lib ketganligining ham boisi shundaki, hamma dardga davo topardi.

Mannop tabib haqida xalq o'rtasida hatto rivoyatga o'xshab ketgan gaplar ko'p. Biz faqat yaqinligida bo'lib o'tgan ayrim haqqoniylarinigina hikoya qilib bermoqchimiz. Ma'lumki, qizil imperiya davrida kommunistlar «dinga qarshi kurash» niqobi ostida xalq tabobatiga ham solishga harakat qilganlar. Bir kuni Stalin rayoni (hozirgi Shayhontohur tumani) partiya qo'mitasining ikkinchi kotibi Petrovning bilagiga tasodifan igna kirib ketadi. Vaqt o'tgan sayin igna yuqorilab, siljib boradi va qo'l yiringlaydi, do'xtirlar tezda qo'lni kesib tashlash kerak, deydilar.

Bemorni tanishlari tezda Mannop tabibning oldiga olib kelishadi. Tabib o'sha paytdagi siyosatdan cho'chib, kotibni «ko'rmayman» deb turib oladi. Kotibni olib kelganlar javobgarlikni o'z bo'yniga olganidan keyin Mannop tabib ishga kirishadi va fasod boylab ketgan qo'lga o'z usuli bilan tayyorlangan dori-darmonni yopishtirib qo'ygan. Oradan bir kun o'tgach, boylangan joyni ochib qarasarlar, malham yiringni, yiring bilan birga ignani ham so'rib olibdi. Shundan so'ng qo'l juda tez sog'ayib ketgan ekan.

Tag'in bir kuni qo'shni Qozog'istondan eshakka mingashib ota-bola kirib kelgan va tabibni so'rashgan. «Ha, men tabib, nima ishlaring bor?», degan Mannop ota. «O'g'lim o'n besh yoshlarda, ovqat jemeydi, ichida yarasi bor, ne qil deysin, tabib?» Mannop otaning jahli chiqadi: «Davoladigan narsani ikkalangiz qiynab, minib yuribsizlar-ku. Yana nima bilan tuzataman? – deganda, kelgan kishi teskari ma'noda boshqacharoq tushungan bo'lsa kerak, xafa bo'lganday shartta arazlab ketgan.

Yigitcha hech narsa emaydi-ichmaydi, ozib bir holatga tushib qoladi. Bir xo'tik onasini emayotgani otaga boshqacha ko'rinib, «Tabib aytgani shu bo'lsamikan», deb ko'ngli yorishib, darhol xo'tikni chetga surib, yangi tuqqan eshakni sog'adi va tavakkal qilib, o'g'liga ichiradi.

Bemor o'ziga kelib, yo'tala boshlaydi. Unga sari ota sut sog'ib beraveradi. O'g'lining ishtahasi ochilib, sog'aya boshlaydi. Oqibatda tuzalib ketadi.

«Tabibning aytgan davo-dorisi shu ekan-da, attang, bilmayin u kishini xafa qilgan ekanman-da o'shanda», deganday haligi kishi sovg'a-salomlar bilan tabib eshigidan kirib borib, kechirim so'ragan ekan.

Bunday misollarni yana keltirish mumkin. ToshMI professori Slonim tabibni chorlab, u bilan eng xavfli yara – kuydirgini qanday yo'qotish usuligi so'raganda, Mannop tabib muolaja yo'lini juda sodda qilib, asosli ravishda aytib bergan.

Ekzema-maraz, qichima-qo'tir, sariq kasal, bod, rak-qiltomoq kabilar yuzasidan ham munozara-tortishuvlar bo'lib, unday kasallarni davolash haqida ham Mannop tabib do'xtirlarga xalq tabobati usullarini so'zlab bergan.

Mannop tabibning ota-bobolari ham Ibn Sino va boshqa qadimiy alloma tabiblarning davolash usullarini yaxshi o'rganganlar, arab, fors tilida yozilgan muolaja risolalarini o'qib, o'rganib, amaliyotga tatbiq etganlar. Mannop tabibning o'g'li Abdusattor tabib ToshMIning farmatsevtika – dorivorlik kulliyotini bitirgan, u o'z kasbi sohasida istagan shifokorlar bilan bahslashishi mumkin.

SO'FIY TABOBATI AMALIYO'TDA

«Yassaviy-Turkiston» Xalq markazi, ya'ni xalq tabobati, Sharq madaniy va ma'naviy merosini o'rganish xalq markazi 1992 yil avgust oyida Jizzax shahrida tashkil topdi. Bu markazni tashkil etishdan uch asosiy maqsad ko'zlandi. Birinchisi: Markaziy Osiyo va jahon so'fiy avliyolari g'oyalari va ta'limotlarini o'rganish hamda rivojlantirish. Ikkinchisi: avliyolar tabobati, ya'ni so'fiy tabobatini tajriba va tadqiqotlar o'tkazish orqali o'rganish hamda hayotga tatbiq etish. Uchinchisi: so'fiylar jang san'ati sirlarini o'rganish, uni asta-sekin milliy lashtirib, hozirgi zamonga tatbiq etish. Bu uch maqsad qo'shilishining asosiy sababi shundaki, so'fiy avliyolarning yo'llari, umumiy falsafiy qarashlari bizgacha etib kelgan bo'lsa ham, ammo ularning chuqur falsafiy qarashlari, so'fiy tabobati va jang san'ati noma'lum va hech qaerda o'rganilmagan. Faqat O'zbekiston mustaqillikka erishganidan keyingina bu soha haqida gapirish va uni o'rganishga yo'l ochildi.

Tabiiyki, bu o'rinda so'fizm boshqa mamlakatlarda rivojlanmaganmi, degan savol tug'iladi. Shuni qayd etib o'tish kerakki, butun dunyoda 125 ming so'fiy tan olingan, ya'ni avliyolarning qabrlari va ular haqiqiy so'fiy-avliyo darajasiga etganligi e'tirof etilgan bo'lsa, shulardan 75 mingga Markaziy Osiyoda, ko'plari O'zbekiston hududida yashab o'tgan. Bu so'fiy-avliyolar ta'limotlari vaqt o'tishi bilan unutilishining asosiy sabablari quyidagilardan iborat: ustozlarning kamayib ketishi, shogirdlarning – muridlarning kamayib ketishi, bu ta'limotni egallashga bo'lgan intilishning susayishi, eng asosiysi – bu ilmning maxfiy saqlanishi, ya'ni ustoz bilan shogird, murshid bilan murid o'rtasidagi munosabatlar maxfiy bo'lib qolishi. «Yassaviy-Turkiston» Xalq markazi bu maxfiyatni bir necha yil mobaynida o'rganish jarayonida ancha-muncha jiddiy natijalarga erishdi. So'fiy

tabobati sistemasining rivojlanishida murid-murshid munosabatlari katta rol o'ynaydi. Murid katta darajaga etgandagina davolash huquqiga ega bo'ladi. Bu esa undan katta ilm, katta shijoat, uzoq vaqt o'qib-o'rganish, o'zi ustida ishlash, qobiliyatini o'stirishni taqozo etadi.

Xo'sh, Markazda bu borada qanday ishlar amalga oshirilmoqda? Avvalambor, so'fiy tabobatining qadimgi retseptlari asosida tayyorlanadigan dorilar uchun o't-giyohlar olis Pomirdan (Badaxshondan), dengiz sathidan 3700-5300 metr balandlikdan terib olib kelinadi. Bu dorivor o'simliklar boshqa dorivor giyohlardan ekologik jihatdan tozaligi, ma'danga, ya'ni minerallarga boyligi, tarkibida temir, oltin, kumush singari moddalar ko'pligi, ultrabinafsha nurlarga to'yinganligi bilan farq qiladi. Mazkur dorivor giyohlarni terib keladigan odamlar ham so'fiy tariqatiga mansub bo'lib, o'zining pokizaligi, Allohga yaqinligi bilan ajralib turadi. Shuni qayd etib o'tish kerakki, bu dorivor giyohlarning aksariyati hozirgi zamon tibbiyotida ham, xalq tabobatida ham, hatto Ibn Sino sistemalarida ham o'rganilmagan. Ularni faqat ayrim avliyolar o'z amaliyotida qo'llagan va o'ta maxfiyatda saqlab kelgan.

Ikkinchi muolaja sistemasi bu so'fiy massaji sistemasidir. Bu massaj sistemasi jismoniy holatdan tashqari fiziologik holat, ya'ni ichki quvvat sistemasining ishlashini bir maromga solish bilan bog'liqdir. Kasallikni davolashda zararlangan organdagi fiziologik jarayonni yaratuvchi ichki quvvat muhim rol o'ynaydi. Bunda Allohdan kelayotgan ichki quvvat sistemasining faoliyatini bir maromga solish, so'ngra ichki jismoniy-fiziologik holatlar va jarayonlarni izga solish lozim. Binobarin, massaj organizmni tuzatish uchun emas, balki organizmdagi patologik (xurujiy) jarayonlarni yo'qotib, jismoniy-fiziologik holatga chiqarish uchun qo'llaniladi. Organizmning ichki quvvat sistemasi faoliyati bir maromga tushganidan keyin odam tez tuzala boshlaydi. Bu jarayon, ya'ni duo bilan davolash metodikasi, ma'lumki, xalq tabobatida ham keng qo'llaniladi. Ammo, xalq tabobatidan farqli o'laroq, so'fiy tabobatida bu ko'r-ko'rona amalga oshirilmaydi. So'fiy tabobatida qo'llaniladigan duo bilan davolash usuli Qur'oni karimdan yoxud maxfiy ilmdan olingan maxsus mantralar sistemalarini tashkil etadi. Mantralar yoki Qur'oni karim oyatlari bilan davolash odamning olti joyidagi maxfiy maoviy bo'shliq sistemasiga ovoz sistemasi orqali quvvat-energetik va ruhiy ta'sir ko'rsatish yo'li bilan amalga oshiriladi. Masalan, Qur'oni karimning «Asr» surasini qayta-qayta qiroat bilan o'qish inson yuragining ikkinchi klapanidagi qonni suyultirish jarayonini izga soladi.

Yana bir omil shundan iboratki, Qur'oni karimda ko'pgina suralar oddiy harflar bilan boshlanadi. Bu harflar, jumladan, alif, lom, mim va boshqa alohida olingan harflar maxfiyat jihatidan shariat sistemasida noma'lum hisoblanadi. Vaholanki, so'fizmda bu harflar chuqur o'rganib chiqilgan va ular asosida organizmdagi yuqorida zikr etilgan maoviy bo'shliqdagi quvvatni joyiga keltirishga mo'ljallangan sistema ishlab chiqilgan. So'fiy tabobati ta'limotiga muvofiq, organizmning har bir nuqtasida o'z quvvat nuqtasi mavjuddir. Masalan, chayon chaqqanda «Fotiha» surasini takror-takror o'qish chayon zahrini qaytaradi yoki bo'lmasa bo'yida bo'lmagan ayollarni davolashda qo'l keladi va hokazo. Umuman olganda, har bir oyatning o'z ichki sistemasi, shu jumladan maxsus davolash sistemalari mavjuddir.

Diagnostika, ya'ni tashxis masalasiga kelsak, so'fizm diagnostikasi boshqa tibbiyot usullaridagi tashxis qo'yish jarayonlaridan farq qiladi. So'fiy tabobatida insonning butun fiziologik va ichki quvvat jarayonlari diagnostika qilinadi, ko'rinib turgan uzviy jarayonlar, omillar e'tiborga olinmaydi. Buning sababi shundaki, inson organizmidagi jismoniy jarayonlar o'zgaruvchan bo'ladi, ya'ni har kuni o'zgarib turadi. Ammo fiziologik jarayonlar, qolaversa, ichki quvvat sistemasining ish maromida o'zgarishlar juda sust sodir bo'ladiki, bu asosiy e'tiborni ana shunga qaratishni talab etadi. So'fiy diagnostikasi paytida organizmning ishlash qobiliyatiga, uning kelgusida qanday quvvatga ega bo'lishiga, ertaga qanday mahsulot chiqarishiga katta e'tibor beriladi.

Markaz faoliyatida so'fiy gimnastikasi va nafas olish sistemasi alohida o'rin tutadi. Bunda so'fiylik turmush tarzining asosini tashkil etadigan «zikr» sistemasi katta rol o'ynaydi. «Zikr»ga tayyorlanish jarayonida maxsus mashqlarni bajarish talab etiladi. Bunda psixotexnika hamda jismoniy-fiziologik jarayonlarga bog'liq bo'lgan mashqlar bajariladi. So'fiy nafas olish sistemalari (ularning ayrimlari maxfiy tutilganligiga qaramay) Markazda mukammal o'rganib chiqilgan. Ba'zi bir nafas olish sistemalarining ishlash tarzini biz ushbu risolamizda ham ko'rsatib o'tamiz. Bunda mazkur nafas olish sistemalaridan foydalanishdan oldin Markazdagi ustozlardan maslahat olish tavsiya etiladi. Organizmda kasallik paydo bo'lishi boshdan boshlanadi. Miyaga kelgan dastlabki informatsion holat quvvat sistemasidan o'tib asta-sekin fiziologik holatga tushadi. Keyinchalik kasallik darajasi jismoniy holatda namoyon bo'ladi, ya'ni odam kasallik asoratlarini o'zi sezadi va ko'radi. Boshqacha aytganda, bemor hozirgi davrda ixtiro qilingan apparatlar sistemasiga tushadi: kasallikni davolash jarayonida eng avvalo kasallik haqida informatsiyaning vujudga kelishi jarayonini bartaraf etish lozim. Bizning Markazda bunday jarayonlarni bartaraf etish uchun jahonda ilk marta so'fiy tabobatida ishlab chiqilgan «nafsi notiq» sistemasidan foydalaniladi. Kasallik haqidagi informatsiyani yo'q qilish miyaga burun orqali maxsus preparatlar yuborish yo'li bilan amalga oshiriladi. Demak, bemorni davolashda eng avvalo kasallik haqidagi informatsiya yo'q qilinib, ijobiy holatga chiqiladi, so'ng esa kimyoviy-fiziologik hamda jismoniy-fiziologik omillarni yo'q qilishga o'tiladi.

Hozirgi shovqin-suronlarga to'la hayot, biz istaymizmi, yo'qmi, tanamizga, tana orqali butun jismimiz, organizmimizga ta'sir ko'rsatishi shubhasiz. Bir tomondan ekologik muvozanatning buzilishi, egulik oziq-ovqatlarimiz har xil zararli kimyoviy elementlar bilan to'yintirilgani, nafas olayotgan havomizning g'alizligi va boshqa shunga o'xshash zararli omillar bugungi kunda bizga o'z sog'lig'imizni asrab-avaylash uchun katta mas'uliyat yuklaydi. Bugungi kunda mazkur zararli omillarga qarshi bir «qurol» ixtiro etilgan. «Xerbaizm» deb nomlangan bu sistema inson badani va organizmini har xil zararli mikroblardan asraydi, tanani zararli moddalardan tozalaydi, miya va yurak-qon tomir sistemasining ishlashiga to'sqinlik qiluvchi har xil «cho'kma»larni bartaraf etadi va ichki jo'shqin hayotiy energiyani junbushga keltiradi. Bu sistemaning afzal jihatlari ayniqsa katta shaharlarda, jumladan, kimyo sanoati korxonalari joylashgan hududlarda yaqqol namoyon bo'ladi. Kimyoviy chiqindilarning zarari haqida esa xalqimiz juda yaxshi biladi. Nomi yuqorida zikr etilgan sistema shuningdek cho'llarda, ko'kalamzorlashtirilmagan mintaqalarda ham juda qo'l keladi.

Xo'sh, «Xerbaizm» sistemasi o'zi nima? U boshqa tibbiy-sog'lomlashtirish sistemalaridan nimasi bilan farq qiladi?

Asli ingliz tilidan olingan bu so'z «o't-giyohlar bilan davolash orqali kasallikning oldini olish» degan ma'noni bildiradi. Boshqa turli tabobat sistemalaridan farqli o'laroq, bu sistema organizmni xastalikka chalinishini kutmasdan tozalaydi, ya'ni peshma-pesh kasallikning oldini oladi hamda kelajakka komil bilan ishonch bilan qarash imkonini beradi. Qisqacha aytganda, bu erda kimyoviy davolashdan xalqning najot topishi haqida gap boradi.

«Xerbaizm» usulida davolash tadbirini samarali o'tkazish uchun ekologik jihatdan toza, ulʼtrabinafsha nurlarga to'yingan dorivor giyohlardan foydalanish lozim. Bu dorivor giyohlar o'pka, o'pka xaltalari, jigar, yo'g'on ichak va boshqa a'zolari tozalaydi, bir vaqtning o'zida organizmning qarshilik ko'rsatish kuchini ham oshiradi, zero, mazkur dorivor giyohlar miya va yurak qon tomirlarini kengaytiruvchi va mustahkamlovchi moddalarga boydir. Bundan tashqari, ular insonning aqliy va jismoniy mehnat qobiliyatini oshiradi, organizmdagi moddalar almashinuvi jarayoniga samarali ta'sir ko'rsatadi, turli xastaliklarga, jumladan, kamqonlik (anemiya), energetik kanallarning g'ovlanishi, bosh miyaga aloqador bo'lgan signallarning misli ko'rilmagan darajada sovlashi yoki zaiflashishiga nisbatan organizmning qarshilik kuchini oshiradi.

«Yassaviy-Turkiston» Xalq markazi ushbu muammoni o'rgana borib, hozirgi zamon tibbiyoti va xalq tabobati negizida «Xerbosistem» yo'nalishida bir qator tadbirlarni amalga tatbiq eta boshladi. Bunda organizmdagi energetik kanallar ochilib, dorivor giyohlarning shifobaxsh ta'sirini hech qanday yo'qotishsiz shimib oladi, organizmning qarshilik kuchi ortadi. So'fiyona massaj hamda dorivor o'simliklar (BT, TX, ISh, AB) bemor organizmi mijoziga qarab qo'llanadi.

Bir martalik davolash kursi uzog'i bilan 25-30 kunni tashkil etadi. Kurs boshlanishida va tugallanishi arafasida tabibning nabz tashxisi orqali «Xerbosistem» natijalari aniqlanadi va muolajaga yakun yasaladi. Sog'lom bo'lishlikning eng oson va afzal yo'li kasallikni davolash emas, balki sog'lom shaxs sifatida, ongli ravishda uning oldini olishdir.

«Yassaviy-Turkiston» Xalq markazida yuqorida sharhi berilgan «Xerbaizm» deb nomlangan kasalliklarning oldini olish sistemasi bilan bir qator boshqa amaliy muolaja ishlari ham keng miqyosda amalga oshiriladi.

Bu o'rinda savol tug'iladi: biron-bir kasallik zo'rayib, surunkali tus olgan bo'lsa-chi, uni davolash mumkinmi? Masalan, hozirgi davrda hammani qattiq tashvishga solayotgan o'sma (rak) kasalligini?

Keyingi fikr-mulohazalarimiz shu haqda.

Saraton kasalligining oldini olish chora-tadbirlari

«Saraton» bu arabcha so'z bo'lib, «qisqichbaqa» degan ma'noni anglatadi. Hozirgi zamon tibbiyotida saraton kasalligi «rak» nomi bilan mashhurdir. Xalq orasida uni «o'sma» ham deydilar. Saraton xastaligi haqida gap ketganida, har qanday tibbiyot namoyandalari uni davolashga o'zligini tan olgisi kelmay, sukut saqlaydi. Ammo xalq tabobatida, xususan, so'fiy tabobatida saraton kasalligini davolash borasida ma'lum natijalarga erishilgan.

Umuman, saraton kasalligi haqida gap ketganida olimlar 2015 yilga borib dunyoda yashovchi har uchinchi odam shu mudhish va bedavo kasallikka chalinishini taxmin qilmoqdalar. Statistika ma'lumotlari ham onkolog olimlarning bu tashvishlarida jon borligini tasdiqlamoqda.

Xo'sh, saraton (rak) o'zi qanday kasallik? Uning oldini olish yoki davolash mumkinmi?

Saraton kasalligining vujudga kelishi va rivojlanishi yuzasidan fanda turli xil qarashlar mavjud. Bu borada jahon olimlari ko'p yillardan beri munozara olib boradilar. Mazkur fikrlar xilma-xilligi orasida, bizning nazarimizda, professor O.I. Zalmanovning mulohazalari ayniqsa diqqatga sazovordir. Uning fikricha, «saraton kasalligi bu organizmdagi ba'zi bir hujayra va to'qimalarning «daydi» hujayralarni nazorat qila olmasligidir, zotan, bu «daydi»lar inson organizmida o'ziga «hamtovoqlar» topib, shu asno uning faoliyatini butkul izdan chiqaradi». Bu o'rinda ichki a'zolarining energetik jarayon bilan ta'minlanishi hamda hujayralar ustidan bosh miyaning nazorati haqida gap ketmoqda. Shuning uchun ham hozirgi zamon tibbiyotida saraton kasalligini davolash xususida gap ham bo'lishi mumkin emas, zero, hozirgi zamon tibbiyotida kanalli energiya muammolari o'rganilmaydi. Har holda bu muammolar hozirgi zamon tibbiyotida hozirgacha o'rganilmagan hamda miya signal sistemasining organizm ustidan, jumladan, hujayralar ustidan nazorat qilish jarayonlari tatbiq etilmagan.

«Yassaviy-Turkiston» Xalq markazi professor Zalmanovning yuqorida zikr etilgan nazariyasini birinchilardan bo'lib chuqur o'rganib chiqdi hamda tadqiqot natijalaridan kelib chiqib saraton xastaligining ba'zi bir turlari, jumladan, qon (leykoz), limfatik tugunlar, ayollar jinsiy a'zosi, oshqozon va miya to'qimalari saraton kasalliklarini davolashda samarali natijalarga erishdi.

Albatta, bu sohada saraton kasalliklari profilaktikasi, ya'ni kasallikning oldini olish chora-tadbirlari etakchi o'rinda turadi. «Yassaviy-Turkiston» Xalq markazi saraton kasalliklariga qarshi kurashda bu kasalliklarni davolashdan ham ko'ra ularning oldini olishni birinchi o'ringa qo'yadi. Profilaktika kursining muddati saraton kasalliklari uchun 15-20 kundir. Mazkur kurs quyidagi tadbirlarni o'z ichiga oladi: hujayralar ustidan miya signal sistemasining nazoratini kuchaytirish (R9 – 3 marotaba, R9 AJT – 3 marotaba), energetik so'fiy-tibbiyot massaji orqali quvvat kanallarini ochish (M2 – 5 marotaba), shuningdek Pomir tog'larida o'sadigan, ultrabinafsha nurlar bilan to'yingan dorivor giyohlardan foydalanish (OS, V-7, AJT, TX, O, B1), inson organizmining mijoziga qarab maxsus so'fiy nafas olish mashqlari hamda «mantra» sistemasi (tovush tabobati). Saraton xastaliklari profilaktikasi 3 yildan 5 yilgacha davom etadi.

«G'alabani kutmang, unga o'zingiz erishing!» – kasalliklarga qarshi kurashda «Yassaviy-Turkiston» Xalq markazining shiori ana shudir.

«YaSSAVIY-TURKISTON» XALQ MARKAZINING XIZMAT KO'RSATISH YO'NALISHLARI

I. An'anaviy usulda davolash bo'limi

1. Diagnostika (bemorga tashxis qo'yish – kasallikni aniqlash):

- tomir orqali tashxis qo'yish;
- iridodiagnostika (ko'z orqali tashxis qo'yish);
- ayurveda usulida tashxis qo'yish (hind usuli);
- so'fiylar usulida tashxis qo'yish.

2. Kasallikning oldini olish (profilaktika):

- so'fiy massaji;
- tibet-xitoy massaji;
- nuqtali va shiatsu (yapon) usuli;
- tsiqun va juga usuli;
- dorivor giyohlar yordamida profilaktika qilish;
- «so'fiy nafasi» orqali kasallikning oldini olish.

3. Davolash (qo'llaniladigan muolaja usullari):

- so'fiy massaji;
- duo bilan davolash;
- zikr bilan davolash;
- nuqtali va shiatsu (yapon) usuli;

- tsiqun va juga usuli;
- havo massaji (issiq massaj);
- tibet-xitoy massaji;
- dorivor giyohlar bilan davolash;
- Ibn Sino gimnastikasi;
- urinoterapiya;
- kerosinoterapiya;
- psixoterapiya;
- sayr-sayohat bilan davolash;
- aromaterapiya.

II. Sharq mutafakkirlarining falsafiy va diniy qarashlarini o'rganish bo'limi

- Qur'oni karim mantralarini o'rganish;
- so'fiy tabobatini tahlil qilish;
- Ibn Sino tibbiyotini o'rganish;
- Ahmad Yassaviy tariqatini o'rganish;
- Amir Temur davri tarixini o'rganish;
- Alisher Navoiy ijodini o'rganish;
- Sharq olim va avliyolarining ilmiy merosini o'rganish.

III. Sharqona yakkama-yakka kurash bo'limi

- Amir Temur zamonidagi «Qo'l jangi san'ati», «Turon jangi», «Ming askar jangi»ni o'rganish va rivojlantirish;
- Kung-fu, Karate-do, Taekvon-do, Ken-do, Kempo, Jiu-jitsu kurash sistemalarini o'rganish va ularni o'rgatuvchi seksiyalar ochish;
- yuqorida zikr etilgan kurash turlari bo'yicha musobaqalar o'tkazish.

IV. Sharq xalqlari san'ati bo'limi

- tasviriy san'at, duradgorlik, temirchilik;
- milliy kiyimlar, jihozlar hamda milliy san'at buyumlarini tayyorlash;
- ko'rgazmalar, simpoziumlar, uchrashuvlar, muzeylar tashkil qilish.

V. Dorivor giyohlarni o'stirish bo'limi

- an'anaviy davolash usulida qo'llaniladigan dorivor giyohlarni o'stirish va xalq tabobatida foydalanish;
- o't-giyohlardan ichimliklar tayyorlanadigan choyxona, fitobar hamda hammomlar ochish.

VI. Kosmetika bo'limi

- kosmetika yordamida davolash;
- kosmetik massaj;
- yog'lar yordamida massaj;
- yoshartirish, yuzdagi ayrim kamchiliklarni davolash.

«Yakdillik» sharqona usulda sog'lomlashtirish tabobat markazida davolanish va maslahat olish qoidalari

Davolash markazida navbat olganingizdan so'ng bu erga belgilangan kunda va vaqtda tashrif buyurishingiz shart. Mabodo, ayrim sabablarga ko'ra kechikib qolsangiz, bu haqda Markazga telefon orqali ma'lum qilishingiz lozim. Shundan so'ng Siz So'fi tabib ko'rsatgan vaqtda qabul qilinmasiz yoki ko'rsatilgan sabab etarli darajada ishonchli va uzrli bo'lmasa, qabul qilinmaysiz.

Davolanishga faqat so'fiy tabobatiga, So'fi tabibning ilmu amaliga e'tiqod qilgan hamda o'z organizmini dorivor o't-giyohlar yordamida sog'lomlashtirmoqchi bo'lgan odamlargina taklif qilinadi. Davolash faqat mijozning xohish-irodasi bilan va shikoyatsiz amalga oshiriladi.

So'fi tabib Sizni ko'rib, kasallikni aniqlaganidan so'ng birinchi kursda kerakli dorivor o't-giyohlar (xaltachalarga joylangan giyohlar bir kursga mo'ljallangan bo'lib, ularni oxirigacha ichish lozim) va protseduralar (massaj, bosh-miya yo'llarini ochish, duo bilan davolash, jismoniy mashqlar) olasiz.

Kasallik va uning og'irlik darajasiga qarab Sizning organizmingizni butunlay davolash va sog'lomlashtirish uchun bir necha kurs talab etilishi ham mumkin.

Bundan tashqari, Sizda aniq bir kasallik topilmagan taqdirda, uning paydo bo'lishini oldini olish uchun profilaktik muolaja usullaridan foydalanishingiz mumkin.

Berilgan bir martalik talondan 5 oy mobaynida uzluksiz foydalanishingiz mumkin bo'lib, keyin talonni yangilashga to'g'ri keladi.

Davolanish jarayonida tug'iladigan savollarga Siz o'zingizni davolayotgan tabibdan javob olishingiz mumkin. Protsedura jarayonida ba'zi bir salbiy o'zgarishlar paydo bo'lishi yoki o'zingizni vaqtinchalik yomon his qilishingiz davolash salbiy ta'sir etganidan dalolat bermaydi, balki mijozingiz kasallik bilan kurashayotganini ko'rsatadi.

Sizni davolashda qo'llaniladigan davolash usullari va dorivor o't-giyohlar majmuasi So'fi tabib tomonidan 20 yil mobaynida Italiya, Frantsiya, Buyuk Britaniya, Bolgariya va Rossiya singari mamlakatlarda sinovdan o'tgan bo'lib, So'fi tabib ular ijobiy natija berishini kafolatlaydi. Markazda qo'llaniladigan dorivor o't-giyohlarning 85 foizi dengiz sathidan 3700-5300 metr balandda joylashgan Pomir, Тянь-Шань va Himolay (Tibet) tog' tizmalaridan terib keltiriladi. Bu dorivor giyohlar ekologik jihatdan juda toza bo'lib, ma'danlarga boy va ul'trabinafsha nurlarga to'yingandir.

Birinchi kurs (u 20-30 kun davom etadi) tugaganidan keyin Siz So'fi tabib huzuriga tashrif buyurib, o'zingizni qaytadan tekshirtirasiz, organizmingizning kasallik bilan mustaqil kurasha olish darajasini aniqlaysiz va maslahatlar olasiz.

Kasallik paydo bo'lganida birovdan davo izlagan emas, balki o'z organizmini jismoniy mashqlar, o't-giyohlar bilan sog'lomlashtirgan va aqlan profilaktika qilgan odamgina haqiqiy sog'lomdir.

«Yakdillik» Sharqona usulda sog'lomlashtirish tabobat markazida qo'llaniladigan davolash usullari

1. Diagnostika (tashxis qo'yish – kasallikni aniqlash):

tomir orqali tashxis qo'yish;

iridiagnostika (ko'z orqali tashxis qo'yish);

ayurveda usulida tashxis qo'yish;
so'fiy usulida tashxis qo'yish;
quvvatliy diagnostika;
maydoniy diagnostika;
simptomatik diagnostika.

2. Kasallikning oldini olish (profilaktika):

so'fiy gimnastikasi va nafas olish mashqlari;
tsigun va juga usuli;
tibet-xitoy massaji;
noan'anaviy dorivor o't-giyohlar;
zikr (meditatsiya) va ishontirish usullari;
sayr-sayohat yordamida kasallikning oldini olish;
psixanaliz.

3. Muolaja:

noan'anaviy dorivor o'simliklar bilan davolash;
so'fiy massaji va gimnastikasi;
zikr bilan davolash;
duo bilan davolash;
tibet-xitoy massaji;
psixoterapiya;
kerosinoterapiya;
urinoterapiya;

sezgi terapiyasi;

ko'z terapiyasi;

bioenergetik davolash.

Shuningdek mazkur Markaz qoshida Toshkentdagi «Ko'k masjid» majmuasida mijozlarning ruhiy, ichki quvvatini va jismoniy sog'lig'ini mustahkamlash maqsadida ushbu sohalarda maxsus dars va mashg'ulotlar o'tkazish yo'lga qo'yilgan.

Bunda qo'llaniladigan davolash usullari:

so'fiy plastikasi;

so'fiy nafas olish va nafas chiqarish sistemasi;

maxsus musiqa orqali davolash;

maxsus harakat va ovoz (zikr) bilan davolash;

qiroat bilan psixologik va mantiqiy ta'sir qilish, ichki quvvatni oshirish;

Qur'oni karim sura va oyatlari bilan davolash;

mantra (duo, maxsus harf quvvati) orqali quvvat va ruhiy poklanish.

So'fiy pardozi (kosmetikasi)

Tasavvuf (so'fizm)ning asosiy maqsadi Alloh diydori va qudratiga erishishdir, ya'ni inson har tomonlama mukammal, barkamol darajaga etgan holdagina Yaratganga loyiq bo'lishi mumkindir. Alloh taoloning ulug' ismlaridan biri bu Jamoldir, ya'ni beqiyos go'zallik, tengi yo'q husnga ega bo'lmishdir. Binobarin, Haqqa intilgan inson albatta go'zal bo'lishi lozim. Bu erda, tabiiyki, eng avvalo ichki go'zallik haqida gap ketayotir. Ammo inson o'zining tashqi chiroyi bilan ham ajralib turishi kerak, zotan jismoniy holat insonning ichki dunyosi, his-tuyg'ulariga ham ta'sir ko'rsatmay qolmaydi. Inson kishilik jamiyatida yasharkan, o'z atrofidagi odamlar bilan munosabatlarga kirishar ekan, uning yuzi, boshi (sochi), oyoq-qo'li va badani ma'lum talablarga javob bermog'i lozim. Go'zallik avvalambor tozalik va gigiena bilan chambarchas bog'liqdir.

Bu o'rinda bir savol tug'iladi: xo'sh, bunday go'zallik, nafislik va xushqomatlikka qanday qilib erishish mumkin? Buning uchun nimalar qilish lozim? Bu va boshqa shunga o'xshash savollarga hali ko'pchilikka yaxshi ma'lum bo'lmagan so'fiy pardozi (kosmetikasi)ga tayangan holda javob beramiz.

So'fizm tarixidan ma'lumki, Alloh ishqiga etish jarayonida ikki sub'ekt qayta-qayta esga olinadi, bularning birinchisi may, ikkinchisi go'zal sohibjamol. Bunga Mashrab ijodida kuylangan go'zalni, Alisher Navoiyning Layli va Shirinini, Hindistonda Toj Mahal obidasining qurilishiga go'zal ayol sabab bo'lganini, Kleopatra go'zalligi va unga oshiqlik jahon tarixida o'zgarishlar yasaganini misol qilib keltirish mumkin.

So'fizmda go'zallik deganda faqat ayollar go'zalligi emas, balki erkaklardagi chiroy, kuch-quvvat go'zalligi, baquvvatlik, botirlik, zabardastlik go'zalligi nazarda tutilgan. Bunga Gerakl, Alpomish, Farhod, Majnun, O'zbekxon va boshqalarning go'zalligi misol bo'la oladi.

Xo'sh, hozirgi zamonaviy kosmetika bilan so'fiy pardozi orasida qanday farq bor, ularning ijobiy va salbiy jihatlari nimalarda ko'rinadi?

Ma'lumki, hozirgi zamon kosmetikasi ko'proq tashqi husn (teri, soch, yuz)da kechadigan jarayonlarning sabab va natijalariga ta'sir ko'rsatadi, ulardagi ayrim nuqsonlarni yog', krem, tozalovchi moddalar, vanna yordamida vaqtincha bartaraf etishga harakat qiladi. Ammo uzoq vaqt krem, pudra surilgan teri, yuz hamda kimyoviy vositalar bilan parvarish qilingan soch vaqt o'tishi bilan o'z tabiiy xislatlarini yo'qotib boradi. Eng ayanchlisi shundaki, ular bu kimyoviy moddalarsiz yashay olmaydigan bo'lib qoladi, ya'ni sun'iy ozuqaga asir tushadi.

To'g'ri, hozirgi zamon kosmetikasining ijobiy jihatlari ham yo'q emas: u ishlatish uchun qulayligi, xushbo'yligi, zamonaviyligi, vaqtincha bo'lsa-da yaxshi natijalar berishi, ko'p vaqtni olmasligi bilan ajralib turadi.

So'fiy pardozi (kosmetikasi)ga kelsak, u hamisha ma'lum guruh tomonidan nooshkora tarzda qo'llanib kelingan bo'lib, avvalambor ichki organlar faoliyatini o'rganish orqali yuz, teri va sochdagi salbiy jarayonlarni bartaraf etish hamda ularda ijobiy o'zgarishlar yasashni nazarda tutadi.

Masalan, yuzga husnbuzar toshishi, oriqlik, rangparlik (engil oqarish), terining mo'rtligi va boshqa shunga o'xshash kasalliklarning sabablarini ichaklarga infeksiya tushishidan hamda mikrofloraning buzilishidan izlash kerak.

Yoki bo'lmasa, yuzda qora dog'lar paydo bo'lishi, terining qorayishini jigarning qon tozalash faoliyati izdan chiqishi bilan bog'lash lozim.

Yuqorida keltirilgan misollardan ko'rinib turibdiki, so'fiy tabobati tashqi go'zallikni qaror toptirish uchun ichki salbiy jarayonlarga barham berishni nazarda tutadi.

Haqiqiy go'zallik bu tabiiy va uzoq vaqt davom etuvchi jarayondir.

Bundan tashqari, so'fiy pardozi ichki va tashqi sabablarga faqat tabiiy, noan'anaviy o't-giyohlar, yog', krem, vanna va massaj orqali ta'sir o'tkaziladi.

So'fiy pardozi ilgari suruvchi «Go'zalligingiz Sizning sog'ligingizdadir» degan shior haqiqiy go'zallar shioridir.

Ruhiy xastaliklar va ularning davosi

Qaysarlik va qarorsizlik

Bergan va'dasidan voz kechgan holda o'zining aytganida turib olish va hech kimga quloq solmaslik - qaysarlikdir. Bu irodaning kuchsizligidan. Bundaylar atrofdagilarga zarar etkazib, xato va gunoh ishlar qiladi.

Qarorsizlik ham ruh xastaligi bo'lib, Alloh va uning yaratganiga xizmat qilolmaydilar.

Davosi: sabotli va matonatli bo'lmoq.

Ortiqcha hayajon va ortiqcha qo'rquv

Bir ishning boshini va oxirini o'ylab hayajonga tushib qolish ruh kasalligiga kiradi. Ko'p jinoyat va yomonliklar shundan ro'y beradi. Hayajon natijasida odam o'zini yo'qotadi va nima qilib qo'yganini bilmaydi.

Qo'rqqoqlik uning teskarisi bo'lib, ruhiy kasallikka kiradi. Payg'ambarimiz shunday deganlar: «Ey Allohim, qo'rqqoqlikdan senga sig'inaman va qo'rqqoqlikning yomonligini aytganlar».

Davosi: nafsga hokim va shijoatli bo'lmoq. Shijoat qalbning quvvati va irodaning sababidir. Haq yo'lida hech kimdan qo'rqmasdan ishlamoq va gapirmoq kerak.

Kibrilik va pastkashlik

O'zining moliga, mavqeiga va boshqa moddiy boyliklariga ishonib kibrlanish ruhiy kasalliklarning eng jiddiysidir. Allohga bu yoqmaydi.

Buning teskarisi – o'zini past ko'rmoq ham yomon xislatlardandir. Bunday xislatli odam har qanday yomonlik sodir etishga qodir.

Davosi: ochiq ko'ngilli hamda mag'rurroq bo'lmoq.

Orsizlik va hayosizlik

Bundaylar har qanday yomonlikdan qaytmaydi. Ular Allohdan ham, odamlardan ham uyalmaydi va qo'rqmaydi. Bu katta ruhiy xastalik, imonsizlikdir.

Davosi: xayoli va odobli bo'lmoq.

Yolg'onchilik va hiylagarlik

Yolg'onchilik kasalligiga duchor bo'lganlar o'ylagan va bilgan narsalarini teskarisini aytadi. Yolg'on inson ruhidan halovatni, sokinlikni olib tashlaydi. Uni azobda qoldiradi. Alloh Qur'oni karimda yolg'onchilarga la'natlar aytgan. Yolg'onchilik munofiqlik alomatidir.

Hiylagarlik esa jamiyatda odam qiyofasini yo'qqa chiqaradigan munofiqlikdir. Hiylagar shaytonning do'stidir. Hazrati Faxri olam din va dunyo ishlarida ummatiga hiyla qilganlar janobi haqning la'natidirlar.

Davosi: to'g'rilik va sadoqatdir.

Payg'ambarimiz aytganlar: «Bir marta yolg'on so'ylagan uch marta la'natga loyiq».

Sir saqlash to'g'rilik yo'lidir. «Sir, ichingda saqlangan sir – sening asaringdir».

Omonatga xiyonat

Bizga ishonilgan omonatni yomonlikda ishlatish xiyonatdir. Bu imonsizlik va ruhiy kasallikdir.

«Senga xiyonat qilganga ham xiyonat qilma».

Davosi: omonatli bo'lmoq.

Omonat xoh moddiy, xoh ma'naviy bo'lsin, inson uchun berilgan ne'matdir. Allohning buyruqlari ham omonatdir.

Tag'in ruhiy xastaliklarga g'azab, gina, hasad kiradi. Bu xastaliklarning hammasidan ruhimizni va irodamizni tozalashimiz kerak. Ayrimlar o'ylaydiki, ruhiy kasallar bu aqldan ozgan, ongsiz odamlar, deb. Vaholanki, ular ruhiy kasal emas, balki axloqiy kasallikka duchor bo'lgan, jamiyat qonuniga rioya qila olmaganlardir.

Yuqoridagi satrlarga nazar tashlasak, har birimizda ruhiy kasallik ozmi, ko'pmi mavjudligini botiniy his qilamiz. Demak, bu xastaliklarga katta shijoat bilan ichki jihod e'lon qilishimiz lozim.

So'fi tabib maslahatlari

1. Davolashdan ko'ra, organizm kasallanishining oldini olish afzal. Bu degan so'z, Sizni hech narsa bezovta qilmasa ham, har 3-5 oyda bir o'zingizni ko'rsatib, profilaktika yuzasidan dorivor o't-giyohlardan tayyorlangan damlamalarni ichib turing.
2. Organizmingizni qiynab, tashqariga chiqqan kasallikni davolashga ko'p ovora bo'lmang. Bu kasallikning kelib chiqishi sabablarini aniqlang, ketayotgan ichki salbiy jarayonni to'xtatish va unga barham berishga harakat qiling. Haqiqiy shifo kasallikning tomirini kesishdadir. So'fi tabib og'riq qoldirish hamda tez yordam ko'rsatish amallari bilan shug'ullanmaydi. Bunday hollarda hozirgi zamon tibbiyoti yordamidan foydalanishingiz mumkin.
3. Badan ekologiyasini saqlang. Ya'ni uni tig' tegishidan, uzoq vaqt kimyoviy dori-darmonlar ishlatilishidan asrang. Organizmda kasallikka qarshi kurashadigan kuch (immunitet) paydo qilishga harakat qiling. Shunda haqiqiy sog'lom odam bo'lasiz.
4. Jigar, buyrak, taloq va ichak faoliyatini nazorat qilib boring. Umurtqa pog'onasi va bosh-miyadagi musaffolikni saqlang. Bular sizning jismoniy va ruhiy (psixologik) salomatligingiz garovidir.
5. Ijobiy fikr yuriting, ruhingizni yagona yaratguvchi – Allohga qarating, shukrlar ayting, duolar o'qing va zikr qiling.
6. Eb-ichish va kiyinishga nisbatan texnokratik talablaringizni kamaytiring, qanoatli bo'ling. Bu dunyoning moli debon bel quvvatin ketkazmagil. Bu dunyoda jannat debon Allohsiz qalb-la ketmagil.
7. So'fi tabibga ixlos qo'yishga harakat qiling. Ammo shuni unutmangki, sog'lig'ingiz yagona Allohning qo'lidadir. Agar ixlosingiz ortmasa, natijadan qoniqmasangiz, sabrsiz bo'lsangiz – davolanishni to'xtating.
8. Hech bo'lmasa haftada 2 marta nafas olish va jismoniy mashqlarni bajaring hamda ruhiyatingizni mustahkamlaydigan Qur'oni karim oyatlarini qalbda 10-15 daqiqa takrorlang. (Qaysi mashqlarni bajarishni So'fi tabib ko'rsatadi.)
9. Qanday natija berishidan qat'i nazar, So'fi tabib ko'rsatmalarini mukammal bajaring va dorivor o't-giyohlarni oxirigacha iste'mol qiling.

Bilib qo'yganingiz yaxshi

Sizning Markazda davolana olishingizni, ta'bingiz, mijozingiz, ichki quvvat darajangiz bu tabobat sistemasiga to'g'ri kelish-kelmasligini So'fi tabib hal qiladi.

Haqiqatan sog'lom bo'lishni istasangiz, shoshmasdan, 3-5 kurs muolaja oling. Bilingki, qancha bafurja davolansangiz, shuncha chuqur shifo olgan bo'lasiz.

Agar ichki organlaringizda patologiya (xuruj) chuqur va jiddiy bo'lsa, o't-giyohlar ularni qo'zg'atib mazangizni qochirishi mumkin. Ammo bundan xavotir bo'lmasdan davolanishni davom ettiring, shunda barcha kasalliklar tashqariga chiqadi.

So'fi tabib maslahati bilan psixolog ko'rigi va suhbatidan o'tishingiz mumkin.

Bu Markazda davolanish faqat Sizning o'z xohishingizga ko'ra amalga oshiriladi. Siz istalgan paytda uni to'xtatishingiz mumkin.

Har kimning maslahatiga quloq solib, o'zboshimchalik bilan davolanishga urinmang, chunki Siz organizmda qanday jarayonlar ketayotganini bilmaysiz.

Shifo topishingizga ta'sir qiluvchi omillar: Allohga bo'lgan e'tiqodingizning kuchliligi; Alloh va odamlar oldida gunohlaringizning ozligi; tabibga bo'lgan ixlosingiz; tabib ko'rsatmalariga amal qilish, ularni o'z vaqtida bajarish; davolanishni uzluksiz olib borish va uni oxiriga etkazish; davolanish natijalaridan tabibni ogoh etish.

«Profilaktika» tadbiri

«Yassaviy-Turkiston» Xalq markazining kimyo sanoatida band bo'lgan odamlar bilan profilaktika ishlarini amalga oshirish borasidagi tajribasidan kelib chiqib, «Xerbaizm» tizimini amalga joriy etish tadbirlarini amalga oshirish mumkin.

Zararli kimyoviy ishlab chiqarish bilan bog'liq ishchilar uchun quyidagi tadbirlar o'tkaziladi:

1. Choy qilib ichiladigan «I.Sh.» dorivor giyohlari yordamida nafas olish yo'llarini tozalash.
2. Organizmning suv tizimini buyrak, siydik yo'li, tomirlar orqali tozalash va yangilash – «B1, B2» dorivor o'tlari choy qilib ichiladi.
3. Qonni va organizmning limfatik tugunlarini tozalash – «01, 02, V7, V8» dorivor giyohlaridan foydalaniladi.
4. «IShM» dorivor giyohini ovqatga qo'shib iste'mol qilib, oshqozon-ichak yo'lini tozalash.
5. Terini tozalash, teri kasalliklarining oldini olish – «IShB2, V1, V2» giyohlaridan vanna qabul qilish va cho'milishda foydalanish.
6. Quvvat kanallarini tozalash – maxsus nafas mashqlari va mashg'ulotlar o'tkazish.

So'fiy tabobatini, bunda inson organizmida sodir bo'luvchi barcha o'zgarishlar, klinik alomatlar va davolash usullarini hozirgi zamon tibbiyoti nuqtai nazaridan tavsiflash juda qiyin. So'fiy tabobati chuqur tibbiyot darajasiga mansub bo'lib, unga o'ziga xos yondashish talab etiladi. Yuqorida aytib o'tganimizdek, so'fiy tabobati barcha darajadagi kasalliklarni davolaydi. Vaholanki, an'anaviy tibbiyot faqat jismoniy darajani, ya'ni nisbatan yuqori darajalarda vujudga kelgan kasalliklarning faqat klinik belgilarinigina qamrab oladi.

Ushbu risola mualliflaridan biri – klinikalarda 20 yildan ortiq ishlagan tajribali vrach Evropaning etakchi klinikalarida malaka oshirgan, Afrikada tropik kasalliklarni davolash bo'yicha ta'lim olgan. Klinikada ishlash jarayonida biz o'ta og'ir kasalliklarga chalingan bemorlarga juda ko'p to'qnash kelganmiz, ba'zi bir bemorlarning hayotini saqlab qolishga ham muvaffaq bo'lganmiz. Ammo bizning ishimiz xurujning zo'rayish jarayonini sustlashtirish, bemorning ahvolini engillashtirishdangina iborat bo'lgan. Bemorni to'la-to'kis davolab, oyoqqa turg'azish masalasi hech qachon qo'yilmagan. So'fiy tabobati bilan tanishgunga qadar biz saraton kasalligini engish mumkinligini xayolimizga ham keltirmagan, organik o'zgarishlarni keltirib chiqaruvchi og'ir kasalliklarni davolabgina qolmay, organizmni avvalgi holatiga qaytarish ham mumkinligini bilmagan edik. Vaholanki, og'ir kasalliklarni so'fiy tabobati usulida davolash jarayonida insonning xastaliklardan forig' bo'lishi va hatto organizmning yosharishi kuzatiladi.

So'fiy tabobati sohasidagi ko'p yillik ish tajribamizda davolab oyoqqa turg'izgan barcha bemorlarni bu erda sanab o'tishning iloji yo'q. Hozirgi zamon tibbiyoti davolashga ojiz bo'lgan ko'pgina kasalliklar so'fiy tabobatida muvaffaqiyat bilan davolanib kelinadi. Jumladan:

- ostexondroz, radikulit, umurtqalararo bo'g'imlar churrasi maxsus massaj va gimnastik mashqlar tizimi, zarur holda esa dorivor giyohlar bilan davolanadi;
- migrenъ, bosh miya tomirlari patologiyasi, eshitish va ko'rish qobiliyatining pasayishi, rinit kasalliklari maxsus «nafsi notiq» amali yordamida davolanadi;
- gipertoniya kasalligi, yurak-qon tomir sistemasi kasalliklari va qand diabeti dorivor giyohlar bilan davolanadi;
- buyrakdagi tosh maxsus dorivor giyohlar ichish nazarda tutilgan 1-2 davolanish kursidan keyin siydik bilan tushib ketadi, o'tpufakdagi tosh esa – 3-4 kursdan keyin tushib ketadi, yangi tosh hosil bo'lish jarayoni to'xtaydi, toshlar maydalanib oshqozon-ichak yo'li orqali tushirib yuboriladi;
- shuningdek gastrit, oshqozon-ichak yo'llari kasalliklari, shu jumladan oshqozon yarasi, buyrak shamollashi, ginekologik kasalliklar, prostatit, surunkali va yuqumli sariq kasal ham juda oson davolanadi.

So'fiy tabobatidan ruhiy kasalliklar bilan xasta bemorlar ham shifo topadilar.

Onkologik kasalliklarni davolashda birmuncha jiddiy yondashuv talab etiladi. Quyida bunga bir nechta misollar keltirib o'tamiz.

Biz o'z tajribamizda duch kelgan birinchi bemor 1943 yilda tug'ilgan, Toshkent shahrida istiqomat qiluvchi D.X. bo'lib, unga IV darajali qizilo'ngach raki deb tashxis qo'yilgan edi. Bemor suv ichish va ovqat eyishga qiynalar, tomog'idan quyuq ovqat o'tmay qo'ygandi. U uch-to'rt oy ichida salkam 20 kiloga ozib ketgan edi. Rentgen tekshiruvlari qizilo'ngachning o'tish yo'li 0,2 sm ekanligini ko'rsatdi. Bemor yordam so'rab Frantsiya va Germaniyadagi nufuzli klinikalarga murojaat etgan, bu erda unga kasallikni operatsiya yo'li bilan davolashni taklif qilishgan edi.

Markazda bir kurs davolanganidan so'ng bemorning umumiy klinik ahvoli yaxshilandi. Ikki-uch kurdan keyin bemor suyuq ovqatni ham, quyuq ovqatni ham qiynalmay iste'mol qila boshladi. Uning umumiy ahvoli keskin yaxshilandi, bemor 6 kiloga semirdi. To'rt oydan so'ng rentgen tekshiruvidan o'tkazilganida qizilo'ngachning o'tish yo'li kengayib, 2 sm ni tashkil etgani aniqlandi.

Jizzax shahrilik, 1968 yilda tug'ilgan A.M. ismli bemor bizga bronxial astma kasalligi bilan murojaat etdi. Bemor haqida anamnez ma'lumotlarini to'plash jarayonida biz u ilgari qanday kasalliklar bilan og'rigani haqida qiziqdik. A.M. bolaligida o'tkir leykoz kasalligi bilan og'riganini, gormonal va kimyoviy vositalar bilan uzoq vaqt davolangani, ular natija bermagach, otasi dori-darmonlar bilan davolashdan voz kechganini ma'lum qildi. Markazda davolanish jarayonida bemorning to'liq klinik sog'ayishi qayd etildi.

Toshkent shahrilik, 1960 yilda tug'ilgan X.X. ismli bemor Markazga jigar va o'pka exinokokki kasalligi bilan murojaat etdi. U mazkur kasallik bo'yicha muqaddam uch operatsiyani boshdan kechirgani, o'zini to'rtinchi operatsiyaga tayyorlashayotganini ma'lum qildi. Tashxis ultraovozli diagnostika va rentgen tekshiruvlari bilan tasdiqlandi. Bir kurs davolashdan so'ng bemorda exinokokk po'rsildoqlari ichakdan tushib ketishi qayd etildi.

1966 yilda tug'ilgan toshkentlik A.M. ismli bemorga og'ir bronxial astma degan tashxis qo'yilgan edi. Bemor bir yil mobaynida Toshkent va Moskvadagi etakchi klinikalarda davolandi, ammo dori-darmonlar samara bermadi, kasallik zo'rayib, bo'g'ma xuruji qilishda davom etdi. Markazda bemorga mahalliy kortikosteroidlar bilan davolanish tayinlandi, keyin u dorivor giyohlar bilan besh kurs davolandi. Shundan keyin o'tgan uch yil mobaynida bemorda biror marta ham bo'g'ma xuruji kuzatilmadi.

1965 yilda tug'ilgan A.R. ismli bemor yoyiq skleroz, bosh miya tomirlari atrofiyasi hamda gormonlarga tobelik bilan murojaat etdi. Bungacha u bir yil mobaynida dori-darmonlar bilan davolangan, gormonal preparatlarni katta dozalarda qabul qilgan edi. Markazda o'tkazilgan etti davolanish kursidan keyin bemorda gormonlarga tobelikka barham berildi, kasallikning klinik ko'rinishlari g'oyib bo'ldi. O'zini yaxshi his qila boshladi.

1950 yilda tug'ilgan, Buxoro shahrilik A.T. ismli bemor o'tkir leykoz kasalligi bilan murojaat etdi. U gematologiya institutida o'ta og'ir holatda yotgan edi. Bemor bu erda

bir necha kimyoviy davolash (vinefistin bilan) kursidan o'tdi, unga plazma va qon quyildi. Markazga murojaat etilgan paytda u kuniga olti tabletkadan prednizolon ichar edi. So'fiy tabobati usulida besh kurs davolanganidan keyin bemorning prednizolonga tobeligiga barham berildi, uning umumiy ahvoli me'yorga keldi. Bemor sog'ayib avvalgi ishiga qaytdi.

Toshkent viloyatida istiqomat qiluvchi, 1959 yilda tug'ilgan I.Sh. ismli bemor yurak ishemiyasi, gipertoniya kasalligining noritmik shakli va o'tpufakda tosh to'planishi kasalliklari bilan murojaat etdi. Uning ko'krak sohasi muttasil simillab og'rir, arteriya qon bosimi ko'tarilib turardi. Ikki yildan beri kornor preparati qabul qilar, elektr kardiogrammasida yurak urishi maromida kuchli buzilishlar, oshqozon ekstrastollari qayd etilgan edi. Markazda uch davolanish kursidan o'tganidan keyin bemor o'zini yaxshi his qila boshladi, og'riqlar barham topdi, EKG ko'rsatkichlari normallashti, u kornor preparatini qabul qilishni to'xtatdi. Shundan so'ng bemor o'tpufakda tosh to'planishiga qarshi uch davolanish kursidan o'tdi. Ultraovozli diagnostika apparatida tekshirilganida bemorda har biri 0,5 dan 2 sm gacha kattalikdagi 6 ta tosh qayd etilgan edi. Birinchi davolash kursidan keyin toshlarning maydalanishi kuzatildi. Ikkinchi davolash kursidan keyin toshlar tushib ketdi, o'tpufakda faqat qum qoldi. Uchinchi davolash kursidan keyin qum ham tushib ketdi.

1931 yilda tug'ilgan I.O. ismli bemor yigirma yildan beri o'n ikki barmoqli ichak yarasi hamda pilorus stenozidan azob tortib kelar edi. Markazga murojaat etgunga qadar bir necha marta statsionarlarda yotib davolangan, qon ketishi oqibatida bir necha bor reanimatsiyaga ham tushgandi. So'fiy tabobati usulida besh davolanish kursidan o'tganidan keyin bemorda kasallikning klinik alomatlarini butunlay yo'qoldi. Gastroskopik tekshiruvda o'n ikki barmoqli ichakdagi yaraning butunlay chandiqlanib bitishi aniqlandi. Bemor tuzalib hayotga qaytdi, ichak yarasiga qarshi dorilar ichish va parhezga rioya qilishni to'xtatdi. Sakkiz yildan beri o'zini sog'lom his qiladi.

1970 yili tug'ilgan O.X. ismli bemor klinikada diffuz neyrodermit tashxisi bilan davolanardi. Kasallik og'ir kechar edi. Bundan tashqari, bemor bolaligidan atopik dermatit bilan og'rirdi, oziq-ovqat va dori-darmonlardan kuchli allergiya kuzatilardi. Klinikada amalga oshirilgan allergiyaga qarshi davolash samara bermadi. Bemor har oyda diprospan gormonal preparatini qabul qilardi. Bemorning terisi qashlash natijasida shililib qizargan, shuningdek unda mayda toshmalar, ekssudatlashgan uchastkalar kuzatilar edi. Markazda besh kurs davolanganidan keyin bemorning ahvoli yaxshilandi, terisidagi toshmalar yo'qoldi. Parhezga barham berildi. Shundan beri o'tgan besh yil mobaynida bemor o'zini yaxshi his qilmoqda.

SO'FI TABIB AMALIYOTIDAN MA'LUMOTLAR VA MASHQLAR

So'fiya ta'limoti dunyodagi eng sehrli, eng jozibali, shu bilan birga eng sodda va hayotga tatbiq etilishi oson bo'lgan ta'limotdir. Qiziquvchilar mustaqil shug'ullanishi uchun quyidagi zikr mashqlarini taklif etamiz.

Ertalabki mashqlar

So'fiylarning ertalabki mashqari: Xudoni zikr etib uyg'onmoq, turmoq, keyin namozdan oldin ijobiy, ruhni ko'taruvchi, sevinchli hissiyotlarni eslamok. O'zingizga kelish uchun bir necha mashqlarni bajaring: mushukday egilib cho'zilmoq, elkalarni, qo'llarni qimiratmoq, nafasni rostlamoq; so'ng sekin badan massajini boshlang, barmoqlardan boshlanadi: qo'llar, tirsak, bo'yin, ko'krak, qorin, jinsiy olat, boldir, tizza, oyoqlar, tovon, barmoqlar massaj qilinadi. Keyin yuz, ya'ni quloq terisi, burun ichi, lunj, jag', ko'z, qorachiqlar, kiprik, chakka... uqalanadi. Bosh xuddi soch yuvgandagi singari massaj qilinadi. Massaj qilish jarayonida siz ruhan davolanayotganingizni unutmang. Mashqlarni sokin, xotirjam bajaring, shunda qushdek engil tortasiz va kunni yaxshi kayfiyat bilan kutib olasiz. Mashqlarni yakunlaganingizdan so'ng cho'miling, cho'milish jarayonida kimga sog'liq tilamoqchi bo'lsangiz, o'sha odamni eslang, unga yaxshilik tilang, ilohiy dunyoni zikr qiling. Shundan keyin sekin kiyining. Bir necha minut chuqur, kindikdan tepaga qarab nafas oling, Xudoni bir nafasda zikr qiling. Shundan keyin bemalol namozga kirishing. Namozdan so'ng esa Alloh haqida zikr qilishni unutmang. Zikrni tamomlaganingizdan keyin bir stakan suv olib duo o'qing va u suvni ichib yuboring. Kun bo'yi buyruqlarini bajaring. Tahoratli bo'lgan holda, jismonan va ruhan toza qolishga harakat qiling. Sizning yurak urishingiz va nafas olishingiz Alloh bilan bog'liq bo'lishi lozim. Xudoga shukronalar ayting, doim unga iltijolar qiling, undan yo'l so'rang, jihod bu faqat muqaddas urush emas, balki Xudoga har kuni astoydil intilishdir. Zikrni har doim o'zingiz istagan, xohish paydo bo'lgan paytda yoki majbur bo'lganda qiling.

Oqshomgi mashqlar

Xuftondan keyin ertalabki zikr mashqlarini qaytaring. Uyqudan oldin nafas mashqlarini bajarib, butun xato va nuqsonlarni, muammo va mushkulotlarni o'ylab, ularning bosh bo'shlig'idan yo'q bo'lishini tasavvur qiling. Aqlingizni ruhiy kuch bilan ulang, jismonan, aqlan va ruhan - batamom davolanishni, kimga yordam berishni istasangiz, o'sha odamni o'ylang. U bilan suhbatlashing va uyquni boshqaring. Xudoni eslab uxlang va ruhiy boylikda orom oling.

So'fi quvvat massaji (uqalash)

Ushbu massaj usulining tarixi olis moziyga borib taqaladi. Aniqrog'i, bu massaj sistemasi IX-XIII asrlarda rivojlanib, haqiqiy tibbiy massaj darajasiga etgan.

Bu massajning asosiy maqsadi kasallikni davolash emas, balki undan ham muhim bo'lgan quyidagi masalalarni hal etishdan iboratdir:

Chuqur ichki konservativ (yashirinib yotgan) kasalliklarni tashqariga chiqarish.

Odam organizmida ichki immunitet (qarshilik) kuchini vujudga keltirish.

Insonning efir (moviy), astral (egizak), mental, ilohiyatga yaqin badanlaridagi hali organizmda jismoniy holati paydo bo'lishga ulgurmagan buyruq (signal) holatdagi xastaliklarni yo'q qilish.

Ichki quvvat kanali (yo'li) sistemasini yaxshilash.

Charchoq holatidagi pay, muskul, suyak va asablar faoliyatini izga solish.

Inson badaniga hordiq berish.

«Nafsi notiq» amali

Ushbu amal faqat so'fi tabobatiga taalluqli bo'lgani uchun ham «nafsi notiq» deb yuritiladi. Bu ibora «Yaratganga yaqinlik darajasi» degan ma'noni anglatadi.

«Nafsi notiq» o'ta mukammal maxfiy va samarali amallardan hisoblanadi. Bu amalni shu yo'lda yuruvchi pokiza, usta tabib bajarishi mumkin. Mazkur amal orqali odam miyasidagi xastalikni keltirib chiqaruvchi buyruq vositalari yo'q qilinadi. Shundan keyingina kasallikning sababi va jismoniy holatdagi Sizga sezilgan belgilari yo'qotilishi lozim.

Ushbu amal orqali quyidagi xastaliklar davolanadi: har qanday bosh og'rig'i, miya, tish, jag', ko'z, quloq, limfa bezlari, allergiya, hid sezmaslik, asab kasalliklari, angina bezlari.

Amal faqat So'fi tabib maslahatlaridan keyingina qabul qilinadi.

Shifo joynamozi

Ushbu joynamoz odatdagi namozdan tashqari istalgan paytda 2 rakaat niyat namozi o'qish uchun mo'ljallangan. Masalan, bu Allohdan sog'lik-salomatlik, bardamlik, tetuvlik, harakatchanlik, ravshanlik va xotirjamlik so'rab o'qiladigan namozdir.

Niyat bajo keltirilganidan so'ng birinchi rakaatda «Fotiha», «Falaq» va «Nos» suralari o'qilib, badan uchun muhofaza masofasi tashkil qilinadi.

Keyingi rakaatda «Fotiha», «Asr», «Quraysh» suralari o'qilib organizmda ijobiy quvvat tizimi tashkil qilinadi.

Zikrda Qur'oni karimdan shifo o'qilib omin qilinadi.

Qolgani faqat Alloh taologa ma'lum bo'lsin.

Ushbu joynamozdan besh vaqt namoz uchun ham foydalanish mumkin. Shuningdek ko'zga tashlanadigan joyga osib, shifo belgisi sifatida ham foydalansa bo'ladi.

Zikrxona – chillaxona majmuasi

Qadim zamonlardan beri xalqimiz duo va dam solib davolash usulidan foydalanib keladi. Ushbu majmua xuddi mana shu usul bilan davolashga mo'ljallangan. Zikrxonada duodan tashqari Qur'oni karim mantralarini o'qib davolash, zikr qo'yish mumkin.

Chillaxona o'ta og'ir bemorlarga, jumladan, ruhiy va saraton (rak) kasalliklari bilan og'rigan bemorlarga mo'ljallangan bo'lib, so'fiylar davolashga kirishishdan oldin chillada o'tirib o'zlarini poklashgan, salbiy ichki quvvatlaridan qutulib, ruhiyatlarini mustahkamlashgan.

Ushbu majmua IX-XIII asrlarda mavjud bo'lgan zikrxona (xilvatxona) loyihasi asosida 1994 yilda barpo etilgan.

Duo bilan quyidagi kasalliklarni davolash mumkin: asab xastaliklari, bosh og'rishi, uyqusizlik, qizilo'ngach raki, ayollardagi tug'maslik kasalligi, quvvatliy bod, vahima, o'ta mag'rurlik, ruhiy xastaliklar va h.k.

So'fiy avliyolar qabristoni

Markaz hududida avvaldan qabriston bo'lgani sababli, bitta umumiy qabr majmuasi tashkil qilishga kelishildi. Bu qabr shu erda dafn etilganlarning tuproqlaridan olingan va Markaziy Osiyoda yashab, avliyo darajasina etgan so'fiylarning qabrlaridan olingan tuproqlar, shuningdek Makkai madinadan olib kelingan xoki poy majmuasidan iboratdir.

Mazkur qabrni tashkil etishdan maqsad bu erga keluvchilarning ruhiyatini kuchaytirish hamda sog'liqlariga ijobiy ta'sir qiladigan energetik jarayonni vujudga keltirishdan iborat.

Quvvatliy tog' toshi

Ushbu quvvatliy tosh ilk bor bundan 600 yil muqaddam avliyolar tomonidan qo'llangani haqida ma'lumotlar bizgacha etib kelgan. Bu harsang tosh Baxmal tumanidagi

Uzunbuloq qishlog'i masjidi oldida azon aytish, zikrga o'tirish va xastaliklarni davolash uchun qo'llanilgan. Uning tagiga Makkai madina va boshqa muqaddas joylardan olib kelingan 40 dona mayda toshlar ham qo'yilgan.

Ushbu quvvatiy tosh orqali 3 ta vazifa bajariladi: azon aytish, zikrga o'tirish va ruhiy quvvatni mustahkamlash, kunning ma'lum vaqtlarida har xil holatda tosh ustida o'tirish bilan quyidagi kasalliklarni davolash: quvvatiy bod, ayollik va erkaklik tuxumdoni va bezlarining shamollashi, nevrasteniya, limfa bezlarining shamollashi va h.k.

Quvvatiy tog' toshiga maslahat olmasdan o'tirish man etiladi!

Dorivor «Ko'k (sirli) masjid» choyi

«Ko'k (sirli) masjid» dorivor o'tli choyi sakkiz xil bebaho o't-giyohlardan tayyorlanadi. Bu dorivor o't-giyohlar ekologik jihatdan toza, ultrabinafsha nurlar va tosh-ma'danlarning quvvatiga to'yingan bo'lib, Pomir, Tayanъ-shanъ va Baxmalning baland tog' tizmalaridan terib keltiriladi.

Bu shifobaxsh choy o'zining betakrorligi va hammabopligi bilan ajralib turadi. Bu choy yurak qon tomiri, oshqozon, ichak, siydik yo'llari va buyrak xastaliklarini davolash hamda profilaktika qilishda qo'l keladi.

«Ko'k (sirli) masjid» dorivor o'tli choyi organizmdagi har xil to'siqlarni yo'qotishda muhim o'rin tutadi. U har qanday zaharlanishning oldini oladi, ovqat hazm qilishni, uyquni va kayfiyatni yaxshilaydi, ruhni bardamlashtiradi va charchoqni yo'qotadi.

Bu choyi har kim uzoq vaqt mobaynida ichishi mumkin bo'lib, uning hech qanday salbiy ta'siri yo'qligi aniqlangan.

Tayyorlash va ichish tartibi:

1 litr suvga 1 osh qoshiq choy solinib 3-5 minut qaynatiladi.

1 litr qaynagan suvga 1 osh qoshiq choy solinib 10-15 minut damlanadi.

Dorivor o't-giyohlarni saqlash qoidalari

Bu dorivor o't-giyohlarni saqlash uchun alohida sharoit yaratish (muzday joyda saqlash) shart emas, chunki ular 2 yilgacha buzilmaydi.

Dorivor o't-giyohlardan damlamalar tayyorlash va ularni ichishda quyidagilarga e'tibor bering:

havo issiq kunlarda damlamalarni keragicha tayyorlang;

damlama solingan idishning og'zi ochiq qolmasin;

tuzalib ketganingizdan keyin ham ularni tashlab yubormang, bir kuni kelib asqotishi mumkin;

o't-giyohlarni mumkin qadar o'z idishida saqlang;

ayrim o't-giyohlarda (B2T, AB, ROM kabilarda) o'zining kapalagi yoki paydo bo'lishi mumkin, buning ziyoni yo'q;

paketga joylangan o't-giyohlarni saqlash muddati – 2 yil, kerosinli o't-giyohlarni saqlash muddati – 1 yil, qiyomlarni saqlash muddati – 5 yil, asalli damlamalarni saqlash muddati – 12 yil, spirtli damlamalarni saqlash muddati – 2 yil, kukunli damlamalarni saqlash muddati – 4 yil, tomirli damlamalarni saqlash muddati – 5 yil.

Dorivor o't-giyohlardan tayyorlangan damlamalarni ichish qoidalari

1. Ularni vaqtida va keragicha iching.

2. Ichish paytida quyidagilarga e'tibor bering:

qulay o'tiring yoki turing (ayniqsa, V7,8,9,10, OT1,2,3; ED o't-giyohlaridan tayyorlangan damlamalarni ichishda;

9-33 marta sekin nafas oling va chiqaring;

giyohlarni iliq yoki isitib iching;

hech shoshilmang, iloji boricha giyoh ta'sirini his qiling;

Alloh taoloni eslab iltijo qiling;

damlamalarni ichish jarayonida keraksiz mashg'ulot yoki gaplar bilan ovora bo'lmang;

giyohlarning achchiq, qo'lansa hidi va ta'miga e'tibor bermaslikka harakat qiling;

hech ikkilanmang, xavfsiramang, vahima qilmang, iloji boricha ijobiy fikr yuriting;

salbiy o'zgarishlar sodir bo'lsa, tezda xulosa chiqarmang, biroz dam olib kuzating.

So'fi tabib ichayotgan o't-giyohlaringiz foydali va shifobaxsh ekanligiga kafolat beradi, qolgani faqat Allohga ma'lum.

Ruhiy, axloqiy va jismoniy barkamollashish tizimi

1. Ertalabki ibodatdan keyin turgan va o'tirgan holda 9-33 marta burundan chuqur nafas olib, og'izdan chiqaring. Iloji boricha nafas kirishi va chiqishini kuzating.
2. Ikki mahal – ertalab va kechqurun bir joyda 100 marta o'rtacha balandlikka sakrang.
3. Ertalab va kechqurun 300 metr-1,5 km lo'killab sekin yuguring yoki yuring.
4. Balandlik va pastlikka qarab yurishni o'zingizga odat qiling. Bosh, elka va tanangizning pastki qismlari bilan 9x9(3 martadan aylana harakatlar bajarib turing.
5. Ishingiz va qiziqishlaringizdan tashqari o'zingizga ma'qul sport turlaridan birini tanlang va u bilan shug'ullaning. Masalan, engil gimnastika mashqlari, yoga, velosport bilan shug'ullaning, piyoda yuring.
6. Organizm ichki quvvatining ota-bobolar quvvati bilan bog'liqlik tizimini mustahkamlash uchun ota-onangiz, qarindosh-urug'laringiz bilan yaxshi munosabatda bo'lishga harakat qiling.
7. Ertalab va yotishdan oldin «Fotiha», «Falaq», «Nos», «Asr», «Ixlos», «Qodir» suralarini qiroat bilan o'qing. Atrofingizda to'siq va ijobiy quvvat tizimini paydo qiling.
8. «La ilaha illalloh
 La ma'buda illalloh
 La mavjuda illalloh
 La maqsuda illalloh» zikr so'zlarini tasbehda 100-1000 marta tushirishni odat qiling.
9. Tasavvuf sistemasidagi Mashqlar tizimini o'rganing va hayotingizga tatbiq eting.
10. «Tasavvufdan davo izlang» kompozitsiyasini mukammal o'rganib chiqing, o'z yo'lingizni va darajangizni toping (kompozitsiyani Markazdan olishingiz mumkin).

Sizning jismoniy va ruhiy sog'lig'ingizga doir ayrim muhim maslahatlar

1. O'z vaqtida ovqatlanish va uxlashga odatlaning. Agar bular me'yoridan oshsa, ko'proq harakat qiling va nafas olib yuboring.
2. Issiq-sovuqni aralashtirishga, ya'ni birvarakay dush, hammom va saunaga tushishga odatlanmang. Tanangizga o'ta ta'sirchan jarayonli maqom ishlatmang.
3. Uyguga hech qachon yalang'och holatda yotmang. Organizm haroratini saqlang.
4. Boshingiz, sochingizni ertalab yuvishga odatlanmang, ho'l bosh bilan tashqariga chiqib ketmang.
5. Ochlik bilan davolanishga va sun'iy ravishda ozishga urinmang. Organizmdagi mikroflora muvozanatini saqlang. Bir kunlik sog'liqni o'ylab yashamang.

6. Agar ichki salbiy hodisalarga jihod e'lon qilsangiz, o'zingiz o'zingiz uchun katta tabib bo'lib qolishingiz mumkin.

7. Umidsizlik, ishonchsizlik, qo'rquv, manmanlik, vahima, bo'shlik, hasadgo'ylik, salbiy fikrlilik, sun'iylik kasalliklarga sabab bo'luvchi omillardir.

8. Qoningizni tozalash uchun ko'p miqdorda choy va suyuqlik ichishni odat qiling. Kuniga 2-5 litrgacha suyuqlik iching. Ko'proq suyuq va issiq ovqatlar eng.

9. Ko'p cho'milishga o'rganmang. Tahorat qilishga odatlaning.

10. Ko'proq kulishga, hazillashishga va askiyani tushunishga harakat qiling.

Yuqorida ko'rsatilgan tizim va berilgan maslahatlarni So'fi tabib bilan muhokama qilgandan keyin amalga oshirishga kirishing.

Sog'liqni saqlash va ichki ruhni mustahkamlashga mo'ljallangan so'fiy mashqlari

1. 7(1(7 ... darajasidagi nafas olish sistemasi.

2. Yurak qon tomiri uchun harakatdagi 7 nafas olish sistemasi.

3. «Koinot» nafas olish mashqi, 33 marta.

4. Miya va aloqa sistemasini tozalashga mo'ljallangan nafas olish mashqi.

5. «So'fi-darvish» nafas olish sistemasi: 1-9 qadam.

6. «Hu-Ha» nafas olish sistemasi: o'pka va o'pka pardasi uchun.

7. Oyoq va qo'llar uchun mo'ljallangan 4 ta mashq.

8. (J(mantra mashqi.

9. Oshqozon-ichak inshoati uchun mashqlar.

10. Ichki organlarni quvvatliq massaj qilish sistemasi (9(9) (3 martadan.

Eslatma. Davolanayotgan paytingizda mashqlarni ertalab va kechqurun bajaring, qolgan paytlarda haftada 2 marta – ertalab va uyquga yotishdan oldin bajaring.

Nafasga, harakatga va ularni miya nazoratidan o'tkazishga e'tibor bering.

Eng muhimi hech qanday natija kutmang, chunki bu chuqur va quvvatliq jarayondir.

Mashqlarni o'zingiz uchun bajaring!

Miya va aloqa sistemasini tozalashga mo'ljallangan nafas olish mashqi

- Ertalab va kechqurun;
- tizzaga o'tirgan holda, fikr boshda;
- sajdaga borayotganda nafas burundan olinib, peshona barmoq oralariga qo'yiladi va nafas 30 sekund – 1 minut ushlab turiladi;
- nafas og'izdan chiqarilayotganda ko'tarilib, bosh joyiga kelguncha bir holda turiladi;
- mashq 3-9 marta bajariladi.

Badandagi moviy bo'shliq (ruhiyat)ni mustahkamlashga mo'ljallangan maxsus mashqlar

1. Alloh – Alloh – nafas oling va chiqaring – 33 marta.
2. 3, 13, 19, 33 marta Allohni nafas bilan chiqarish.
3. Qiroat (baland ovozda, «Fotiha», «Oyatal kursi», «Kafirun», «Ixlos», «Asr», «Falaq», «Nos» suralari).
4. 13, 33 marta faqat burunda nafas olgan va chiqargan holda ilohiy mushohada.

Eslatma. Mashqlar ertalab, oqshom va yotishdan oldin bajarilishi mumkin.

Mashqlarni o'ta e'tibor bilar bajaring, ikkilangan holda maslahatlashing.

So'fi tabib ogohlantiradi: mashqlar faqat to'g'ri yo'lda yuruvchilar uchun mo'ljallangan.

Qadimgi milliy an'analar asosida davolash usullari

Markaziy Osiyo hududida xalq tabiblari, duochilar hamda ilohiy ilm va karomatga ega bo'lgan so'fiylar qadim zamonlardan beri turli xastaliklarni ichki quvvat va ruhiy ta'sir qilish orqali davolab keladilar. Bunday davolash usullari jumlasiga massaj, o't-giyoh, duo, suhbat, tumor yozib berish bilan davolash, shuningdek tananing ma'lum og'riq, bod, salbiy quvvat to'xtab qolgan joylariga qamchi bilan urish, o'tkir milliy pichoq bilan quvvat inshoatini to'g'rilash kabi muolajalar kiradi.

Bunda oilaviy an'ana darajasida shakllangan maxsus temirdan yasalgan «Shifo qilichi» nomli tig'-qilich bilan davolash usuli alohida o'rin tutadi. Bu qilich yordamida odam tanasi atrofidagi bioenergetik, ruhiy holatga, salbiy quvvat sistemasiga ijobiy ta'sir

ko'rsatish, organizm atrofida kurasha oladigan immunitet sistemasini yaratish yo'li bilan fiziologik, energetik va ruhiy sog'lomlikni saqlash masalalarini hal qilish mumkin.

Albatta, bunda jiddiy davolash sistemasini ishga solishda Qur'oni karim oyatlaridan, shakli daryo (manada), shakli sharshara (mantra) va shakli harakat (obraz)lardan ham foydalaniladi. Davolash amallari maxsus tayyorgarlikdan o'tgan, ichki olam quvvatlariga ega bo'lgan mutaxassis tomonidan bajarilishi nazarda tutiladi.

Bu usullar bilan quyidagi kasalliklar davolanadi:

ruhiy (psixologik) tushkunlik;

qo'rqqoqlik;

quvvatsizlik;

quvvatliy bod;

ishonchsizlik;

manmanlik;

yolg'onchilik;

o'ta mag'rurlik;

jahldorlik;

ichi bo'shlik (madorsizlik) va boshqa hokazo kasalliklar.

Bu usullarda davolanish faqat So'fi tabib ko'rigidan va maslahatidan keyingi amalga oshiriladi.

DONISHMAND SO'FIYLARNING MAQOLLARI VA MASLAHATLARI

Ichi toza bo'lganning sog'lig'i ham yaxshi bo'ladi.

Sog'lom bo'laman desang, «rashk» so'zini unut.

Sog'lom bo'laman desang, o't-giyohlar bilan mashg'ul bo'lishni o'zingga odat et.

Qirq yoshdan keyin yaxshi tabibing bo'lsin, agar u bo'lmasa, yaxshi tobuting bo'lsin.

Masihning davo nafasi Allohning yaratguvchilik nafasidan dalolatdir.

Bilim - qalbning davosidir.

Har kimda yuz boshqa, har kimda qalb boshqa.

Bir oilaga ega bo'lish baxtlardan biridir.

Agar tabib bo'lolmasang, tabibga yaqin yurgin.

TASAVVUF

LUG'ATNOMASI

1. Obid – diniy farzlarni bajaruvchi shaxs Islomda «obid» deb ataladi.
2. Zuhd – axloqiy yo irfoniy maqsadga etishish vositasini ifodalovchi tariqat maqomotidan biri. U dunyo bilan bog'liqlikni bad (yovuzlik) sarchashmasi, tarkidunyochilikni xayr (ezgulik) sarchashmasi deb biladi. Zuhdning arabiy yozuvidagi

birinchi harfi «z» - tarki zinnat, «h» – tarki havoyu havas, «d» – tarki dunyo deb zohidlar talqin qilishgan. Zamona nobarobarliklariga nisbatan e'tiroz ramzi sifatida vujudga kelgan.

3. Zohid – tarki dunyochilik bilan shug'ullanib, uzlatni ixtiyor etgan kishi. Shar' ahkomining botiniy javoblariga ahamiyat beruvchi zohidlar hayot tarzi obidlarnikidan farq qiladi. VI-VII asrlarda tashakkul topgan. VIII asr ibtidosidan boshlab zohidlar axloqiga tasavvuf rusumi-odobi (faqr, sabr, qanoat, riyozat, zikr, ibodat va hokazo) qo'shildi. Tasavvufning boshlang'ich shakli sanaladi. Keyinchalik zohidlar tasavvufning ilk namoyandalari bo'ldilar.

4. Zikr – tasavvufda soliklarning Xudo nomini tilga keltirishlari hamda o'y-fikrlarini unga qaratishlariga aytiladi. Ushbu tasavvufiy hol Qur'oni karimning «faazkaruni askarukum» oyatidan (meni eslanglar, men sizni eslayman) ma'naviy g'izo olgan. Zikr so'fiyga mushohada holatiga o'tish uchun imkoniyat tug'diradi. Zikrning asosiy sharti shuki, so'fiy barcha ruhoniylar kuchlarini unutadi. Shuning uchun ham ba'zi so'fiylar zikrni besh vaqt namozdan ustun desalar, boshqalar, masalan, G'azoliy o'zining «Kimyoi saodat» asarida ibodatu namoz Xudo nomini zikr qilish bilan barobar ekanligi, Kalomi Majidni tilovat etishlik eng buyuk ibodat sanalishini yozadi.

5. Ilhom – diniy ta'limot bo'yicha Xudo olami g'aybdan xoslar ko'ngliga soladigan tuyg'u. Din muhaqqiqlari ilhomni vahiyga tobe' deb biladilar. So'fiylar ta'limotida ilhom mafxumi baland maqomga ega, ularning fikri bo'yicha Xudo uni ikki yo'l orqali oshkor qiladi: alohida olingan shaxsga uning ongida ma'rifatni joylashtirish yo'li orqali va umuman, insonga elchilar vositasi ila dastur va ma'lumot orqali. Birinchisi ilhom, ikkinchisi esa vahiydir. Agarda vahiy Rasul payg'ambar farishta orqali qabul qilib ommaga etkazsa, ilhom alohida kishilarga xosdir. Haqiqiy ma'rifat uchun ilhom salohiyati xususida so'fiylar orasida turli aqidalar mavjuddir.

6. Ahvol – holning ko'pligi, tasavvufda solikning maxsus ruhiy holatini aytishadikim, u tariqatning tarkibiy qismi bo'lib, so'fiy qalbiga go'yo ilohiy inoyat orqali kirib keladi. Solik maqomot silsilasini bosib o'tgandan keyin ahvol vositasi ila Allohning zotu sifatini bevosita anglay boshlaydi. Abunasri Sarroj «Al-lama' fittasavvuf» kitobida soliklar ahvolini 10 qismga ajratadi: muroqibat, kubr, muhabbat, xavf, rizo, shavq, uns, etminon, mushohada va yaqin. Maqomot va ahvol bir qarashda diniy masala ko'rinsalarda, aslida tasavvuf ta'limotining yakuniy maqsadlarini ifoda etuvchi lafziy mafhumlardir. Asosiy g'oya insoniy ma'naviy etuklikka hidoyat etish va inson maqom martabasini Xudolik darajasiga ko'tarishlikdir.

7. Baqo – so'fiyada fanodan keyingi tasavvuf ahvolining oxirgi zinasi bo'lib, unga erishish uchun solik barcha moddiy sanalgan ishlardan pok bo'lgan holda, uning ruhoniylar jihatlari hayvonning jihatlaridan ustun kelishi, u bevosita Xudoni anglamog'i darkor. Fano marhalasida agarda so'fiy Allohning ismi sifatlarini tanib olsa, baqoda u ilohiy haqiqatning zotini tushunib etadi va barcha moddiy olamni e'tiboriy amr sifatida Xudoga barobar deb biladi. So'fiy bir ko'zi bilan Xudoni va ikkinchi ko'zi orqali olamni barobar ko'radi. Shuning uchun ham o'zida foniylar bo'lib, yana o'zida boqiy bo'lgan kishini «zuaynayn», ya'ni ikki ko'zli yoxud ikki ko'z egasi deydilar.

8. Darvesh – gadolik bilan umr kechiruvchi xos tabaqa odamlarni aytishadi. Tariqat soliklari va so'fiylar silsilasi a'zolarini, ovogarchilik bilan shug'ullanuvchilarni darveshlar deyishgan. Ma'naviy hayotda darveshlar nufuz paydo qilganliklaridan keyin so'fiyada bir oqim bo'lib darveshiya oqimi nomi bilan tashkil topdi.

9. Darveshiya – tasavvuf silsilalaridan biri, IX-XI asrlarda Bag'dod, Ko'fa, Basra shaharlarida paydo bo'lgan. Izdoshlari uzlatda, go'shanishinlik bilan shug'ullanib, zuhdu taqvoni targ'ibu tashviq qilishardi. Mazkur silsila payrovlari ko'pincha shahar kosib-hunarmandlari ahliidan bo'lib, gadolik-tilanchilik bilan shug'ullanib, irfoniy she'rlar o'qir edilar. Darveshlar o'zlari uchun xonaqohlar va maxsus zoviyalar tuzib, unda suhbat va irfoniy bahslar, munozaralar uyushtirishardi.

10. Kashf, mukoshafa – tasavvufda g'aybiy ma'nolarni anglatmoqni bildiradikim, ruhoniy va jismoniy hijoblarni bartaraf qilishda soliklarda yuz beradi. Bu hijoblar g'ayb va shahodat olami o'rtasida joylashgan bo'ladi. Tasavvuf muarrixlarining fikricha, kashf o'z navbatida ikki xil bo'ladi: 1. Kashfi suvuriy. 2. Kashfi ma'naviy.

21. Mavlaviya – XIII asrda Jaloliddin Rumi tomonidan asos solingan tasavvuf tariqatlaridan biri. Ta'limotning asosini botinga qaytish, vahdatga nazar va zohirdan e'tiroz tashkil etadi. O'rta va Yaqin Sharqda tarqalgan bo'lib, eng ulug' marosimlaridan biri raq'su samo' hisoblanadikim, u falak va osmoniy jismlarning aylanishi ramzidir. Ma'lumotlarga qaraganda, ushbu tariqatga a'zo bo'lish uchun solik 1001 kun so'fiylar va murshidlar xizmatini bajo keltirishi lozimdir. Dastavval 40 kun xizumkashlik uchun tayyorlanishi va ushbu tariqa 1001 kun xizmat qilib, silsilaga to'la huquqli a'zo bo'lib kirishi, undan keyin g'usl qilib tavbadan o'tgach, riyozat va mujohada yo'lga kirishi darkor. Mavlaviya hozir ham ba'zi bir arab mamlakatlarida faoliyat ko'rsatmoqda.

12. Karomat, xoriqulodod – diniy va tasavvufiy istiloh bo'lib, tariqat soliklarining favqulodda amallarini ifodalaydi. So'fiylar aqidasi ko'ra, kashf olamining mantig'i zohir olamning mantig'idan farq qiladi. Shuning uchun ham soliklar pokdomonlik va axloq hasana darajasiga etgan paytlarida kashfu shuhud yo'li bilan ruhoniy olamni anglashga noyil bo'ladilar, shuning natijasi o'laroq, shunday bir amallarni qila oladilarki, u amallar avomga ajib va favqulodda hisoblanadi. Ushbu xoriqulodod faoliyati karomat deb hisoblanadi. Xuddi shunday amalni qila oladilar, ammo ularniki mo''jiza deb nomlanadi. Karomatning mo''jizadan farqi shundaki, vali o'z karomatini maxfiy sir saqlaydi yoxud o'zi undan bexabardir, nabi esa mo''jizasini oshkor qilishi kerak va o'zi ham bundan voqifdir. Valiy ham, nabi ham o'zlarining xoriqulodod amallari chog'ida Qur'oni karimga takya qiladilar, suyanadilar. Din va tasavvuf ta'limotiga ko'ra nabilaru valilar shu sababdan mo''jizayu karomat sodir etadilarkim, 1) inson aqliy jihatdan obdon kuchli bo'lganidan so'ng, uning o'y-andishasi fasod va borlik olamidan tajovuz etib, olami ruhoniyya yo'l topadi va maforikot nuridan bahra olib, borliq dunyoning sir-sinoati va muammolarini anglab oladi; 2) mujohada va mushohada davomida taxayyuliy quvvat mustahkamlanib, inson botinosi yo sezgisi (fantaziya) orqali muskul olamiga (g'oyalar dunyosiga) kirib, moddiy olamning juz'iy yumushlaridan ogoh bo'ladi; 3) axloqiy-ma'naviy kamoloti ila insonning sezgi kuchlari ko'chga to'lib, moddiy olamning moddalari va unsurlarini tashir etadi, zabt etadi. O'rta asrlar tasavvuf tadqiqotchilari shu

aqidalardakim, karomat o'z mohiyatiga ko'ra mo'jizadan unchalik farq qilmaydi, ammo shariat qonunlariga ko'ra valilarning amru faoliyatlarini nabiyalar yurish-turmushlari bilan barobar deb bilish gunoh sanalganligi uchun ham valilarning amru nayhlari karomat deb aytiladi.

13. Maqomot – suluk martabalari silsilasini maqomot deb aytadilarkim, soliklar ular uni so'fiylikka xos odob bilan kechib o'tib, (riyozat va mushohada orqali) ma'naviy etuklikka erishadilar. Tariqat izdoshlari haqiqat ma'rifatiga erishish uchun amallar va fe'llarning turli zinalarini kechmoqlari darkor. «Maqomot» «ahvol»dan farqli o'laroq iqtisobiy bo'lib, shuning uchun ham unga riyozat va mujohada orqali erishiladi. Har bir solik dastavval muayyan bir maqomning ahkomini puxta o'zlashtirib olib, so'ngra boshqa maqomga o'tadi. Aks holda kamolotga noyil bo'lolmaydi. Masalan, tariqat izdoshi qanoatni to'liq o'zlashtirmasdan tavakkulga o'tolmaydi, tavakkulsiz rizo yo'lini bosib o'tolmaydi, shu tariqa boshqa maqomlarni ham. Maqomot sonlari xususida so'fiya adabiyotida turli aqidalar mavjud, biroq aksar mualliflarning fikricha ular ettita: masalan, tavba, vara', zuhd, faqr, sabr, tavakkul, rizo. Shuningdek tasavvuf tarixida so'fiylar tomonidan faqat bir maqomni tan olib, boshqalarini e'tibor qilmaydigan hollar ham mavjud: masalan, zohidlar islom ahli ibtidosida zuhdni o'z ta'limotining asosi deb mukarram etgan bo'lsalar, keyinchalik qalandarlar faqrni maqomotning asosiy zinasi deb e'lon qildilar.

14. Ma'rifat – tasavvufdagi asosiy rukndan iborat bo'lgan irfoniy ta'limotning uchdan biri. So'fiy shariatdan tariqatga o'tib, ma'naviy kamolot sari yuqori zinalar zabt etar ekan, ilohiy asrorni ilg'am oladi. Tasavvufiy ma'rifatning mohiyati shundan iboratkim, so'fiylar nuqtai nazaridan moddiy olam yaxlitligicha bitta sarchashmadan kelib chiqadi va u butun borliqning mazhari sifatida g'ayrivoqeiy manbaga – asosga ega. «Man arafa nafsaxu va qad arafa rabbaxu», ya'ni kim o'zini tanisa, haqni taniydidan bo'ladi. Ma'rifat tasavvufda g'ayriiqtisobiy bilimdir.

15. Imomat – mamlakatda diniy-dunyoviy ishlarni boshqarishda aytadilarkim, u payg'ambar noibi sifatida amal qiladi; islom shialigining shar'iy hukmlaridan bir rukni. Muhammad payg'ambar vafotidan so'ng mamlakatning idora qilinishi xususida (diniy-dunyoviy ishlarni qamrab oluvchi) ixtilof yuzaga keldi. Shialar nuqtai nazaridan bu masala nubuvvat singari ilohiy amr bo'lib, imom aytganlari diniy dastur hukmidadir. Shialik firqalaridan biri bo'lgan Zaydiya oqimi shunday bir fikrni ilgari suradiki, go'yo Muhammad payg'ambar aniq qilib hazrati Alini imomatga nomzod qilib tayin etgan, biroq ushbu shia mazhabining boshqa oqimlari bu fikrni rad etganlar. Shialar imomatni nubuvvatning o'rinbosari deb biladilar va shuning uchun imomatni lutfi omma, nubuvvatni lutfi xosi ilohiy deb sanaydilar.

16. Murid, shogird – murshiddan irodad kuli olib irfoniy ma'rifatga qo'l urgan tariqat soliki – izdoshini aytadilar. So'fiylarning tariqatidagi ilk va zaruriy qadami o'zining piru ustozini saylashdir. O'zining murshidini saylab olganidan so'ng solik degan nomni olib tavbaga tushadi. So'ngra ibodat va zikri-zaboniyga o'tadi. Keyin nafsini poklashga o'tadi. So'ngra tasfiya qalbga, ya'ni ko'nglini sayqallashga o'tadi. Muridlik-murshidlik munosabati birinchisining keyingisiga itoatkorligidir. Buning natijasi o'laroq solikning nuru ziyosi, ruhu safosi ko'payadi.

17. Murshid, pir, shayx – irfoniy ma'rifatning baland cho'qqisiga etgan kishiga aytiladi. Muridni tasavvufiy tariqatga rahnamolik qiluvchi. Tasavvufda solik kamolotga etishi uchun qo'shimcha dasturot kerakki, uni murshid bera oladi. Murid o'zining xatti-harakatida butunlay murshid itoatida bo'lib, undan oladigan maslahat-mashvaratni sir saqlashi lozim, butun fikru zikrini haq ma'rifatiga oid bo'lgan buyruqlariga yo'naltirmog'i darkor. Murshid irshod beradi. U tavbayu talabdan boshlanib, doimiy zikr, rizoyu tavakkul, taslimu tafrid, tajridu tavsiya, sidq, shavqu zavqni muhabbat, mukoshifayu mushohada, fanoyu baqo va jamuljamni qamrab oladi; ushbu mavhumlarning har biri ma'naviy ma'rifatning me'rojiy zinalarini ifoda etadi.

18. Muhabbat – shavq negizida vujudga keladigan qalo g'alayonini aytadilar. Pok insoniy muhabbat yoxud erkak-ayol o'rtasidagi muhabbat ahli shavq muhabbati bo'lib, u barchaga daxldordir. So'fiylar muhabbatini ahli kashf muhabbati deyidilar. Avvalgisini ko'ngil mayliga, keyingisini ruh mayliga aloqador deb bilganlar. So'fiy bunga mukoshafayu mushohadadan so'ng erishadi.

19. Mushohada – tasavvufda murshid hidoyati ila nafas kamoli, qalb tasfiyasi, axloq tahzibini muroqaba qilish natijasida yuz beradigan holni aytishadi. Mushohada mukoshifadan keyin keladi. Solik mushohadada fano topadi. Orif har bir narsada haqni ko'radi. Ushbu maqomni «ehson» deb aytadilar. So'fiya adabiyotida ushbu mazmunni ifoda etish uchun ko'pgina so'zlarni, jumladan: «it-tisol», «va'd», «zavq», «sharb», «behudlik», «tajalli» va boshqalarni ishlatishadi.

20. Mujohada – tasavvufda nafsning havoyu havasga qarshi kurashini aytadilar, zero, ushbu havoyu havaslar kamolotu maqomot yo'lida g'ovdir. Uning samarasi o'laroq, solik mukoshafayu mushohada orqali haqqi yaqinlashadi.

21. Naqshbandiya – XIV asrda ta'sis topgan tasavvufdagi eng mashhur silsilalardan biri; asoschisi Bahovuddin Naqshband. O'rta Osiyoda vujudga kelgan. Ijtimoiy hayotda muhim rol o'ynagan. Uning tarqalishiga Xoja Muhammad Porso, Mavlono Ya'qubi Charxiy katta ulush qo'shganlar. Xojagon silsilasining mantiqiy davomi bo'lib, ta'limotning asosini o'n bir qoida tashkil etadi: nazar va qadam, safar dar vatan, xilvat dar anjuman, yodkard, bozgasht (qaytish), nigohdosht (asrash, saqlash, saqlanish), yoddosht, xush dar dam, vuqufi zamoniyy, vuqufi adadiy, vuqufi qalbiy. Naqshbandiya payrovlarini shariat qoidalarini rioya etishga chorlab, kasbu hunarni ular uchun zaruriy deb biladi. Ana shu nuqtai nazardan kelib chiqib «dast ba kuru dil ba yor» – «qo'ling ishdayu ko'ngling Xudoda bo'lsin», degan chaqiriq yuzaga kelgan. Boshida o'z tarafdorlarini zuhdu taqvoga chaqirgan bo'lsa-da, keyinchalik ijtimoiy hayotda nafaqat faollik ko'rsatdilar, balki mamlakatning siyosiy hayotiga ham qo'l urdilar, ijtimoiy-siyosiy aqidalar diniy ahkomlar orqali o'z ifodasini topdi.

22. Olami lohut – olami aroaa, ya'ni to'rt olamning biri bo'lmish eng yuqorisi sanaladi, «lo huva illo huva», unda ushbu olam zoti ilohiydan, jabarut sifoti ilohiydan iborat bo'ladi.

23. Olami nosut – olami aroaaning eng oxirgisi, qavnu fasod olami demakdir, uni olami mulk, olami shahodat, olami xalq deb ham ataydilar.

24. Olami malakut – olami aroaning uchinchisi, olami g'aybu mujarradot va nufusu botinni ifoda etadi.

25. Olami jabarut - olami aroaning ikkinchisidir, olami azimat, sifoti ilohiyning ismlarining jilosi va haqiqati muhammadiyah deb bilinadi. Olami jabarut vahdat va sifat martabasiga taalluqli bo'lib, unda ilohiy iroda va ilohiy mashiyatdan (istak) boshqa iroda hokim emas. U xaloyiq jabri va kasratining maqomidir, olam qutbining maqomidirki, arshdan ergacha qamrab oladi, avliyo karomatiyu avliyo mo''jizoti shu olamga taalluqlidir. Solik kasrat maqomida yuksalaverib olami jabarutga va undan malakutga, undan olami lohutga etadi va zoti ilohiyning anglab oladi.

26. Orif – tasavvufda haq ma'rifatiga jahd etgan kishiga aytiladi. Boshida obidu zohidu orif o'rtasida farq yo'q edi, ammo so'fiya rivoji davomida orif ko'proq mashhur bo'ldi. Bu atama solikning asrori ilohiyning anglashga muyassar va musharraf bo'lganligini ifodalaydi. Uning nazdida inson «jahon toji»dir, hilqat natijasidir.

27. Rasul – diniy ta'limotda bashar ahliga rahnamolik qilish uchun Xudo tomonidan yuborilgan kishiga aytiladi. Qur'oni karimda Nuh, Ismoil, Muso, Iso kabi payg'ambarlarning zikrlari keltiriladiki, oxirgilari Muhammad (s.a.v.)dir. Ular rasul deb keltiriladi. Rasul nabidan farq qiladi. Rasul kitob sohibi bo'lishi kerak, biroq bu amr nabi uchun shart emasdir. Binobarin, har qaysi rasul nabidir, biroq har qanday nabi rasul bo'la olmaydi. Zero, nabiga vahiy kelur, rasulga esa boshqalarga etkazish uchun xabar keladi. Masalan, Muhammad (s.a.v.) Xudo bilan goho bevosita, goho Jabroil orqali roz aytib, yoinki Xudo g'aybdan uyqu asnosida ham unga vahiy keltirib turgan. Payg'ambar boshqalarni undan ogoh va xabardor etganlar. Shuning uchun ham risolatni nabiyning bashariy jihati deb bilganlar.

28. Raqsu samo' va musiqa – tasavvufda so'fiylarning sunnatini deyishadikim, vajdu surur hamda nafis, nozik va latif musiqa ohanglari ostida oyoq tepishdan iboratdir. Ahli islomning dastlabki bosqichida raqsu samo' va musiqa man qilingan edi, biroq botiniy fikrlash rivoji davomida raqsu samo' va musiqa islom sunnatida o'ziga yo'l ochdi. So'fiylar samo' majlislarida latif ohanglar ostida raqsga tushishardi. Ularning ushbu amali din ahlining raqs va musiqani man qilishliklariga qarshi o'laroq (ahli din bu amallarni bid'at deb bilganlar), botiniy mazmun-mohiyatga ega edi va dev nafsidan, aniqrog'i nafs devidan qutulishni, ozodlik ramzini ifoda etardi. Qushayriy o'zining «Risolai qushayriya» asarida samo'ni so'fiylarning juzvi holi, ya'ni holning tarkibiy qismi sifatida qavmga bergan. Unga ko'ra, ashobi riyozat va arbobi mujohadat samo'ni solikning nafi va qalbida kamolotning hosil bo'lishi deb bilganlar. Shayx Jaloliddin Rumiy samo'ni ilohiy asror idroki – anglashilishi deb ataganlar. Sarchashmalarda yozilishicha, IX asrda Movarounnahr va Xurosonda bir qancha «samo'xona»lar bo'lgan.

29. Rajo – tasavvufning ahvolidan sanalmish zinalardan biri. Solik unda haq fazlu karamidan ezgulik va umid kutadi, unga intizor bo'ladi.

30. Riyozat – tasavvufda yoqimsiz sifatlarning yarashadigan va yoqimli sifatlarga almashuvi hamda shahvoniy nafsdan kechib, solikning namoz va ro'zaga mulozim

bo'lishi, gunohdan chetda bo'lib tunlarni bedor o'tkazishi, azob-qiyinchiliklarga bardosh berishini talqin etadi.

31. Tavba - qaytish demakdir, oliy axloqiy sifatlarga qaytish. Tariqatga qadam qo'ygan odamning niyati va mohiyati avvalo shu tavbasidan ayonlashadi. Tavbaning mohiyati shuki, solik Xudoga etishish yo'lga g'ov bo'ladigan jamiki narsalardan qaytishga qasamyod etadi, butun intilishi, tavajjuhini Allohga qaratib, avvalgi turmush tarzidan voz kechadi.

32. So'fiy gimnastikasi – ichki quvvat yo'llarini ochish va ularni zarur quvvat tizimi bilan to'ldirishga mo'ljallangan maxsus mashqlar sistemasi.

33. So'fiy xoreografiyasi – ishlatib bo'lingan ichki quvvatni tashqariga chiqarib tashlash va badan atrofida himoya qilishga qodir bo'lgan bioenergetik quvvat tizimini shakllantirishga mo'ljallangan maxsus mashqlar sistemasi.

www.nursafardiyya-sufism.uz