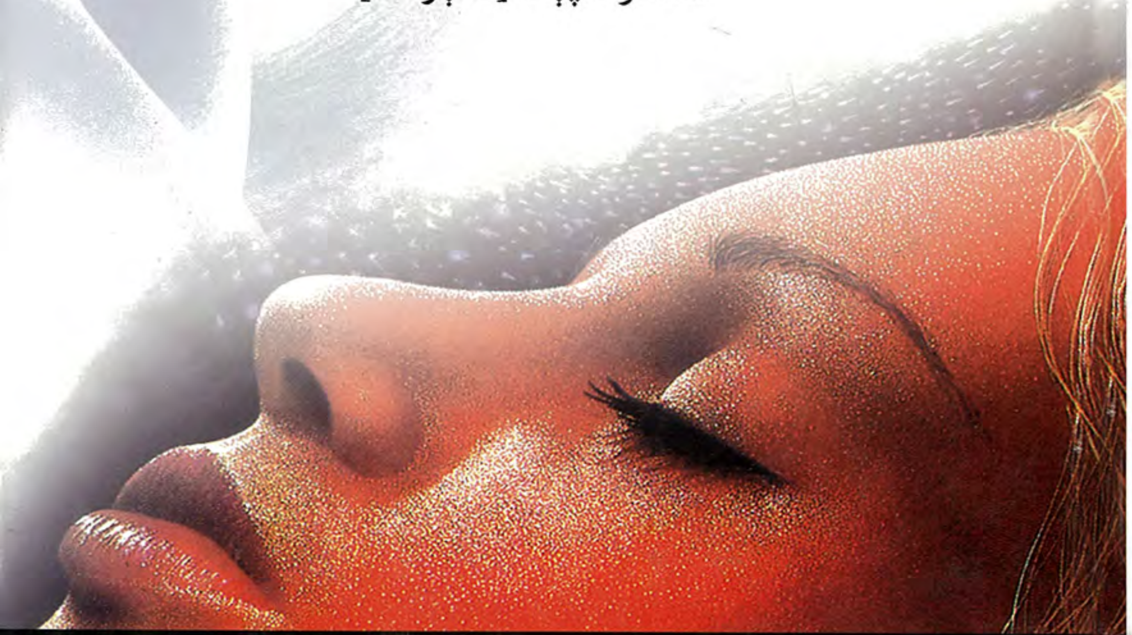
دۇنياۋى مەشھۇر ئىلمىي ئەسەر

THE RRAD LESS TRAVELED

قەلب خەرىتىسى

سكوت پېك [ئامېرىكا]



شىنجاڭ خەلق باش نەشرىياتى
شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

قەلب خەرىتىسى

شىنجاڭ خەلق باش نەشرىياتى
شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

بۇ كىتاب نوقۇل پسىخىك داۋالاشقا ئائىت تاق لىنىيەلىك كۆرسەتمىلا ئەمەس، بەلكى پەلسەپە، جەمئىيەتشۇناسلىق، ئىلاھىيەت، پسىخولوگىيە، مۇۋەپپەقىيەتشۇناسلىق، پەرزەنت تەربىيەسى، شۇنداقلا ئۆلگىلىك ئائىلە فۇنكسىيەسىگە ئالاقىدار ناھايىتى چۇشىنىشلىك يېزىلغان، ئۇنىۋېرسال قىممەتكە ئىگە كاتتا ئەسەر!

مۇقاۋا لايىھەلىگۈچى: پاسئان

ISBN 978-7-5372-6536-2

定价：39.00元

دۇنياۋى مەشھۇر ئىلمىي ئەسەر

THE RRAD LESS TRAVELED

قەلب خەرىتىسى

سكوت پېك [ئامېرىكا]

شىنجاڭ خەلق باش نەشرىياتى
شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

图书在版编目（CIP）数据

心灵地图 ：维吾尔文 / (美) 派克著 ；张定绮汉译;麦麦提艾力 · 奥布力塔日维译. -- 2 版. -- 乌鲁木齐 ：新疆人民卫生出版社, 2016.4
ISBN 978-7-5372-6536-2

Ⅰ. ①心… Ⅱ. ①派… ②张… ③麦… Ⅲ. ①精神疗法－维吾尔语（中国少数民族语言） Ⅳ. ①R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 085924 号

心灵地图

（美）派克 著

麦麦提艾力・奥布力塔日 译

策　　划：帕思安
责任编辑：谢米西卡麦尔・阿布都热合曼
责任校对：早热古丽・司地克
出　　版：新疆人民出版总社
新疆人民卫生出版社
地　　址：乌鲁木齐市龙泉街 196 号
网　　址：http://www.xjpsp.com
印　　刷：新疆新华印刷厂
发　　行：新疆新华书店
版　　次：2016 年 4 月第 2 版
印　　次：2016 年 4 月第 1 次印刷
开　　本：880 X 1230 毫米　32/1 开
印　　张：11
书　　号：ISBN 978-7-5372-6536-2
印　　数：1 - 5000
定　　价：39.00 元

发行科联系电话：（0991） 2500384

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

كىرىش سۆز

ھۆرمەتلىك ئوقۇرمەن، بەلكىم سىز ئامېرىكىلىق مەشھۇر پسىخولوگ سكوت پېك ئەپەندىنىڭ «قەلب خەرىتىسى» ناملىق كىتابىنى ئوقۇپ باققان ياكى باشقىلاردىن بۇ ھەقتە ئاڭلىغان بولۇشىڭىز مۇمكىن. بۇ كىتابنىڭ ئۇيغۇرچە نەشرى تۇنجى قېتىم 2006-يىلى 1-ئايدا بازارغا سېلىنغان. مېنىڭ بۇ كىتابنى نەشر قىلدۇرۇشقا قىزىقىپ قېلىشىممۇ تاسادىپىي ئەمەس. 2005-يىلى 6-ئايدا مەن ئۈرۈمچى شەھەرلىك دوستلۇق دوختۇرخانىسىدا جىددىي داۋالىنىۋاتقان ئىدىم. بۇ چاغدا مەندە سالامەتلىكىمگە بولغان ئەندىشە، قورقۇنچ ئەۋج ئالغان بولۇپ، ناھايىتى چۈشكۈنلىشىپ كەتكەن ۋاقىتلىرىم ئىدى. بىر كۈنى ئابدۇغوپۇر ئاكا مېنى يوقلاپ چىقىپتۇ. ئۇ سۆز ئارىلىقىدا ئۆزىنىڭ «心灵地图» ناملىق كىتابنى خەنزۇچىدىن تەرجىمە قىلىپ تۈگەتكەنلىكىنى، تەرجىمە ئارگىنالىنىمۇ ئېلىپ چىققانلىقىنى، ئەگەر قىزىقسام نەشر قىلدۇرۇپ بېرىشىمنى ئۈمىد قىلىدىغانلىقىنى قەيت قىلىپ ئۆتتى. مەن «كۆرۈپ بولۇپ ئاندىن ئىپادە بىلدۈرەي» دەپ ئارگىنالنى ئېلىپ قالدىم، ئاردىن بىر ھەپتە ئۆتكەندە تولۇق كۆرۈپ بولدۇم. بۇ ھەقىقەتەن ئېسىل كىتاب ئىكەن. مەندىكى ئەندىشە ۋە غەملەر پېك ئەپەندىنىڭ ئورۇنلۇق مۇلاھىزىلىرىنى ئىنچىكىلىك بىلەن ھەزىم قىلىش داۋامىدا ئاستا-ئاستا يوقاپ كەتتى. شۇڭىنىسى تەرجىمە ئارگىنالىنىڭ تىلىدا قومۇلنىڭ يەرلىك شىۋىلىرى بىرقەدەر كۆپ، بەزى ئىلمىي ئاتالغۇلاردا ئىلگىرى ئۆلچەملەشتۈرۈلگەن شەكلى بىلەن بىردەكلىك ساقلانمىغان ئەھۋاللار خېلىلا ئېغىر ئىكەن.

مەن دوختۇرخانىدىن چىقىپ ئابدۇغوپۇر ئاكا بىلەن ئارگىنالنىڭ

تەپسىلاتلىرىنى دېيىشىپ پىكىر بىردەكلىككە كەلگەنــدىن كېيىن، بــۇ كىتابنى نەشــر قىلــدۇرۇش تەييارلىقىغــا چۈشــتۇم. تەرجــمە ئارگىنالىــدا كىتابنىڭ تېمىســىنى «ۋۇجــۇد خەرىتىســى» دەپ ئالغــان ئىــكەن. ئــۇنى ئەسەرنىڭ روھى بويىچە «قەلب خەرىتىسى» گە ئــۆزگەرتتىم. ئارگىنــالنى دوستىمىز روزىمــۇھەممەت مۇتەللىــپ، شــىنجاڭ خەلــق نەشــرىياتىدىكى مۇھەممەدتۇردى مىرزەخمەت ئاكا بىر نــۆۋەتتىن تەھرىرلىــك نۇقتىســىدىن كۆرۈپ بەردى. 2006-يىلى 1-ئايغا كەلگەنــدە كىتابنىــڭ بــارلىق نەشــر تەييارلىقى پۈتۈپ غەلىبىلىك ھالدا بازارغا سېلىندى.

كىتاب تارقىتىلغاندىن كېيىن جەمئىيەتكە ئــۆن-تىنىســزلا ســىڭىپ كەتتى. باشقىچە ئىنكاسلارمۇ كۆرۈلمىدى. كىتابنىڭ سېتىلىش ئەھۋالىمــۇ ئادەتتىكىچە بولدى. بۇ ھەقىقەتەن ئەجەبلىنەرلىك ئىدى. چــۈنكى، پېــك ئەپەنــدىنىڭ بــۇ كىتــابى ئامېرىكىــدا 1978-يىلــى تــۇنجى قېــتىم نەشــر قىلىنغاندىن باشلاپ، «نيۇيورك ۋاقــت گېزىتــى»نىــڭ بــازارلىق كىتــابلار تىزىملىكىدە تاكى 622 ھەپتىگىچە بىرىنچىلىكنى ساقلاپ، بۇ جەھەتــتە رېكــورت ياراتقــان. ھەتتــا ئۇنىــڭ ئامېرىكىــدىكى ســېتىلىش مىقــدارى «ئىنجىل»نىڭ سېتىلىش مىقدارىدىنمۇ ئېشىپ كەتكەن ئىكەن.

ئارىدىن بىرنەچچە يىل ئۆتــۈپ كەتتــى. جەمئىــيەت تەرەققىياتىغــا ماس ھالدا، كىشىلىرىمىز ئارىسىدا پسىخولوگىيەگە بولغان قىزىقىش يۇقىرى كۆتۈرۈلۈشكە باشلىدى. بۇنىڭ سەۋەبىنى ئەمەلىيەتــتە، ئــۇلار ئۇچراۋاتقــان پسىخىك بېســىم ۋە مەســىلىلەرنىڭ كۆپىيىۋاتقانلىقىــدىن ئايرىــپ قاراشــقا بولمايتتى. بۇنىڭ بىــلەن «قەلــب خەرىتىســى» ھەققىــدىكى ئىنكــاس ۋە مۇلاھىزىلەرمــۇ ئــاۋۇپ قالــدى. بۇنىڭغــا ئەگىشــىپ، كىتابنىــڭ ئۇيغــۇرچە تەرجىمىسىگە بولغان تەنقىدىي پىكىرلەرمۇ ئاز بولمىدى. مەلۇم پۇرســەتتە ماڭىمۇ بۇ ئەسەرنىڭ خەنزۇچىسىنى ئۇيغۇرچە تەرجىمىــگە سېلىشــتۇرۇپ كۆرۈپ چىقىش ئىمكانىيىتى تۇغۇلۇپ قالدى. كۆرۈپ بولغاندا ئاندىن ھېس قىلدىمكى، مۇھتەرەم ئاكىمىز ئابدۇغوپۇر ئابــدۇرېھىممۇ زىيــادە ھاياجــان ئىچىدىكى بەزى ئوقۇرمەنلەرنىڭ خاتا چۈشىنىۋېلىشىدىن ســەل ئېھتىيــات قىلىــپ قالــدىمۇ ئەيتــاۋۇر، كىتــابتىكى دىنغــا مۇناســۋەتلىك بىــتەرەپ

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

تەلقىنلەرنىڭ ئارىسىدىكى بەزى بايانلاردىن ئاتلاپ ئۆتۈپ كېتىپتۇ، بەزىلىرىنى ئۆز چۈشەنچىسىگە تارتىپتۇ. بۇ ھەقتە دەسلەپكى نەشرىنىڭ كىرىش سۆزىدىمۇ تەرجىماننىڭ ئىككىلىنىش ۋە ئەنسىرەش تۇيغۇسى ئۆز ئىپادىسىنى تاپقان ئىدى.

يۇقىرىقىدەك ئىلمىي زۆرۈرىيەت ۋە ئوقۇرمەنلەرنىڭ پىكىر-تەلەپلىرى نۇقتىسىدىن ئېيتقاندا، بۇ كىتابنىڭ تەرجىمىسىنى قايتا ئىشلەش ئەڭ ئاقىلانىلىكتەك قىلاتتى. مەن بۇ قارارغا كەلگەندىن كېيىن، ئەدەبىيات، پەلسەپە، پسىخولوگىيە جەھەتلەردە ئۇنىۋېرسال ئىزدىنىپ كېلىۋاتقان تىرىشچان ئىنسى دوستۇم دىلئاچارغا كىتابنىڭ خەنزۇچە نۇسخىسىنى بەردىم ۋە ئۇنى تەپسىلىي ئوقۇپ چىقىپ تەسراتىنى مەن بىلەن ئورتاقلىشىپ بېقىشنى، ئەگەر خالىسا تەرجىمە قىلىپ باقسىمۇ بولىدىغانلىقىنى ئېيتتىم. ئۇ كىتابنى ئوقۇپ چىقىپ ناھايىتى ھاياجانلانغانلىقىنى، ھازىرقىدەك ۋاقىتتا مەزكۇر كىتابنى تەرجىمە قىلىشقا ئىنتايىن ئەرزىيدىغانلىقىنى تەپسىلىي چۈشەندۈردى. دېمەك، پىكرىمىز بىر يەردىن چىقتى. دەسلەپكى تەرجىمىسىنى ئىشلىگەن ئابدۇغوپۇر ئاكىمۇ بۇ قارارىمىزنى ئىلمىي نۇقتىدىن توغرا چۈشەندى. شۇنداق قىلىپ كىتاب قايتا تەرجىمە قىلىنىپ، تېخىمۇ راۋان، تېخىمۇ تولۇق، تېخىمۇ كۆركەم ھالەتتە ئوقۇرمەنلەرگە سۇنۇلدى.

مېنىڭچە، «قەلب خەرىتىسى» نوقۇل پسىخىك داۋالاشقا ئائىت تاق لىنىيەلىك كۆرسەتمىلا ئەمەس، بەلكى پەلسەپە، جەمئىيەتشۇناسلىق، ئىلاھىيەت، پسىخولوگىيە، مۇۋەپپەقىيەتشۇناسلىق، پەرزەنت تەربىيەسى، شۇنداقلا ئۆلگىلىك ئائىلە فۇنكسىيەسىگە ئالاقىدار ناھايىتى چۈشىنىشلىك يېزىلغان كاتتا ئىلمىي ئەسەر ھېسابلىنىدۇ. شۇڭا ئۇ سېتىۋېلىشقا، قېتىرقىنىپ ئوقۇپ چىقىشقا ئەرزىيلا قالماستىن، يەنە ھاياتىمىزدىكى ئەڭ قەدىرلىك كىشىلىرىمىزگە سوۋغات سۈپىتىدە تەقدىم ئېتىشكىمۇ ناھايىتى مۇناسىپ كېلىدۇ دەپ قارايمەن.

پاسئان
2016-يىل 2-مارت

ئۇيغۇر كىتاب تورىبېكىتى
www.uyghurkitap.com

مۇندەرىجە

بىرىنچى باب ئىنتىزام 1
مۇشكۇللۇككە يۈزلىنىش 2
ۋاقىتلىق خۇشاللىقتىن مەڭگۈلۈك خۇشاللىققا 6
ئوقۇبەت بىلەن خۇشاللىق تەرتىپىنى تەڭشەش 8
ئۆزىنى باشقۇرۇشنىڭ باشلىنىش نۇقتىسى 10
مېھرىبانلىق ھەممىنى ئىبرىتىدۇ 12
ئۆزىنى قەدىرلەش 15
قىيىن ئىش يوق ئالەمدە 18
مەسئۇلىيەتنى ئۈستىگە ئېلىش 22
نېۋروز ۋە خاراكتېرروز 25
ئۆزىنىڭ غوجايىنى بولۇش 30
ئوچۇق بولۇش 32
چىنلىققا سادىق بولۇش 35
كونا خەرىتىدىن ۋاز كېچىش 37
ھىستېرىيە 39
ئۆزلۈكنىڭ ماھىيىتىگە جەڭ ئېلان قىلىش 43
راست سۆزلەش ئويۇنى 46
چىنلىقنى يوشۇرۇش تاللاش خاراكتېرىگە ئىگە 50
تەڭپۇڭلۇقنى ساقلاش 53
ۋاز كېچىش پەلسەپەسى 55
ئۈمىدسىزلىك بىر خىل سىگنال 58

ياشاشقا مەنە بېرىش 61
ئىككىنچى باب مۇھەببەت 66
مۇھەببەتنىڭ ئېنىقلىمىسى 67
ھېسسىيات تورىغا چۈشۈپ قېلىش 71
ئەسەبىيلىك توسقۇنسىز بولىدۇ 74
ئىشقۋازلىقمۇ ياكى ھەقىقىي مۇھەببەتمۇ 76
مۇھەببەت يالغانچىلىقى 79
ئۆزلۈكنىڭ چېكىنى بۇزۇش 82
بېقىندى ئىدىيەۋى ھالەت 86
«مۇھەببەت ئېچىرقاقلىقى» كېسىلى 88
پاسسىپ بېقىندى خاراكتېر 91
سۆيۈش ئىقتىدارىنىڭ كەملىكى 94
مۇھەببەت بىر خىل باغلىنىشتۇر 96
تېيىز «ئانا مۇھەببىتى» 100
ئۆزلۈكنىڭ قۇربان بولۇشى 102
خارلاش ۋە خارلىنىشنىڭ ئارىسىدا 105
مۇھەببەت ھەرىكەتلىنىشتۇر 109
غەمخورلۇق ۋە بېغىشلاش 111
بالىنىڭ سۆزىنى كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلاش 115
تاللاش ۋە قوبۇل قىلىش 117
كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلاش مۇھەببەتنىڭ ئىپادىسى 119
ئۆزلۈكنى يوقىتىش خەۋپى 122
ياشاشنىڭ ماھىيىتى «ئۆزگىرىش»تۇر 124
مۇستەقىللىق شىجائىتى 126
ياشاشتىكى سەكرەشنى قوغلىشىش 129
بېغىشلاش ۋەھىمىسى 132
بىخەتەرلىك تۇيغۇسىنىڭ كەملىكى 134
سەزگۈرلۈك ۋە كېسەللىك 139

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئۆزلۈك ئېڭىنىڭ تەۋەككۈلچىلىكى 142
توقۇنۇش ۋە بىخەستەلىك 145
ساختا تەمكىنلىك 147
مۇھەببەت ۋە ئىنتىزام 150
ھېسسىياتنىڭ قۇلىغا ئايلىنىش 152
رومانتىك سۆيگۈنى تىزگىنلەش 155
مۇھەببەت بوشلۇقىنى يوشۇرۇش 158
نارسىسسىزمچى ئانا 160
بالىنى ھۆرمەتلەش 163
نىكاھ چوققىسىغا يامىشىش 166
مۇھەببەت ۋە پسىخىكىلىق داۋالاش 169
دىراماتىك بۇرۇلۇش نۇقتىسى 172
پسىخولوگنىڭ مۇھەببىتى 175
مۇھەببەت بىلەن جىنسىيەتنى پەرقلەندۇرۇش 177
مۇھەببەت مىستىپتىزمى 181
ئۈچىنچى باب قەلبىمىزدىكى دىن 184
دۇنيا قاراشنىڭ ئىپادىلىنىشى 185
يوشۇرۇن ئاڭنىڭ غوجايىنى بولۇش 188
تار ئالەم قارىشىدىن ھالقىش 190
بۈيۈك ئالەمگە يۈرۈش 194
گۇمانلىنىشقا جۈرئەت كېرەك 197
گەيسىنىڭ ھېكايىسى 200
بېسۋېلىنغان خىيالىي سېزىم 205
دىنىي ئۆيۈشمىدىن گۇمانلىنىش ۋە چېركاۋ 208
قەلب زەخمىسىدىن قۇتۇلۇش 213
غەمكىن مارىيە 215
تىدىنىڭ ھاياتلىق قارىشى 218
يىپ ئۇچىنىڭ كۆرۈلۈشى 221

ئۆلۈمدىن قېچىش كەچمىشى 226
ئېتىقادنىڭ قايتىدىن بىخلىنىشى 229
بوۋاق ۋە يۆيۈندۈرۈش سۈيى 233
پەن مۇجاھىدلىرى 235
ئېتىقادنى تازىلاش 237
پەننىڭ بىرتەرەپلىمىلىكى 239
مۆجىزە ھەممە يەردە 243
تۆتىنچى باب تەبىئەتتىن ھالقىغان مۆجىزە —
شەپقەت 246
ساغلاملىقمۇ بىر خىل مۆجىزە 247
قارا نويابىر 251
يوشۇرۇن ئاڭدىكى مەخپىي رايون 254
يوشۇرۇن ئاڭنى تىڭشاش 257
ئىچىمىزدىكى ئىبلىس 259
بېسىلغان ھالەت 261
يۈرەكنىڭ ئېلېكتىر ئىندۇكسىيەسى 264
ماسلىق پىرىنسىپى 266
تەڭرى شەپقىتىنىڭ كۈچى 270
سۇبىستانسىيە قارىشىدىن قۇتۇلۇش 272
قەلبىنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتى 277
تۇنجى گۇناھ ۋە رەزىللىك 280
تەڭرى بىلەن يىلاننىڭ مۇنازىرىسى 282
ئاڭقاۋلىقنىڭ خەتىرى 285
رەزىللىكنىڭ تۆت ماھىيىتى 288
ئاڭدىكى بوشلۇق 291
ئىرادىنىڭ جەڭگاھى 294
قەلبىنىڭ يوشۇرۇن ئىقتىدارىنى قوزغىتىش 296
ھەممىنى كۆرسەڭ تەنھالىشىسەن 298

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

قەلبتىكى كېسەل 300
قىساس ئىلاھى 305
رېئاللىقتىكى ئەپسانە 308
تەڭرىنىڭ شەپقىتىنى كىم رەت قىلىدۇ؟ 310
مۇكەممەللىشىش خاھىشى 313
گۆدەكلىك ئېڭىدىن چىقىش 316
ھوقۇقنىڭ يۈكى 319
مەرھابا، ئەقلىي تۇرمۇش! 322
چۈشنىڭ قىممىتى 325
مۇكەممەللىك سەپىرى 327
خاتىمە: ئۆزىگە تەۋە قەلب ھېكمىتىنى قايتۇرۇۋېلىش 331

بىرىنچى باب ئىنتىزام

ياشاشنىڭ ھەقىقىي قىيىنلىقى مەسىلىگە يۈزلىنىش ۋە ئۇنىڭ ھەل قىلىش يولىنى ئىزدەشتىن ئىبارەت ناھايىتى ئوقۇبەتلىك جەرياندا كۆرۈلىدۇ. ھالبۇكى، ئىنتىزام ھاياتتىكى مەسىلىلەرنى ھەل قىلىشنىڭ ئەڭ ياخشى قورالى، پەقەت ئاكتىپلىق بىلەن ئوقۇبەتكە يۈزلەنگەندىلا، ئاندىن ھايات مەسىلىلىرىگە ئەگىشىپ كەلگەن ياشاش پۇرسىتىنى چىڭ تۇتقىلى بولىدۇ.

مۇشكۇللۇككە يۈزلىنىش

ياشاشنىڭ ئۆزى مۇشكۇللۇقتۇر.

بۇ بىر مۇقەددەس ھەقىقەت. ناۋادا بىز بۇ خىل لوگۇس (قانۇنىيەت)نى ھەقىقىي چۈشەنسەك، ئېنىقكى، ئۇنىڭدىن ھالقىيالايمىز. مۇبادا ياشاشنىڭ مۇشكۇللۇقىنى چۈشەنسەك ۋە قوبۇل قىلساق، ئۇنداقتا بىزمۇ ئۇنچىلىك بىچارىلىشىپ كەتمەيمىز، ھاياتمۇ ئۇنچىلىك ئوقۇبەتلىك بىلىنمەيدۇ.

كۆپ قىسىم كىشىلەر ياشاشنىڭ بۇنداق ئوقۇبەتلىك جەريان ئىكەنلىكىنى بىلمەيدۇ، ئۇلار ھاياتنى ھۇزۇرلۇق ۋە ئوڭۇشلۇق مۇساپە دەپ بىلگەچكە، قىيىنچىلىققا ئۇچرىسىلا، يا باشقىلاردىن ئاغرىنىدۇ، يا ئۆزىدىن قاقشايدۇ. ئۇلار ئۆزى دۇچ كەلگەن مۇشكۇللۇقنى باشقىلارنىڭكىگە قەتئىي ئوخشىمايدۇ دەپ قارايدۇ. ھەتتا بارلىق كۈلپەتنىڭ پەقەت ئۆزىگە، ئائىلىسىگە، ئۆزى تەۋە ئىجتىمائىي قاتلامغا، دۆلىتىگە ۋە مىللىتىگە كېلىۋاتقاندەك ھېس قىلىدۇ-دە، شۇنىڭدىن ئاغرىنىپلا يۈرىدۇ.

بۇ خىل ئەھۋالنى مەن ناھايىتى ياخشى چۈشىنىمەن، چۈنكى مەنمۇ ئىلگىرى شۇلارنىڭ بىر تەركىبىي قىسمى ئىدىم.

ياشاشنىڭ ئۆزى بىر قاتار قىيىنچىلىقلارغا روبىرو تۇرۇشتۇر. سىز بىر ئۆمۈر ياش تۇرۇپ بۇ ئىشلاردىن ئۆتۈش ئۈچۈن ... ئىشلارنى ئاسانلاشتۇرماقچىمۇ ياكى ئاسانلاشتۇرۇش ئۇسۇلىنى ئەۋلادلارغا قالدۇرماقچىمۇ؟

ياشاشتىكى قىيىن مەسىلەرنى ھەل قىلىشنىڭ ئۈنۈملۈك قورالى ئىنتىزامدۇر. مەلۇم تەرەپتىكى ئىنتىزام پەقەت بىر قىسىم مەسىلەرنىلا ھەل قىلالايدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ياشاشنىڭ ھەقىقىي قىيىنلىقى مەسىلىگە يۈزلىنىش ۋە ئۇنىڭ ھەل قىلىش يولىنى ئىزدەشتىن ئىبارەت ناھايىتى ئۇقۇبەتلىك جەرياندا كۆرۈلىدۇ. خىلمۇخىل مەسىلىلەر بىزنى مەيۈسلەندۈرىدۇ، ھەسرەتلەندۈرىدۇ، نەپرەتلەندۈرىدۇ، ئۆرتەندۈرىدۇ، تەشۋىشلەندۈرىدۇ، غېرىبسىندۈرىدۇ، ئاچچىقلاندۇرىدۇ، ۋەھىمىلەندۈرىدۇ، ھەتتا ئۈمىدسىزلەندۈرىدۇ. بۇلارنىڭ ھەممىسى ئادەمنى بىئارام قىلىدىغان سېزىملاردۇر، بەزىدە تەننىڭ ئازابىغا بەرداشلىق بەرمەك ناھايىتى قىيىن، چۈنكى خىلمۇخىل توقۇنۇشلار پەيدا قىلغان ئۇقۇبەت ناھايىتىمۇ شىددەتلىك، بىز تېخى ئەمدى بۇ مەسىلىلەرگە دىققەت قىلىشقا باشلىدۇق. يەنە بىر سەۋەب شۇكى، ياشاشتىكى قىيىن مەسىلىلەرگە قاراپ، ئۇقۇبەت ۋە خۇشاللىقنىڭ تەڭ نىسبەتلىكىنى، ھەتتا ئۇقۇبەتنىڭ خۇشاللىقتىن كۆپلۈكىنى ھېس قىلىمىز.

بىراق ياشاشنىڭ ماھىيىتى ئاشۇ خىل مەسىلىلەرنىڭ جەريانىغا يۈزلىنىش ۋە ئۇنى ھەل قىلىشتىدۇر. مەسىلە بىزنىڭ ئوي (ئىدراك) لىرىمىزنى ئويغىتىدۇ، شىجائەتلىرىمىزنى قوزغىتىدۇ. مەكتەپلەرنىڭ باللار ئۈچۈن بىر قاتار مەسىلىلەرنى لايىھەلەپ، ئۇلارغا ھەل قىلىش ئۇسۇلىنى تاپتۇرۇشىنىڭمۇ ئاساسى بار. ئېگىمىز مەسىلىلەرنى ھەل قىلىش جەريانىدا چىقىش يولى ئىزدەيدۇ. مەسىلىنىڭ ھەل بولۇش-بولماسلىقى مۇۋەپپەقىيەت بىلەن مەغلۇبىيەتنىڭ چېگراسى بولۇپ قالىدۇ. ئامېرىكا دۆلەت ئەربابى بىنجامىن فرانكلىن: «ئۇقۇبەت بولغاندىلا ساۋاق بولىدۇ» دەپ ناھايىتى توغرا ئېيتقان. ئاقىللار مەسىلىگە يولۇققاندا ئۆزىنى قاچۇرماي، بەلكى مەسىلىگە ئەگىشىپ كەلگەن ئۇقۇبەتكە يۈزلىنەلەيدۇ.

نۇرغۇن كىشىلەردە مەسىلىگە يۈزلەنگۈدەك پاراسەت يوق، بارلىق كىشىلەردە، ئۇقۇبەتتىن قورققانلىقى سەۋەبلىكلا مەسىلىدىن ئۆزىنى قاچۇرۇش خاھىشى بار. بەزىلەر مەلۇم سەۋەب ئارقىلىق مەسىلىنىڭ ئۆزلۈكىدىنلا يوقىلىشىنى ئۈمىد قىلىدۇ؛ بەزىلەر مەسىلىنى كۆرمىگەن بولىۋېلىپ، ئۇنىڭ مەۋجۇت بولماسلىقىنى ئۈمىد قىلىدۇ؛ بەزىلەر ئىچىملىك ۋە چېكىملىك (كەيپ) ئارقىلىق سەزگۈ ئەزالىرىنى چەكلەپ، ئۇقۇبەت تۇيغۇسىنى ئەس سىرتىغا چىقىرىۋېتىدۇ.

مەسىلىدىن ئۆزىنى قاچۇرۇش ۋە ئوقۇبەتنىڭ قوزغاتقۇچىسى قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى پسىخىك كېسەللىكلەرنىڭ بۇلىقىدۇر. مەيلى ئاز ياكى كۆپ بولۇشىدىن قەتئىينەزەر، ھەربىر كىشىدە بۇ خىل خاھىش بار، شۇڭا كۆپ سانلىق كىشىلەرنىڭ پسىخىكىسى مۇتلەق ساغلام بولمايدۇ. بەزىلەرنىڭ مەسىلىدىن ئۆزىنى قاچۇرۇش ئۇسۇلى ناھايىتى ئەسەبىي، نورمال مەۋجۇدىيەتتىنمۇ ۋاز كېچىدۇ (دۇنيانى تەرك ئەتكەن بولىدۇ)، ئۇلار ئۆزىنىڭ خىيالىي دۇنياسىغا يوشۇرۇنۇپ، رېئاللىقنى پۈتۈنلەي ئىنكار قىلىدۇ. پسىخولوگىيە ئاتىسى يۇڭ (كارىل گۇستاف يۇڭ): « نېۋروز (نېرۋا فۇنكسىيەسى بۇزۇلۇش كېسىلى) ئوقۇبەتنىڭ تەڭ قىممەتلىك مەھسۇلاتىدۇر» دەپ ناھايىتى توغرا ئېيتقان. بىراق ئاخىرقى ھېسابتا بۇنداق قېچىش (ئۆزىنى قاچۇرۇش) تېخىمۇ زور ئوقۇبەتنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ، نېۋروزنىڭ ئۆزى ناھايىتىمۇ زور مەسىلىگە ئايلىنىدۇ.

نۇرغۇنلىغان كىشىلەر مەسىلىدىن ۋە ئوقۇبەتتىن ئۆزىنى يەنىمۇ ئىلگىرىلىگەن ھالدا قاچۇرۇش ئۈچۈن، ئۆزىنىڭ سىرتىغا قاتمۇقات نېۋرۇز شاكىلىنى قاتۇرىدۇ. ئۆزىنى ئۆزى قاتمۇقات قورشىۋالىدۇ-دە، قەدەم ئالالماس بولۇپ قالىدۇ. خۇشاللىنارلىق بىر ئىش شۇكى، يەنە بىر قىسىم كىشىلەر ئۆزىنىڭ پسىخىك توسالغۇلىرىغا باتۇرلۇق بىلەن يۈزلىنىپ، پسىخىك داۋالىنىش ئارقىسىدا، ئوقۇبەتكە ئادەتلىنىشنى ئۆگىنىدۇ.

ياشاش مەسىلىلىرىگە ئەگىشىپ كەلگەن ئازابتىن ئۆزىمىزنى قاچۇرغىنىمىزدا، شۇ مەسىلىلەرگە قوشۇلۇپ كەلگەن يېتىلىش پۇرستىنىمۇ يوقىتىپ قويىمىز. پسىخىك كېسەللىك داۋالاشقانىسىرى، ئادەمنىڭ يېتىلىشىمۇ توختايدۇ، ئەگەر ۋاقتىدا داۋالانمىسا، قەلب زەئىپلىشىدۇ (ئاق خىرەلىشىدۇ).

قەلبنى ساغلام تەرەققىي قىلدۇرۇشنىڭ بىردىنبىر ئۇسۇلى ئوقۇبەتنىڭ قىممىتىنى ھېس قىلىشتۇر. يۇقىرىدا ئېيتىپ ئۆتكىنىمىزدەك، ئىنتىزام ياشاش مەسىلىرىنى ھەل قىلىشتىكى مۇھىم قورال، ئۇ يەنە ئوقۇبەتنىڭمۇ قورالىدۇر. ئۇ بىزنىڭ مەسىلىلەرنى ھەل قىلىش جەريانىمىزغا ياردەم بېرىدۇ، يېتىلىش ۋە ئۆگىنىشنىڭ راھىتىگە ئېرىشتۈرىدۇ.

www.uyghurkitap.com

مەن دەۋاتقان ئىنتىزام ئوقۇبەتكە يۈزلىنىش جەريانىدىكى ئىجابىي پىرىنسىپتۇر، ئۇ مۇنداق تۆت نۇقتىغا بۆلۈنىدۇ: ۋاقىتلىق خۇشاللىقنى كېچىكتۈرۈش، مەسئۇلىيەتنى ئۈستىگە ئېلىش، چىنلىققا سادىق بولۇش، تەڭپۇڭلۇقنى ساقلاش. بۇلار ئون ياشلىق بالىلارمۇ قىلالايدىغان ئاددىي پىرىنسىپلار، بىراق بەزىدە بىر دۆلەتنىڭ ھوقۇقدارلىرى مۇشۇ پىرىنسىپلارنى ئۇنتۇغانلىقى سەۋەبلىك ھالاكەتكە يۈزلىنىشىمۇ مۇمكىن.

ئەمەلىيەتتە مەسىلىلەر بۇ پىرىنسىپلارنىڭ ياخشى-يامانلىقىدا ئەمەس، بەلكى بىزنىڭ ئۇنى قانداق قوللىنىشىمىزدىدۇر. ئۇلارنىڭ ھەممىسى ئوقۇبەتكە يۈزلىنىدىغان قورالنى ئىشلىتىدۇ، ئوقۇبەتتىن ئۆزىنى قاچۇرىدىغانلار ئۇنى ئىشلەتمەيدۇ. تۆۋەندە بىز بۇ تۆت تۈرلۈك پىرىنسىپنى تەپسىلىي ئانالىز قىلىش ئارقىلىق، ئۇلارنىڭ ئارقىسىدىكى ئەسلىي قوزغاتقۇچ كۈچنى — مۇھەببەت (ئىشق) نى مۇلاھىزە قىلىمىز.

ۋاقىتلىق خۇشاللىقتىن مەڭگۈلۈك خۇشاللىققا

يېقىنىدا، مېنى تەخمىنەن 30 ياشلاردىكى بىر ئايال مالىيە ئانالىزچىسى داۋالىنىش ئۈچۈن ئىزدەپ كەلدى. ئىزدەپ كېلىشتىكى مەقسىتى، ئۆزىدىكى خىزمەت ئۈنۈمىگە تەسىر يەتكۈزىدىغان ناچار ئادىتىنى قانداق تۈزىتىش ھەققىدە مەسلىھەت ئېلىش ئۈچۈن ئىدى. دەسلەپكى ئايدا، بىز ئۇنىڭ باشلىقىغا ۋە ئىجتىمائىي ھوقۇققا تۇتقان پوزىتسىيەسىنى، بولۇپمۇ دادىسىنىڭ ئىجتىمائىي ئورنىغا بولغان تونۇشىنى تەكشۈردۇق. ئاندىن ئۇنىڭ خىزمەتكە ۋە مۇۋەپپەقىيەتكە بولغان كۆزقارىشىنى ئىگىلىدۇق. ئاخىرىدا، ئۇنىڭ تونۇشى ۋە كۆزقاراشلىرى بىلەن نىكاھ، ئايالىق ئاڭ، جىنسىيەت تونۇشى ۋە ئەر-ئايالىق مۇناسىۋەت ئارىسىدىكى ئۆزئارا تەسىرنى مۇلاھىزە قىلدۇق. مۇھىمى، ئۇنىڭ پسىخىكىسىغا قانداق نەرسە تەسىر كۆرسەتكەندۇ؟ دېگەن مەسىلە ئۈستىدە ئويلاندۇق. ھالبۇكى، بىز مۇشۇنداق بىرقاتار «قەلب ئانالىزى ئۇسۇلى»نى قوللانساقمۇ، تۇنۇگۈن (ئۇنىڭ كەچمىشى) نىڭ ماھىيىتىگە قىلچىلىك يېقىنلىشالمىدۇق.

بىر كۈنى، بىز سەل قارىغان، ئەمما ناھايىتى ئېنىق بىر نۇقتىنى بايقىدۇق. مەن ئۇنىڭدىن: «سىز تورتقا ئامراقمۇ؟» دەپ سورىدىم. ئۇ ئامراقلىقىنى ئېيتتى. مەن يەنە: «سىز تورتنىڭ ئۆزىنى يېيىشكە ئامراقمۇ ياكى سىرتىدىكى شاكىلات قەۋىتىنىمۇ؟» دەپ سورىدىم. ئۇ ھاياجانلانغان ھالدا: «ئەلۋەتتە شاكىلات قەۋىتىنى» دەپ جاۋاب بەردى. مەن يەنە: «تورت يېيىشتە بىرەر ئادىتىڭىز بارمۇ؟» دەپ سورىدىم. ئۇ: «بۇنىمۇ

سوراش كېتەمدۇ. مەن ئاۋۋال شاكىلات قەۋىتىنى پاكىز يەپ بولۇپ، ئاندىن تورتنى يېيىشكە باشلايمەن» دېدى.

بىز ئۇنىڭ تورت يېيىش ئادىتىگە قاراپ، خىزمەت پوزىتسىيەسىنى قايتا تەكشۈردۇق. ئويلىمىغان يەردىن، مۇنداق مەسىلىنى بايقىدۇق: ئۇ خىزمەتكە بارغان تۇنجى سائەتتە ئەڭ ئاسان ئىشلارنى ئىشلەپ تۈگىتىدىكەن. ئۇنىڭدىن كېيىنكى ۋاقىتتا، ئاساسەن قىيىن ئىشلاردىن قېچىش پوزىتسىيەسىدە ۋاقىت ئۆتكۈزىدىكەن. مەن ئۇنىڭغا تەكلىپ بېرىپ، تۇنجى سائەتتىلا ئۆزىنى قىيىن ئىشلارنى قىلىشقا كۆندۈرۈشنى ئېيتتىم. مۇشۇنداق بولسا، ئۇ خىزمەتتە بىرئاز يەڭگىللىك ھېس قىلىشى مۇمكىن ئىدى. ئاخىردا، مەن چاقچاق ئورنىدا: «سىز مالىيە باشقۇرۇشنى ئۆگەنگەن بولغاندىكىن، ھېسابقا ئۇستا، بىر كۈندىكى يەتتە سائەتلىك ئازابقا بىر سائەتلىك خۇشاللىقنى قوشۇش بىلەن يەتتە سائەتلىك خۇشاللىققا بىر سائەتلىك ئازابنى قوشۇشنىڭ پەرقىنى مەندىن ياخشى بىلىسىز» دېدىم. ئۇ مېنىڭ تەكلىپىمنى توغرا كۆردى. ئۇنىڭ ئۇستىگە، ئۇ ئىرادىلىك بولغاچقا، خىزمەتتىكى توسقۇنلۇقتىن ئاستا-ئاستا قۇتۇلدى.

ئوقۇبەت بىلەن خۇشاللىق تەرتىپىنى تەڭشەش

ۋاقىتلىق خۇشاللىققا بېرىلمەسلىك دېگىنىمىز، تۇرمۇشتىكى ئوقۇبەت بىلەن خۇشاللىقنىڭ تەرتىپىنى قايتىدىن ئورۇنلاشتۇرۇش دېگەنلىكتۇر. ئاۋۋال ئوقۇبەتكە يۈزلىنىپ، مەسىلىنى ھەل قىلىش كېرەك، دەل شۇنىڭدىن كېيىن كېلىدىغان خۇشاللىق تېخىمۇ زور بولىدۇ. مانا بۇ ياشاشنىڭ بىردىنبىر توغرا ئۇسۇلى.

ئادەم بەش ياشتىن باشلاپ، ۋاقىتلىق خۇشاللىققا بېرىلمەسلىكنىڭ تەرتىپىنى ئورۇنلاشتۇرۇشنى ئۆگىنىشكە باشلىسا بولىدۇ. مەسىلەن: نۆۋەتلىشىپ ئوينايدىغان ئۆسمۈرلەر ئويۇنىدا، باللار ئەگەر ئالدىنقى نۆۋەتنى ئويۇنداشلىرىغا ئۆتۈنۈپ، ئۆزى ئەڭ ئاخىرقى نۆۋەتنى ساقلىسا، چوقۇمكى، ئۇ ھېچكىم ئالدىراتمايدىغان ئازادە ئويۇننىڭ ھۇزۇرىدىن بەھرىمەن بولىدۇ. ئالتە ياشلىق بالا شاكىلات قەۋىتىنى ئاۋۋال يەۋالمىسا، تورت تەمىنىڭ تېخىمۇ ياخشى بولىدىغانلىقىنى ھېس قىلالايدۇ. باشلانغۇچ مەكتەپتىكى ئائىلە تاپشۇرۇقى باللارنى ئاۋۋال جاپاغا، ئاندىن ھۇزۇرغا كۆندۈرۈشتىكى ئەڭ ياخشى ئەمەلىيەت. بالا ئون ياشقا توشقاندا، ئاتا-ئانىسىنىڭ بۇيرۇقىسىزلا، ئاۋۋال تاپشۇرۇقنى ئىشلەپ بولۇپ، ئاندىن تېلېۋىزور كۆرىدۇ. 15—16 ياشتىن كېيىن، بۇنداق قىلىقلار ناھايىتى نورمال پوزىتسىيەلەردۇر.

بىراق، پېداگوكلارنىڭ قارىشىچە، ياشلىق دەۋرىدىكى باللاردا بۇنداق ئاتالمىش «نورمال پوزىتسىيە» ئاز ئۇچرايدۇ. كۆپ ساندىكى ياشلاردا ئەسلا «كېيىنكى نۆۋەتتە بەھرىلىنەي» دەيدىغان قاراش يوق،

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

بۇلارنىڭ كۆپىنچىسى پىسخىكىسىدا ۋە بىلىشىدە مەسىلە بار ئوقۇغۇچىلار بولۇپ چىقىدۇ. گەرچە ئۇلارنىڭ زېھنى باشقىلاردىن ناچار بولمىسىمۇ، بىراق ئۆگىنىش نەتىجىسى كۆپ ئارقىدا قالىدۇ. ئۇلار نېمە ئىش قىلىشىدىن قەتئىينەزەر چېچىلىدۇ، قېنى قىزىق بولىدۇ، ئاسان ئورۇشىدۇ، دورا ئىچىۋالىدۇ، ساقچىلار بىلەنمۇ توقۇنۇشىدۇ. «ئاۋۋال بەھرىمەن بولۇش، ئاندىن بەدەل تۆلەش» ئۇلارنىڭ قىبلىنامىسىدۇر.

ئەھۋال بۇ دەرىجىگە يەتكەندە پىسخىكىلىق داۋالاش ئېلىپ بېرىش كېچىككەن بولىدۇ. ھاياجان بىلەن ئىش قىلىدىغان ياشلار مۇداخىلىچى كېلىدۇ، داۋالىغۇچىلار گەرچە ئۇزىنىڭ سەممىيىتى بىلەن ئۇلارنىڭ دوستلۇقىغا ئېرىشسىمۇ، بىراق ئۇلار داۋالاش جەريانىغا ئاكتىپلىق بىلەن قاتنىششىنى خالىمايدۇ. ئۇلار ئەمەلىيەتتىن ئۆزىنى قاچۇرغاچقا، بارلىق تىرىشچانلىقلىرى مەغلۇبىيەت بىلەن خاتىمىلىنىدۇ. ئاخىرىدا ئوقۇشتىن چېكىنىپ، ئۆزىنىڭ مەغلۇبىيەتلىك تۇرمۇشىنى داۋاملاشتۇرىدۇ، بەختسىز نىكاھقا باغلىنىدۇ، تاسادىپىي ھادىسىلەرگە ئۇچرايدۇ، كېسەللەر دوختۇرخانىسىغا ياكى تۈرمىگە كىرىدۇ. بۇ نېمە ئۈچۈن؟ نېمىشقا كۆپ سانلىق كىشىلەر بىردەملىك خۇشاللىقتىن ۋاز كېچىشنى خالىمايدۇ؟ يەنە نېمىشقا كۆپ قىسىم كىشىلەر مۇشۇنىڭ ئۈچۈن مەغلۇپ بولىدۇ؟ بۇنىڭ جاۋابى ھازىرغىچە پۈتمىدى، ئىلمىي دەلىلەرمۇ يېتەرسىز بولۇپ كەلدى. گېننىڭ تەسىرىمۇ كۆرۈنەرلىك ئەمەس، ھەر خىل دىيالېكتىكىلار ئىلمىي مېتودلار ئارقىلىق كونترول قىلىنىپ باقمىدى، بىراق كۆپ قىسىم ئالامەتلەر ئائىلە تەربىيەسىنىڭ مۇھىملىقىنى كۆرسەتمەكتە.

ئۆزىنى باشقۇرۇشنىڭ باشلىنىش نۇقتىسى

بالىنىڭ ئۆزىنى تىزگىنلىيەلمەسلىكىنىڭ سەۋەبىنى ئائىلە تەربىيەسىنىڭ سۇسلۇقىدىن كۆرگىلى بولمايدۇ. ئەمەلىيەتتە بۇ خىل بالىلارنىڭ ھەممىسى ئائىلىسىدە قاتتىق جازاغا ئۇچرىغان بولىدۇ. كىچىككىنە سەۋەنلىكى ئۈچۈن، ئاتا-ئانىسىنىڭ تېپىكىگە، قولىقىنى سوزۇشىغا، شاپىلاقلىشىغا ۋە تىللىشىغا دۇچ كېلىدۇ. بىراق ئىنتىزاملىق باشقۇرۇش يوق تەربىيە، پۈتۈنلەي ئەھمىيەتسىزدۇر.

بۇنىڭ ئاساسلىق سەۋەبى ئاتا-ئانىسىنىڭمۇ ئۆزىنى تىزگىنلىيەلمىگەنلىكى ئۈچۈندۇر، بالا تەربىيەلەشتە چوڭلار ئىنتىزامغا بويسۇنۇشنىڭ ئۈلگىسىگە ئايلىنىشى كېرەك. ھالبۇكى، بۇنداق ئاتا-ئانىلار ھەمىشە: «دېگىنىمدەك قىل، قىلغىنىمدەك قىلما» دەيدۇ. ئۇلار بالىلىرىنىڭ ئالدىدىلا ھاراق ئىچىدۇ، تاماكا چېكىدۇ، بالىلىرى ئالدىدا ئۆزىنى تۇتۇۋېلىشنى بىلمەيدۇ، ئۆزىنى باشقۇرالمايدۇ، ھۆرمىتىنى يوقىتىدۇ، ئەقلىي ئىش قىلمايدۇ، ئۇلاردا ئىشەنچ ۋە ۋەدە بولمايدۇ. ئۆزىنىڭ تۇرمۇشىنىڭ قالايمىقان بولۇشىدىن خەۋەرسىز، بالىلىرىنىڭ تەرتىپلىك بولۇشىنى تەلەپ قىلىدۇ. ئاتا دائىم ئانىنى ئۇرىدىغان تۇرسا، ئاكىسى سىڭلىسىنى ئۇرغاندا، ئانىسىنىڭ ئۇنى جازالىشىنىڭ يەنە نېمە ئەھمىيىتى؟ ئۇلاردىن ئۆزىنى كونترول قىلىش پوزىتسىيەنى تەلەپ قىلىشنىڭ نېمە پايدىسى بار؟ بۇنداق بولغاندا، بالىلاردا سېلىشتۇرۇش ئوبيېكتى بولمايدۇ. ئۇلارنىڭ قەلبىدە ئاتا-ئانا ئىلاھقا ئوخشايدۇ، ئاتا-ئانىلارنىڭ مەسىلىلەرنى بىر تەرەپ قىلىشتىكى ئۇسۇلى ئۇلار ئۈچۈن ئەڭ توغرا يارلىق ھېسابلىنىدۇ. ئاتا-ئانىلار تۇرمۇشتا تەرتىپلىك، سوغۇققان،

تەلەپچان بولسا، باللارمۇ قەلبىدە تۇرمۇشنىڭ ئەڭ يۇقىرى ئۆلچىمى مۇشۇنداقكەن دەپ ئويلايدۇ. ئاتا-ئانىلار تۇرمۇشىدا نىشانسىز، مەسئۇلىيەتسىز بولسا، باللارنىڭ نەزىرىدە تۇرمۇش بىر خىل ئويۇندەك تۇيۇلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

مېھربانلىق ھەممىنى ئېرىتىدۇ

مېھربانلىق ئۈلگە بولۇشقا قارىغاندا تېخىمۇ مۇھىم، ئەڭ قالايمىقان ئائىلىلەردىمۇ ھەقىقىي مېھربانلىق مەۋجۇت بولۇشى مۇمكىن. يەنە كېلىپ، تەربىيەلەپ چىقىلغان بالىلارمۇ ئائىلە ئىنتىزامىنى ناھايىتى ياخشى چۈشىنىدىغان چوڭ بولىدۇ. ئەكسىچە، دوختۇر، ئادۋوكات، ساخاۋەتچى قاتارلىق ئىنتىزامچان ۋە كەسىپ روھىغا ئىگە ئاتا-ئانىلارنىڭ ئائىلە تۇرمۇشى ناھايىتى تەرتىپلىك بولسىمۇ، بىراق مېھربانلىقى يېتەرلىك بولمىغاچقا، ئۇلار تەربىيەلىگەن بالىلار، نامرات ۋە قالايمىقان ئائىلىلەردە چوڭ بولغان بالىلاردىنمۇ تەرتىپسىز ۋە ئىنتىزامسىز چوڭ بولۇشى مۇمكىن.

مېھربانلىق ئەڭ مۇھىم ئامىل. بىز مەلۇم بىر نەرسىگە مېھرىمىزنى بەرسەك (ياخشى كۆرسەك)، ئۇنىڭ قىممىتىنى ئېتىراپ قىلىمىز. ئۇنىڭغا شۇنچە كۆپ ۋاقتىنى ئىسراپ قىلساقمۇ، خۇشال بولىمىز. تۇنجى قېتىم موتوسىكلىت مىنىۋاتقان بىر ياشنى كۆزەتسەك، ئۇنى قانچىلىك ۋاقىت يۇيۇشى ۋە سۈرتۈشىدىن قەتئىينەزەر، ئۇنىڭدىن ھۇزۇرلىنىدۇ. ياكى مەلۇم بىر مويسىپىتنىڭ ئۆز گۈللۈكىنى قانداق پەرۋىش قىلغانلىقىنى كۆزەتسەك، سۇغۇرۇش، ئوغۇتلاش، قىرقىش، ھاشارات يوقىتىش، ئۇلاش ۋە كۆچۈرۈش قاتارلىق ئىشلىرىنى پۈتۈن زېھنى ۋە مېھرى بىلەن قىلىدۇ.

ئۆزىنىڭ بالىسىغا مېھربانلىق كۆرسىتىشىمۇ دەل مۇشۇنىڭغا ئوخشايدۇ، ئۇلارنى شۇنچە ئۇزۇن يىل بېقىپ، كۆيۈنۈپ، مېھربانلىق كۆرسىتىپ، يەنە ئۇلاردىن خۇشاللىق تاپىمىز.

مۇكەممەل ئىنتىزام ئۇزاق ۋاقىتلىق تەربىيەگە موھتاج. ئەگەر بالىلارغا ھەمراھ بولۇشقا كۆپرەك ۋاقىت چىقارمىساق، ئۇنداقتا ئۇلارنى

تەپسىلىي كۆزىتەلىشىمىز مۇمكىن ئەمەس ھەمىدە ئۇلارنىڭ ئىنچىكە ھەرىكەتلىرى ئارقىلىق ئىپادىلىگەن تۇرلۇك تەقەززالىرىنى ھېس قىلالمايمىز. ھەتتا ئۇلار كۆچلۈك ئىنتىزام تەربىيەسىگە موھتاج بولغان ۋاقىتتىمۇ، بىز يەنىلا بالىلارنى ئاساسەن كۆڭلىمىزدىكى ئىشلارنى قىلىشقا بۇيرۇپ، ئۇلارنىڭ ھەقىقىي ئېھتىياجىنى نەزەردىن ساقىت قىلىمىز. ئەھۋال بىر قەدەر ئېغىرلاشقاندا، بىز پەقەت ئۇلارغا ئاچچىقلايمىز، مەسىلىنىڭ ماھىيىتىنى چۈشىنىشكە ئۇرۇنماي، ئۇلارنى جازالايمىز، خالاس.

بالىسى ئۇچۇن ۋاقىت چىقىرالايدىغان ئاتا-ئانىلار، بالىلىرىدا مەسىلە كۆرۈلۈشتىن ئىلگىرىلا تەدبىر قوللىنىدۇ، بالىلىرى بىلەن ئورتاقلىشىدۇ. ماختاش، ئىلھاملاندۇرۇش ۋە تەنبىھلەش ئارقىلىق بالىلارنىڭ تەرەققىيات يۆنىلىشىنى توغرىلاپ، مەسىلىلەرنى ۋاقتىدا ھەل قىلىدۇ. ئۇلار بالىلارنىڭ تاماقلىنىش، دەرس تەكرارلاش، يالغان ئېيتىش ياكى مەسىلىدىن ئۆزىنى قاچۇرۇش قىلىقلىرىغا دىققەت قىلىدۇ. بىر تەرەپتىن ئىختىيارىغا قويۇپ بېرىپ، يەنە بىر تەرەپتىن تىزگىنلەيدۇ، ئەسكەرتمە بېرىش، قۇچاقلاش، سۆيۈش، دولىسىنى قېقىپ قويۇش قاتارلىق ھەرىكەتلەر ئارقىلىق بالىلىرىغا ئۆزىنىڭ مېھرىنى بېرىپ، مەسىلىلەرنى دەل ۋاقتىدا ئوڭشاپ تۇرىدۇ.

كېسىپ ئېيتىشقا بولىدۇكى، مۇھەببەتكە تويۇنغان ئائىلىلەردىكى تەربىيەۋى ساپا مۇھەببەتسىز ئائىلەرگە سېلىشتۇرغاندا ناھايىتى يۇقىرى كېلىدۇ. مېھرگە باي ئائىلە باشلىقلىرى بالىلىرىغا كۆپرەك ۋاقىت ئاجرىتىپ، بالىلارنىڭ ئىنتىلىشلىرىنى قاندۇرۇش بىلەن بىرگە، بالىلىرىغا دائىم ئوقۇبەت ۋە خۇشاللىقنى تاللىشىپ بېرىدۇ ھەمدە بالىلارنىڭ قايغۇسىغا ئورتاقلىشىدۇ. بۇ خىل ھالەتتە بالىلار ئوقۇبەت ھېس قىلمايدۇ. ئۇلار ئاتا-ئانىسىنىڭ ئۆز قايغۇسىغا ناھايىتمۇ تەبىئىي ھالدا ئورتاقلىشىۋاتقىنىنى ناھايىتى ئېنىق بىلىدۇ. بۇنداق ئەھۋالدا بالىلار گەرچە قەلبىدىكى رازىمەنلىك تۇيغۇسىنى شۇ ھامان ئىپادىلىمىسىمۇ، بىراق ئۇلار ئوقۇبەتكە بەرداشلىق بېرىشنىڭ ھېكمىتىنى ئۆگىنىۋالىدۇ. ئۇلار ئۆز-ئۆزىگە: « ئاتا-ئانام ئازابىمغا ئورتاقلىششىنى خالىغانىكەن، ئوقۇبەت يامان ئىش ئەمەسكەن، مەنمۇ ئۆز ئوقۇبىتىمنى ئۆز ئۈستۈمگە ئالسام توغرا بولغۇدەك»

دەيدۇ، مانا بۇ ئۆزىنى تىزگىنلەشنىڭ باشلىنىش نۇقتىسىدۇر.

ئاتا-ئانىلارنىڭ بالىلىرىغا ئاجراتقان ۋاقتىنىڭ ئاز-كۆپلۈكىدىن ۋە بۇ جەريانىدىكى پەزىلىتىدىن، بالىلار ئاتا-ئانىسىنىڭ ئۆزىگە قانچىلىك كۆيۈنىدىغانلىقىنى بىلىۋالىدۇ. بالىسىغا ئەسلا مۇھەببىتى يوق بىر قىسىم ئاتا-ئانىلار ئۆزلىرىنىڭ مەغلۇبىيىتىنى يوشۇرۇش ئۈچۈن، بىر خىل ماشىنىلاشقان رەسمىيەتتە، ئۆزىنىڭ بالىسىنى قانچىلىك ياخشى كۆرىدىغانلىقىنى، كۆيۈنىدىغانلىقىنى تەكرار ئېيتىدۇ، بىراق بالىلىرىغا ھەقىقىي مۇھەببىتىنى بەرمەيدۇ. ۋاقىت ئۇزارغانسېرى بالىلار بۇ خىل ئالداشقا چىدىمايدۇ. سىرتقى كۆرۈنۈشتە ئاتا-ئانىسىغا ئىشەنگەن بولۇۋالىدۇ، بىراق رازى بولمايدۇ، ئۇلار ھەمىشە ئۆزىنىڭ بۇ خىل ياخشى كۆرۈلۈشكە ئىشىنىشىنى ئۈمىد قىلىدۇ، ئەمما يوشۇرۇن ئېڭىدا، ئاتا-ئانىسىنىڭ ھېچنېمىگە ۋەكىللىك قىلالمايدىغانلىقىنى ھېس قىلىشقا باشلايدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

I should learn !!

ئۆزىنى قەدىرلەش

يەنە بىر تەرەپتىن، ئاتا-ئانىسىنىڭ ھەقىقىي مۇھەببىتىگە ئېرىشكەن بالىلار، گەرچە رەنجىگەندەك ۋە قېيدىغاندەك بولىۋالسىمۇ، ئەمما ئۇلارنىڭ يوشۇرۇن ئېڭى ئەھۋالنىڭ ئۇنداق ئەمەسلىكىنى بىلىپ تۇرغان بولىدۇ. بىراۋنىڭ ئۆزىنى قەدىرلەۋاتقانلىقىنى ھېس قىلغان بالىلاردا، تەبىئىي ھالدا ئۆزىنى قەدىرلەش ئېڭى شەكىللىنىدۇ، ئەمەلىيەتتە بۇ خىل «ئۆزىنى قەدىرلەش»نى بىلىش ئالتۇندىنمۇ قىممەتلىكتۇر.

«مەن قىممىتىم بار ئادەم» دەپ ياشاشتەك ئۆزىنى ئېتىراپ قىلىش روھى ساغلام پسىخىك ئامىلدۇر ھەم ئۆزىنى تىزگىنلەشنىڭ ئاساسىدۇر. ئۇ بىۋاسىتە ھالدا ئاتا-ئانىنىڭ مۇھەببىتىدىن كېلىدۇ. بالىلارغا بۇ خىل ئۆزىگە ئىشىنىش روھىنى كىچىكىدىن باشلاپ ئۆگىتىش زۆرۈر. بالا چوڭ بولغاندىن كېيىن، ئاندىن تەربىيەلەيمەن دېيىش ئەخمەقلىقتۇر. كىچىكىدىن مۇھەببەتكە تويۇنۇپ چوڭ بولغان بالىلار، چوڭ بولغاندا، قانداق قىيىنچىلىققا ئۇچرىشىدىن قەتئىينەزەر، ئۆزىگە ئىشەنگەنلىكتىن تۆگىشىپ كەتمەيدۇ. ئۆزلۈكنى قەدىرلەشنىڭ بۇنداق مۇھىم بولۇشىنىڭ سەۋەبى شۇكى، بىر ئادەم ئۆزىنىڭ قىممىتىنى مۇئەييەنلەشتۈرگەن ۋاقىتتا، زۆرۈر تەدبىرلەر ئارقىلىق ئۆزىنى قوغدايدۇ، ئۆزىدىن خەۋەر ئالىدۇ، ئۆزىدىن خەۋەر ئېلىشمۇ يەنە ئۆزىنى تىزگىنلەشنىڭ يەنە بىر مەنىسىدۇر.

باشتىكى «ۋاقىتلىق خۇشاللىقتىن مەڭگۈلۈك خۇشاللىققا» قىسمىدا تىلغا ئالغان مىسالدىكىدەك، ئەگەر بىز ئۆزىمىزنى قەدىرلىسەك، ۋاقتىمىزنى قەدىرلىگەن ۋە ئۇنىڭدىن ئۈنۈملۈك پايدىلانغان بولىمىز. خىزمەتتە تۇسالغۇ كۆرۈلگەن ھېلىقى مالىيە ئانالىزچىسىنىڭ مەسىلىسىمۇ دەل ۋاقىتنى

قەدىرلىمىگەنلىكتىن كېلىپچىققان، ئۇنداق بولمىغان بولسا، ئۇ شۇنچە كۆپ ۋاقتىنى تىت-تىتلىق ۋە ئۈنۈمسىز ئىشلار بىلەن ئىسراپ قىلىۋەتمىگەن بولاتتى. ئۇ كىچىك ۋاقتىدا، ئاتا-ئانىسىنىڭ ئۇنىڭغا ھەمراھ بولۇشقا ۋاقتى بولسىمۇ، بىراق تەتىللەردە پۇل خەجلەپ ئۇنى «ئاسراندى ئاتا-ئانا» لىرى يېنىغا ئاپىرىپ بەرگەن.

دەل مۇشۇ ئىشلار بالىنىڭ قەلبىدە پىسخىك توسالغۇ پەيدا قىلغان. ئاتا-ئانىسى ئۇنىڭغا كۆڭۈل بۆلمىگەن، ھالىدىن خەۋەر ئالمىغان، شۇنىڭ بىلەن ئۇ شۇنداق ئۆزىنى باشقۇرالمايدىغان ئادەتنى يېتىلدۈرۈۋالغان. گەرچە ئۇ ناھايىتى ئىقتىدارلىق ۋە قابىل بولسىمۇ، بىراق ئۆزىنى تۈۋەن كۆرگەن، ئۆزىنىڭ ۋاقتىغىمۇ پەرۋا قىلمىغان. شۇنىڭ ئۈچۈن، كىچىكىدىن باشلاپلا ئۆزىنى باشقۇرۇشنى ئۆگىنىش ناھايىتىمۇ مۇھىم. ئەگەر بىر ئادەم ئۆزىنىڭ ۋاقتىنىڭ قىممىتى بارلىقىنى چۈشەنسە، چوقۇمكى، ئۇ كۈندىلىك ۋاقىت جەدۋىلىنى قايتىدىن ئورۇنلاشتۇرىدۇ ھەم ئۇنىڭدىن ئۈنۈملۈك پايدىلىنىدۇ.

تەلەيلىك بالىلار بالىلىق مەزگىلىدە، ئاتا-ئانىسىنىڭ «تىلى ۋە دىلى بىردەك» مۇھەببىتىدىن ۋە مېھرىبانلىقىدىن بەھرىمەن بولىدۇ. چوڭ بولغاندىن كېيىن، ئۇلاردا كۈچلۈك بولغان «ئۆز قىممىتىنى تونۇش تۇيغۇسى» ۋە «بەختەرلىك تۇيغۇسى» شەكىللىنىدۇ.

بارچە بالىلارنىڭ ئۆزىنىڭ «تاشلاندۇق بالا» بولۇپ قېلىشىدىن ئەنسىرىشى سەۋەبسىز ئەمەس، بالىلار ئائىلە ئايلىق بولغاندىن باشلاپ، ئۆزىنىڭ مۇستەقىل بىر سۇبيېكت (سۇبستانسىيە ياكى يەككىلىك) ئىكەنلىكىنى ۋە ئاتا-ئانىسىدىن ئايرىم مەۋجۇتلۇق ئىكەنلىكىنى بىلىشكە باشلايدۇ. بۇ خىل بىلىش بالىغا ناھايىتى تېزلا ئۆزىنىڭ يۆلەكسىز ئىكەنلىكىنى، پەقەت ئاتا-ئانىسىغا تايىنىپلا ئاندىن مەۋجۇت بولىدىغانلىقىنى ھېس قىلدۇرىدۇ، ئۇلار ئاتا-ئانىسىنىڭ تاشلىۋېتىشىنى ئۆزىنىڭ ئۆلۈمى دەپ بىلىدۇ.

بىراق، ھەرقانچە تاش يۈرەك ئاتا-ئانا بولسىمۇ، بالىلىرىدىكى ئەنسىزلىككە نىسبەتەن ناھايىتى سەزگۈر بولىدۇ. ئۇلار بالىلىرىغا ھەمىشە: «بىز سېنى تاشلىۋەتمەيمىز، سېنى ھەرگىزمۇ ئۇنتۇمايمىز» دېگەندەك

www.uyghurkitap.com

ۋەدىلەرنى بېرىدۇ. ئەگەر بۇ خىل ئاغزاكى ۋەدىلەر ئۇلارنىڭ ھەرىكىتى بىلەن بىردەك بولسا، ياشلىق مەزگىلىگە قەدەم قويغاندا، بالىلارنىڭ ئەنسىزلىكى ئۆزلۈكىدىن يوقىلىدۇ. قەلبى بىخەتەرلىك تۇيغۇسىغا تويۇنغان بالىلار دۇنيانىڭ خۇشاللىقىنى ۋاقىتلىق ئەمەس دەپ بىلىدۇ، چۈنكى ئۇلار ئارزۇلىرىنىڭ ئىشقا ئېشىشىغا ھەرۋاقىت پۇرسەت بار دەپ قارايدۇ، شۇنداقلا ئەڭ مۇۋاپىق پەيتكىچە كۈتەلەيدۇ.

بىراق، بۇ خىل خاراكتېرنى يېتىلدۈرەلەيدىغان كىشىلەر ناھايىتىمۇ ئاز. بەزىلەر سەۋەبىلىكىدىلا، ئۆلۈم، تاشلىۋېتىلىش ۋە خورلىنىشقا دۇچ كېلىدۇ، بەزىلەر گەرچە بۇ خىل بەختسىزلىككە دۇچ كەلمىسىمۇ، بىراق ئاتا-ئانىسىنىڭ ئۆزى ئېھتىياجلىق ۋاقىتتىكى مۇھەببەتتىگە ئېرىشەلمەيدۇ. بىر قىسىم ئاتا-ئانىلار بالىسىنى ياخشى تەربىيەلەش ئۈچۈن، ئۇلارنى قورقىتىدۇ. ئۇلار ناھايىتى رەھىمسىزلەرچە: «ئەگەر گېپىمنى ئاڭلىمىساڭ، سېنى باقمايمەن، ئۇ چاغدا قانداق ئاقىۋەتكە قالىدىغىنىڭنى ئويلاپ باق» دەيدۇ. ئەگەر ئاتا-ئانىلار بالىسىغا نىسبەتەن، ھەددىدىن زىيادە كونتروللۇق ۋە مۇستەبىتلىكنى ئۆز مۇھەببىتىنىڭ ئورنىغا دەسسەتسە، بالىلاردا كەلگۈسىگە قارىتا ئەنسىزلىك تۇيغۇسى شەكىللىنىدۇ، بۇ خىل كىرىزىس تۇيغۇسى تاكى ئۇلار چوڭ بولغۇچە داۋاملىشىدۇ. ئۇلار كۆز ئالدىدىكى خۇشاللىقىمۇ ئىشەنمەيدۇ، ئۇلارنىڭ نەزىرىدە كەلگۈسى شۇنچىلىك غۇۋا ۋە ئىشەنچسىز، كېلەچەك ھازىرقىدىن نەچچە ھەسسە گۈزەل بولغان تەقدىردىمۇ، ئۇنىڭ رېئاللىششىغا ئىشەنمەيدۇ.

شۇڭا، بالىلارنى ۋاقىتلىق خۇشاللىققا بېرىلمەيدىغان قىلىپ تەربىيەلەش ئۈچۈن، چوقۇمكى، ئاتا-ئانىلار ئۆزىنى ئۆزى باشقۇرۇشنىڭ ئۈلگىسىگە ئايلىنىشى كېرەك. غايە نۇقتىسىدىن ئېلىپ ئېيتقاندا، بۇ خىل «بايلىق» ئاتا-ئانىلارنىڭ «تىل ۋە دىل بىردەكلىكى» دىن، ھەقىقىي مۇھەببەتتىن كېلىشى كېرەك. مانا بۇ بالىلار ئۈچۈن ئەڭ قىممەتلىك بايلىق ۋە سوۋغاتتۇر.

قىيىن ئىش يوق ئالەمدە

رېمونتچىلىقنى 37 يېشىمدا ئۆگەندىم. ئۇنىڭدىن ئىلگىرى، سۇ تۇرۇبىسى، چىراغ، ئېلېكترونلۇق ئويۇنچۇق، ئائىلە سايمانلىرى قاتارلىق نەرسىلەرنى رېمونت قىلىشنىمۇ بىلمەيتتىم. گەرچە مەن مېدىتسىنا ئونىۋېرسىتېتىنى پۈتكۈزگەن، ئائىلە قۇرۇپ، پىسخىكىلىق داۋالاش ۋە مەمۇرىي باشقۇرۇش تەرەپلەردە بىر قاتار ئۇتۇقلارنى قولغا كەلتۈرگەن بولساممۇ، بىراق مېخانىكا جەھەتتىكى كىچىككىنە ئىشلا ئۇچۇن، ئۇنى تولۇق ئۆگەندىم.

مەن 37 ياشقا كىرگەن يىلىنىڭ بىر يەكشەنبىسى ئىدى. مەن سەيلە قىلىۋېتىپ، قوشنامنىڭ «ئوت قىرىش ماشىنىسى»نى ئوڭشاۋاتقانلىقىنى كۆرۈپ قالدىم ھەمدە ئۇنىڭغا ھەۋەس قىلغىنىمچە: «قالتىسكەنسىز، مەن ئەزەلدىن ھېچقانداق نەرسىنى رېمونت قىلىپ باقمىغان» دېدىم. ئۇ ئىككىلەنمەيلا: «چۈنكى سىز رېمونت قىلىشقا ھېچقانداق ۋاقىت ئاجرىتىپ باقمىدىڭىز» دېدى. سەيلەمنى داۋاملاشتۇرۇۋاتقان بولساممۇ، پۈتكۈل ئويۇم قوشنامنىڭ ئاشۇ ئاددىي، ئەمما مەنىلىك سۆزىدىن ئىزچىل لەرزىگە كېلىپ تۇردى.

مەن ئۆزۈمدىن: «ئۇنىڭ دېگىنى ھەقىقەتمۇ» دەپ سورىدىم. ئۆزۈن ئۆتمەي مەن بۇ نۇقتىنى ئىسپاتلاشقا ۋاقىت چىقاردىم. بىر دوستۇمنىڭ ماشىنىسىنىڭ قول تورمۇزى قاپلىشىپ قاپتۇ. ئۇ سۈرئەت كۆرسەتكۈچنىڭ ئاستىدا بىر ئۆزچات (ۋېكلىۋچاتىل) نىڭ بارلىقىنى بىلىدىكەن. بىراق ئۇنىڭ ئورنىنى ۋە شەكلىنى بىلمەيدىكەن. مەن ئۆزۈمنى ئەركىن تۇتۇپ تەپسىلىي كۆزىتىشكە باشلىدىم. گەرچە كۆز ئالدىمدىكى چىگىش تۈك

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

سىملىرى، نەيچە ۋە راملارنىڭ نىمىلەرگە ئىشلىتىدىغانلىقىنى بىلمىسەممۇ، بىراق مەن تورمۇزغا چېتىلىدىغان سىملارنىڭ ھەممىسىنى تېپىپ چىقتىم ۋە ئۇلارنىڭ ھەربىر تەرتىپلىرىنى چۈشەندىم. ئاخىرى تورمۇزنى قاپسىۋالغان ئۇزچاتنى تاپتىم. مەن بىر مەھەل كۆزەتكەندىن كېيىن ئۇزچاتنى شۇنداق بىسۇۋدىم، مەسىلە ھەل بولدى، مېنىڭ بۇ ئۇگىنىشىم رېمونتچىنىڭكىدىنمۇ ياخشى بولدى، ئەلۋەتتە.

ئەسلىي كەسپىم بىلەن مېخانىكا مۇناسىۋەتسىز ئىدى، يەنە كېلىپ، بۇ جەھەتتىن ھېچقانداق كەسپىي مەلۇماتىم بولمىغاچقا مېخانىكىغا ئائىت مەسىلىلەرنى بىر تەرەپ قىلىشتا كۆپىنچە رېمونتچىلارنى ئىزدەيتتىم. بىراق ھازىر شۇنى بىلدىمكى، بۇ مېنىڭ تۇغۇلۇشۇمدىن مېخانىكا جەھەتتىكى ئالاھىدىلىكىمنىڭ يوقلىقىدىن ئەمەس، بەلكى مېنىڭ تاللىشىمدىن بولغان ئىكەن. ھازىر مەن، بىر ئادەم ئەگەر ئەقلىي جەھەتتىن توسالغۇسى بولمىسىلا ۋە ھەرقانداق بىر ئىشقا ۋاقىت ئاجرىتسىلا ھەل قىلغىلى بولمايدىغان مەسىلە يوق، دەپ قارايمەن.

بۇ بىر نۇقتا ناھايىتى مۇھىم. كۆپىنچە ۋاقىتتا كىشىلەر يېتەرلىك ۋاقىت سەرپ قىلمىغانلىقى سەۋەبلىك بىلىم، ئىجتىمائىيەت ۋە پسىخىك مەسىلىلەرنى ھەل قىلىشقا ئامالسىز قالىدۇ. ئەگەر مەن قوشنامنىڭ سۆزىدىن تەسىرلەنمىگەن بولسام، سۈرئەت كۆرسەتكۈچنىڭ ئاستىغا ئېگىشىپ، توك سىملىرىنى بىردەم تارتىشتۇرغاندىن كېيىن، ھېچقانداق ئۇنۇمگە ئېرىشەلمەي، «ئامال قىلالمىدىم» دېيىشتىن باشقىغا يارىمايتتىم. ئەجەبا كۈندىلىك تۇرمۇشتا يولۇققان مەسىلىلەرنىڭ ھەممىسىگە مۇشۇنداق پوزىتسىيە تۇتساق بولمامدۇ؟

ئالدىنقى قىسىمدا تىلغا ئالغان مالىيە ئانالىزچىسى ئەمەلىيەتتە قەلبى مۇھەببەتكە تويۇنغان بولسىمۇ ۋە مېھرىبان ئانا بولۇشقا تىرىشسىمۇ، بىراق ئۇزىنىڭ ئىككى بالىسىنى ياخشى باشقۇرالمىغان. شۇنىڭ بىلەن بالىلارنىڭ كەيپىياتى ۋە ئانىنىڭ باشقۇرۇشى ئوتتۇرىسىدا مەسىلە كۆرۈلگەن. ئۇ بۇنىڭدىن مەلۇم ساۋاقنى ئېرىشتى، يەنى مۇنداق ئىككى تۈرلۈك تەدبىر قوللاندى: ئۇ مەسىلىنىڭ ھەل بولۇش-بولماسلىقىدىن

قەتئىيــنەزەر، بــالىلارنى كــۆپ يېيىشــكە ۋە كــۆپ ئۇخلاشــقا زورلاشــتەك ئادىتىنى ئۆزگەرتىشكە تىرىشتى؛ ئەمما ئۇ تەدبىرنىڭ ئۈنـۈمى بولمىغانـدا، كەيپىياتسىز ھالدا مېنى ئىزدەپ كېلىپ: «ھېچقانـداق ئامـالىم قالمىـدى، ئەمدى قانداق قىلسام بولار؟» دەپ مەسلىھەت سورايدىغان بولدى.

ئەمەلىيەتتە بۇ ئايال ناھايىتى ئەقىللىق بولۇپ، ئىدارىدىكى باشقىلار ھەل قىلالمىغــان قــيىن مەســىلىلەرنى ئــۇ ھەل قىلىۋېتــدىكەن. ئەممــا شەخسىي مەسىلىلىرىدىلا، ئــۇ ناھــايىتى بەك گاڭگىرايــدىكەن، ئامالســىز قالىدىكەن. ئەمەلىيەتتە مەسىلە دەل ئۇنىڭ ۋاقــت ئاجرىتىشــىدا ئىــدى. شەخسىي مەسىلىلەردە ئــۇ ئــۆزىنى ناقابىــل ھــېس قىلىــپ، ئۇنىڭــدىن ناھايىتى تېزلا قۇتۇلۇشنى ئويلىغان ھەمــدە بــۇ خىــل ھۇزۇرســىز ســېزىمغا ۋاقىت ئاجرىتىپ، ئۇنى ھەل قىلىشنى، مەسىلىنى باشتىن باشـلاپ ئانــالىز قىلىشنى خالىمىغان. مەسىلىنى بىردەملىك بولســىمۇ ھەل قىلىــش گەرچە ئادەمدە رازىمەنلىك تۇيغۇسى پەيدا قىلسىمۇ، بىراق ئــۆزىنى قــاچۇرۇش ۋە ئەپلەپ-سەپلەپ قۇتۇلۇش ئادەمنىڭ مەسىلە بىلەن ئۇچرىشــش ۋاقتىنــى قىســقارتىۋېتىدۇ. نەتىجىــدە ئۇنــداق ئادەمنىــڭ مەســىلىنى ھەل قىلىــش ئۇسۇلى مەسىلىنىڭ يادروسىغا يېقىنلاشماي، ئەكسىچە ئائىلىسىنى ئــۇزۇن ۋاقىت قالايمىقانچىلىققا پاتقۇزىدۇ.

مەسىلىنى چاقماق تېزلىكىدە ھەل قىلىشنى ئۈمىد قىلىش بىر خىل ئىپتىدائىي ۋە بۇزغۇنچىلىق خاراكتېرى ناھــايىتى يــۇقىرى ئىنكاســتۇر. بــۇ خىل پوزىتسىيەدە ئۈمىدمۇ ھامــان بىــر كــۈنى يوقىلىــدۇ. ئەممــا مەســىلە ئاپتوماتىك ھەل بولۇپ قالمايدۇ. بۇ بىر بەختسىز تەقدىر. ئەمما مەسىلىنى ھەل قىلماي ئۇزاق ۋاقىتقىچە سۆرەپ يۈرۈش كىشــى قەلبىــدە مەڭگۈلــۈك توسالغۇ پەيدا قىلىدۇ.

ئوقۇبەتتىن قــېچىش ۋە پەرۋاســىز بولــۇۋېلىش ئــادەمنى بىردەملىــك خۇشاللىققا باشلاپ بارىدۇ. مەسىلىگە يۈزلىنىشنىڭ مــۇقەررەر ئوقۇبەتلىــك جەريــانلىقىنى ھەممىمىــز بىلىمىــز. مەســىلىگە بالــدۇر يــۈزلىنىش كــۆز ئالدىدىكى راھەتتىن، ھېچبولمىغاندا يېنىكــرەك ئوقــۇبەتتىن ۋاز كېچىــپ، ئېغىرراق ئوقۇبەتكە قالغاندەك قىلســىمۇ، بــىراق كەلگۈســىدە تېخىمــۇ زور

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى
www.uyghurkitap.com

راھەت ۋە خۇشاللىقتا ئىرىشىشتىن دىرەك بېرىدۇ.

نۇرغۇن جەمئىيەتلەردە باشچىلىق قىلغان بىر گېنېرال ماكا: «ھەربىي قىسىمدا مەۋجۇت بولغان ھەرقانداق مەسىلە ئەمەلىيەتتە ھەرقانداق تەشكىلدىمۇ مەۋجۇت، كۆپ سانلىق باشلىقلار مەسىلىگە قانچە ئۇزۇن تىكىلىپ ئولتۇرسا، مەسىلە ئۆزلۈكىدىن ھەل بولۇپ قالىدىغاندەك ھېس قىلىپ، ئىشخانىدا جىمجىت ئولتۇرۇۋالىدۇ» دېگەنىدى. بۇ گېنېرالنىڭ كۆرسەتكىنى ئادەتتىكى ئادەملەر ئەمەس، بەلكى ئىرادىسى چېنىققان، كۈچلۈك ئىنتىزام قارىشى بولغان ئوفىتسېرلار ئىدى.

لىدىر شىركەتنىڭ بارلىق ئىشلىرىغا يېتەكچىلىك قىلغىنىدەك، ئاتا-ئانىلارنىڭمۇ مەسئۇلىيىتى ئېغىر، بىراق، نۇرغۇن ئاتا-ئانىلاردا بۇنداق پىسخىك تەييارلىق يوق. ئۇلار خۇددى يۇقىرىدىكى ئوفىتسېرلارغا ئوخشاش، مەسىلىنىڭ ھەل بولۇشىنى بىر قانچە ئاي، ھەتتا بىر قانچە يىل كۈتۈپ، ئاندىن ئەمەلىي ئەھۋالنى چۈشىنىدۇ ۋە ئاتا-ئانا-پەرزەنتلىك مۇناسىۋەتنى ياخشىلاشقا باشلايدۇ.

مەلۇم بىر ئائىلە باشلىقى، بالىسىدا داۋاملاشقىنىغا بەش يىل بولغان مەسىلىگە مەسلىھەت ئېلىش ئۈچۈن، بىر پىسخولوگنى ئىزدەپ كەلدى. ئۇ: « چوڭ بولسا ئۇقۇشلىدۇ» دەپ ئويلىغانىكەن. ئەلۋەتتە، بالا تەربىيەلەش بىر خىل مۇرەككەپ جەريان بولغاچقا ئاتا-ئانىلارمۇ ئامالسىز قالىدۇ، ئۇنىڭ ئۈستىگە بەزى مەسىلىلەر «بالا چوڭ بولغانچە ئۇقۇشلىدۇ». بىراق ئۆسمۈر ۋاقتىدىلا مەلۇم ئۇسۇللار ئارقىلىق بالىنىڭ مەسىلىسىنى تېخىمۇ ئېچكىرىلەپ چۈشىنىش ھەرگىزمۇ زىيانلىق ئەمەس. بالا چوڭ بولغاندىن كېيىنمۇ ئۇقۇشالمايدىغان مەسىلىلەر نۇرغۇن. باشقا بارلىق مەسىلىلەرگە ئوخشاش، بۇ خىل مەسىلىلەرمۇ ۋاقىت ئۆزارغانسىرى تېخىمۇ يامانلىشىدۇ. ئۇ چاغدا بۇنداق مەسىلىلەرنى ھەل قىلىمەن دېمۇ ھەل قىلغىلى بولمايدۇ.

مەسئۇلىيەتنى ئۈستىگە ئېلىش

ئەگەر ياشاشتىكى قىيىن مەسىلىلەرنى ھەل قىلمىساق، ئۇنداقتا، ئۇ مەسىلىلەر مەڭگۈ ھەل بولمايدۇ. قارىماققا بۇ گەپ ناھايىتى كونىراپ كەتكەندەك تۇيۇلىدۇ، بىراق كۆپ سانلىق كىشىلەر ئۇنىڭدىكى مەنىنى چۈشەنمەيدۇ.

بىز ئاۋۋال مەسىلىنى ھەل قىلىشتىكى مەسئۇلىيەتنى ئۈستىمىزگە ئالغاندىلا، ئاندىن مەسىلىنى ھەل قىلالايمىز. «بۇ مېنىڭ مەسىلەم ئەمەس» دېيىشنىڭ ھېچقانچە ئەھمىيىتى يوق. مەسىلىنى باشقىلارنىڭ ھەل قىلىشىغا قالدۇرۇپ قويغانغا، مەسىلە ئۆزلۈكىدىن يوقاپ كەتمەيدۇ. بىردىنبىر ئۇسۇل، ناھايىتى قاپ يۈرەكلىك بىلەن: «بۇ مېنىڭ مەسىلەم، ئۇنى مەن ھەل قىلىمەن» دەپ مەسئۇلىيەتنى ئۈستىگە ئېلىشتۇر.

نۇرغۇن كىشىلەر ئادەتتە مەسىلىدىن ئۆزىنى قاچۇرۇش ئۈچۈن: «باشقىلارنىڭ زىيانكەشلىكى سەۋەبلىك بۇ مەسىلە ماڭا يۈكلىنىپ قالغان» ياكى بولمىسا «دەل مۇشۇ نەس باسقۇر جەمئىيەت مېنى مۇشۇ كۈنگە قويدى، شۇڭا بۇ مەسىلىنى باشقىلار ياكى جەمئىيەت ئۈستىگە ئېلىپ ھەل قىلىشى كېرەك، يەنە كېلىپ، بۇ مەن بىر ئادەمنىڭلا مەسىلىسى ئەمەس» دەپ ئۆز-ئۆزىگە تەسەللىي بېرىدۇ.

مەسئۇلىيەتتىن ئۆزىنى قاچۇرۇش بىر تەرەپتىن ئادەمنى ئەپسۇسلاندۇرسا، يەنە بىر تەرەپتىن ئادەمنىڭ غىدىقىنى كەلتۈرىدۇ. قىسمغا ئەگىشىپ ئۇكىناۋاغا بارغىنىمدا، بىر ئامېرىكا ھەربىي ئەمەلدارىنى ئۇچراتتىم. ھاراقكەشلىكى سەۋەبلىك ئۇنىڭدا مەسىلە ناھايىتى ئېغىر ئىكەن، شۇنىڭ بىلەن پسىخىكىلىق داۋالىنىش ئۈچۈن يېنىمغا كەلدى. ئۇ

ئۇيغۇر كىتاب تورىبېكىتى
www.uyghurkitap.com

ئۆزىنىڭ ھاراقنى كۆپ ئىچىۋەتكەنلىكىنى ئېتىراپ قىلمايدىكەن ھەم ھاراق ئىچىشنىڭ ئۆزىنىڭ شەخسىي مەسىلىسى ئىكەنلىكىنىمۇ ئېتىراپ قىلمايدىكەن.

—ئۇكناۋانىڭ گۆگۈملىرى ناھايىتى كۆڭۈلسىز، بەك زېرىكىشلىك،—دېدى ئۇ.

—كىتاب ئوقۇشقا ئامراقمۇسىز؟—سورىدىم.

—ئەلۋەتتە.

—ئۇنداقتا كەچلىكى ھاراق ئىچكەننىڭ ئورنىدا، كىتاب ئوقۇسىڭىز بولمامدۇ؟

—گازارمىنىڭ ئىچى بەك ۋاراڭ-چۇرۇڭ، كىتاب كۆرگىلى بولمايدۇ.

—كۇتۇپخانا بارغۇ؟

—كۇتۇپخانا بەك يىراق.

—كۇتۇپخانا قاۋاقخانىدىنمۇ يىراقمۇ؟

—بولدى قىلىڭ، راستىنى دېسەم، مەن كىتاب كۆرۈشنى ئۇنچىلىك ياقتۇرۇپ كەتمەيمەن.

—بېلىق تۇتۇشقا قىزىقامسىز؟—گەپنى بۇراپ سورىدىم.

—شۇنداق.

—ئۇنداقتا ھاراق ئىچكەننىڭ ئورنىدا بېلىق تۇتسىڭىز بولمامدۇ؟

—كۈندۈزى ھەربىي ۋەزىپە ئۆتەيدىغان تۇرسام.

—ئاخشىمىچۇ؟

—مۇمكىنمۇ، بۇ يەردە زاۋالدا بېلىق تۇتقىلى بولمايدۇ.

—ئۇنداق ئەمەس، مېنىڭ بىلىشىمچە، بۇ يەردە كەچلىك بېلىق تۇتۇش كۇلۇبىدىن بىر قانچىسى بار.

—بولدىلا، راستىنى دېسەم، بېلىق تۇتۇش بىلەنمۇ ئۇنچە خۇشۇم يوقكەن.

—سىزچە بۇ ئارالدا ھاراق ئىچىشتىن باشقا مەشغۇل بولغۇدەك بىرەر ئىش يوقكەن-دە، ئەمەلىيەتتە، سىزنىڭ بىردىنبىر ياخشى كۆرىدىغان ئىشىڭىز ھاراق ئىچىش ئىكەن.

— هە، مەن ئويلاپ باقاي.

— ئەپسۇسكى، هاراقكەشلىكىڭىز سەۋەبلىك ئۆچرىغان ئاۋارىچىلىكلىرىڭىزمۇ ئاز ئەمەسكەن، بۇ قېتىمقىسىمۇ ناهايىتى ئېغىركەن، ئۇنداق ئەمەسمۇيا؟

— مەندىمۇ نېمە ئامال، بۇ نەس باسقۇر ئارالدا هاراق ئىچىشتىن باشقا ئىش خۇشياقمايدۇ.

مەن ناهايىتى ئۇزاق ۋاقىت ئۇرۇنۇپ باقتىم، بىراق بۇ ئەمەلدار هاراقتىن ۋاز كېچىشكە قەتئىي ئۇنىمىدى هەم بۇ مەسىلىنى كىچىككىنە سىرتقى ياردەمگە تايىنىپ هەل قىلغىلى بولىدىغانلىقىغا ئىشەنمىدى. مەن ئەڭ ئاخىرىدا ئۇنىڭ باشلىقىغا ئامالسىز قالغانلىقىمنى ئېيتتىم. ئۇ هاراق ئىچىشنى داۋاملاشتۇرۇپ، ئۇزۇن ئۆتمەي ئەمىلىدىنمۇ ئايرىلدى، هەربىي قىسمىدىنمۇ چېكىندۇرۇلدى.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

نېۋروز ۋە خاراكتېروز

پسـخولوگلارنى ئىزدەيـدىغانلارنىڭ ھەممىسـى نېـۋروز (نېـرۋا فۇنكسىيەسى بۇزۇلۇش كېسىلى) لار ئەمەس، يەنە خاراكتېروز (خـاراكتېر-مىجەز بۇزۇلۇش كېسىلى) لارمۇ بار. ئـاددىيلا دېسـەك، بـۇ ئىككـى خىـل ئەھۋالنىڭ ئىككىلىسىدە ئوخشاشـلا مەسـئۇلىيەت تۇيغۇسـىدىن مەسـىلە چىققان بولىسمۇ، بىراق ئۇلار ئىپادىلەپ چىقارغان كېسـەللىك ھـالەتلىرى پۈتـۈنلەي قارىمۇقارشـى. نېـۋروزلار ئـۆز ئۈسـتىگە مەسـئۇلىيەتنى كـۆپ ئېلىۋالىدۇ، خاراكتېروزلار ئۆز ئۈستىگە مەسئۇلىيەت ئالمايدۇ. تاشقى دۇنيـا بىلەن توقۇنۇش يۈز بەرگەندە، نېۋروزلار ئۆزىنى خاتا قىلغـان دەپ قارايـدۇ، خاراكتېروزلار باشقىلار خاتالاشـقان دەپ قارايـدۇ. يۇقىرىـدا تىلغـا ئالغـان ھەربىي ئەمەلدار دەل خاراكتېروزلارنىڭ ئەڭ ياخشى مىسالى.

مەن ئۆكىناۋادا ھەربىي ۋەزىـپە ئۆتەۋاتقـان مەزگىلىمـدە، يەنە بىـر نېۋرۆز ئايالنى ئۇچراتتىم. ئۇ ھەر كۈنى غېرىبسىنىدىكەن ۋە يالغۇزلۇق ھېس قىلىدىكەن. ئۇ ماڭا مۇنۇلارنى ئېيتىپ بەردى: «مەن ھەر كۈنى ماشىنامنى ھەيدەپ ھەربىيلەر ئائىلە تاۋابىئاتلىرى كۇلۇبىغا كېلىمەن، مەقسىتىم بىرەر يېقىن دوست تۇتۇش ئۈچۈن، بىراق ئۇ يەردە بەكلا خاتىرجەمسىزلىنىمەن، ھەممىسى مەندىن بـىزار بولغانـدەك بىلىنىـدۇ، ئېھتىمـال مېنىـڭ بـىرەر قاملاشـمىغان تەرىـپىم بولسـا كېـرەك، مەن بەك ئىـچ مىـجەز، ئوچـۇقراق بولۇشنى ئۆگىنىشىم كېرەك ئىدى. مەن نېمىشقا قارشى ئېلىنمىغانلىقىمنى راستلا چۈشەنمىدىم.»

تۇرمۇشـىدىكى مەنىسـىزلىكنى پۈتـۈنلەي ئۆزىـدىن كۆرىـدىغان بـۇ تەلەيسـىز ئايـالنى داۋالاش جەريانـىدا، مەن ئۇنىـڭ ئىـدراكى (ئەقلـي

ئىقتىـــدارى)نىڭ باشــقا ئـادەملەردىن ئۈســتۈنلۈكنى، يــاۋايىلىقنىڭمۇ باشقىلارغا قارىغاندا كۈچلۈكلۈكنى بايقىدىم. مانـا بـۇلار ئۇنـىڭ باشـقىلار بىلەن، ھەتتا ئېرى بىلەنمۇ بىر دۇنيا بولالماسلىقىنىڭ سەۋەبى ئىـدى. ئـۇ ئادەمنىڭ ماھىيىتىدىكى تەنھالىق تۇيغۇسـىنىڭ ئادەمـدىكى يېتەرسـىزلىك ئەمەسـلىكىنى چۈشـەنگەندىن كېـيىن، نىكـاھتىن ئاجرىشـىپ، ئـالىي مەكتەپنـى قايتىـدىن ئوقـۇش ئۈچـۈن كەتتـى. ئـۇ ھـازىر بىـر ژۇرنالنىـڭ مۇھەررىرى، ئۇتۇق قازانغان نەشرىيات سودىگىرى بىلەن تۇرمۇشمۇ قۇردى.

نېـــۋروزلار بىـــلەن خاراكتېروزلارنىـــڭ گەپ قىلغانـــدىكى ئىنتۇناتسىيەســـىمۇ ئوخشاشـــمايدۇ. نېـــۋروزلار «ئەسلىدە...قىلســـام بـوپتىكەن»، «ئەسلىدە...قىلمىسـام بـوپتىكەن» دېگەنلەرنـى ئاغزىـدىن چۈشۈرمەيدۇ، ئۇلار ھەرقانداق ئىشتا ئۆزىنىـڭ تـاللاش ھوقـۇقى يـوقتەك، چوقۇم باشقىلارنىڭ دېگىنى بويىچە قىلىش كېرەكتەك ھېس قىلىدۇ.

خاراكتېروزلارغا قارىغاندا نېۋروزلارنى داۋالاش ئاسانراق. چۈنكى ئۇلار مۇشكۈللۈككە ئۆزى مەسئۇل بولۇشى كېرەكلىكىگە ئىشىنىدۇ، مەسـىلىنىڭ ئۆزىدە ئىكەنلىكىنى ئېتىـراپ قىلىـدۇ. خـاراكتېروزلار بولسـا جـاھىللارچە ئاۋۋال تاشقى دۇنيانى ئوڭشاش كېرەكلىكىدە چىڭ تۇرىدۇ، ئۆزى ھەققىـدە ئويلىنىپ بېقىشنى قەتئىي خالىمايدۇ.

رېئال تۇرمۇشتا، نۇرغۇن كىشىلەردە نېۋروز ۋە خاراكتېروز ئالامەتلىرى ئارىلاش كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل يىنىك پىسخىك مەسـىلىلەر ئومۇملاشـتۇرۇلۇپ «خاراكتېر نېۋروزى» دەپ ئاتىلىـدۇ. بـۇ خـىل ئـادەملەر مەلـۇم تەرەپـتە، بارلىق مەسئۇلىيەتلەرنى ئۆز ئۈسـتىگە ئېلىۋېلـىپ گۇناھكـاردەك ياشـسـا، يەنە بەزى تەرەپـلەردە، بـارلىق مەسـئۇلىيەتلەرنى باشـقىلارغا ئىتتىرىـپ قويىدۇ، ئۆلۈمنىمۇ ئېتىـراپ قىلمايـدۇ. بـۇ خـىل كىشـىلىكلەرنى داۋالاش ئاسان. بۇلارغا ئۆزىگە ئىشىنىش روھىنى ئۇرغۇتۇپ، نېـۋروزى ساقايتىلسـا، ئانـدىن پىســخىكىلىق داۋالاش ئـارقىلىق ئـۆز ئۈسـتىگە ئالمايـدىغان مەسىلىلەرگە دىققەت قىلغۇزسا، خاراكتېرىدىكى توسالغۇ ھەل بولىدۇ.

نېۋروز ۋە خاراكتېروز ھەممە ئادەمدە ئازدۇر-كۆپتـۇر بولـىدۇ (شـۇڭا پىسـخىكىلىق داۋالاشـقا ئۆزلۈكـىدىن قاتنىشـىش ھەربىـر ئـادەم ئۈچـۈن

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

پايدىلىق). چۈنكى بۇ خىل ئۆزگىرىشچان تۇرمۇشتا، ئادەم ئۆزىنىڭ قانداق مەسئۇلىيەتلەرنى ئۆز ئۈستىگە ئېلىش كېرەكلىكىنى بىلىش بەكمۇ قىيىن بىر مەسىلە. ۋىجدان بىلەن ئەڭ مۇۋاپىقنى تاللاشتا ئادەم بەك قىينىلىدۇ. بۇ جەريان ناھايىتى ئۇقۇبەتلىك، يەنە كېلىپ جاپادىن ئۆزىنى قاچۇرۇش ئىنساننىڭ ماھىيىتى (تەبىئىتى).

مەلۇم مەنىدىن ئېلىپ ئېيتقاندا، كىچىك باللارنىڭ ھەممىسىدە خاراكتېروز ھادىسىسى مەۋجۇت، جازالىنىشتىن ئۆزىنى قاچۇرىدۇ، توقۇنۇشقا مەسئۇل بولۇشنى خالىمايدۇ. قېرىنداشلار ئۇرۇشۇپ قالسىمۇ سەۋەبنى بىر-بىرىگە ئىتتىرىشىدۇ. ئوخشاشلا، نېۋروز ئالامىتىمۇ ھەممە بالىدا بولىدۇ، ئۇلار چۈشىنىش ئىقتىدارىدىن ھالقىپ كەتكەن مەسىلىلەرنى مېنىڭ خاتالىقىم دەپ قارايدۇ. ئاتا-ئانىسىنىڭ ئەركىلىتىشىگە ئېرىشەلمىگەن باللار ئۆزىنى قىممەتسىز (مەن ئوماق ئەمەس دېگەندەك) دەپ ئويلايدۇ. ياشلىق مەزگىلىدە، باللار يات جىنسلارنىڭ دىققىتىنى تارتالمىسا ياكى تەنھەرىكەتلەردە كالامپايلىق قىلسا، ئۇلارنى ئاجىزلىقىم دەپ بىلىدۇ. بىز پەقەت ئۇزۇن يىللىق تەجرىبىمىز ۋە بىلىشىمىز ئارقىلىقلا، ئاندىن بۇ دۇنيانى ۋە ئۆزىمىزنىڭ بۇ دۇنيادىكى ئورنىنى تونۇپ يېتەلەيمىز. شۇنىڭ بىلەن بىرگە، ئۆزىمىزنىڭ بۇ دۇنيا ئۈچۈن ۋە ئۆزىمىزنىڭ بۇ دۇنيادىكى ئورنىمىز ئۈچۈن قانداق مەسئۇلىيەتلەرنى ئۆز ئۈستىمىزگە ئېلىشىمىز كېرەكلىكىنى ھېس قىلالايمىز.

باللار چوڭ بولغۇچە ئاتا-ئانىسىنىڭ ھەر تەرەپتىكى كۆيۈنۈشىدىن ئايرىلالمايدۇ، بىراق باللارنىڭ تەلىپىگە ماسلىشىش ناھايىتىمۇ جاپالىق بىر خىزمەت، ئاتا-ئانىلار چوقۇم سەزگۈر بولۇشى ۋە مۇۋاپىق ۋاقىت ئاجرىتىشى كېرەك.

بەزى ئاتا-ئانىلارنى پەرزەنتىگە نىسبەتەن، بىپەرۋا ۋە بىغەم دېگىلى بولمىسىمۇ، بىراق باللارغا توسالغۇ بولىدىغان قىلىقلارنى ئىپادىلەپ قويۇشى مۇمكىن. يېنىك نېۋروزلار سىرتتا ھەددىدىن زىيادە مەسئۇلىيەتنى ئۆز ئۈستىگە ئېلىۋېلىپ، ئۆيدە ھېچقانداق بۇرچىنى ئادا

قىلمايدۇ، بۇلار مۇنەۋۋەر ئائىلە باشلىقى سايلىمىدا ئارقىدىن سانىغاندا بىرىنچى بولۇشقا تېگىشلىك. بىراق خاراكتېروز ئاتا-ئانىلار تېخىمۇ مەسئۇلىيەتسىز كېلىدۇ، بالىسىغا بولغان پوزىتسىيەسى يامانلىشىپ ئاخىرقى چەككە يەتسىمۇ، ھەممىدىن بىخەۋەر يۈرۈۋېرىدۇ.

پسىخولوگلارنىڭ ھەممىسى نېۋروزلارنىڭ ئۆزىنى ھەددىدىن زىيادە ئۆلچەملەشتۈرىدىغانلىقىنى، نەتىجىدە، خاراكتېروزلارنىڭ ئالدىدا ئەڭ بىچارە ھالەتكە چۈشۈپ قالىدىغىنى ئۇلارنىڭ پەرزەنتلىرى بولىدىغانلىقىنى ئورتاق ئېتىراپ قىلىدۇ. خاراكتېروزلار ئۆزىنىڭ ئاتا-ئانىلىق مەسئۇلىيىتىنى ئۆز ئۈستىگە ئېلىشنى خالىمايدۇ، بالىلىرىنى باشقىلارنىڭ بېقىشىغا قالدۇرىدۇ، ئۇلارنىڭ تۇرمۇش مەسىلىلىرىنى بىر تەرەپ قىلىش ئۇسۇلىمۇ مۇشۇنىڭغا ئوخشاش. ناۋادا بالىنىڭ ئۆگىنىشى ۋە پائالىيىتىدە مەسىلە كۆرۈلسە، بۇ تۈردىكى ئاتا-ئانىلار بارلىق خاتالىقنى مائارىپ تۈزۈلمىسىگە ئارتىپ قويىدۇ ياكى بولمىسا، بالىلىرىنى باشقا بالىلار «يولدىن چىقارغان» دەپ قارايدۇ.

خاراكتېروز ئاتا-ئانىلار دائىم بالىلىرىنى: «مىنى ساراڭ قىلاي دېدىڭلار، سەن قارغىشتەگكۈرلەرنى دېمىسەم ئاتا (ئانا) ڭ بىلەن ئۆي تۇتمايتتىم، سەنلەرنى باقمەن دېمىسەم، چوڭ ئىشلارنى قىلغان بولاتتىم» دەپ ئەيىبلەيدۇ. بۇلار بالىلارنىڭ مەسئۇلىيەتتىن ئۆزىنى قاچۇرۇشقا ئۈلگە بولۇپلا قالماي، بالىلارنىڭ قەلبىدە مەڭگۈلۈك سىگنال بولۇپ قالىدۇ. بالىلار ئاتا-ئانىسىنىڭ: «نىكاھ، پسىخىكا ۋە تۇرمۇشتا مەغلۇپ بولۇشۇمغا سىلەر سەۋەبچى» دېگەن سۆزلىرىنى ئەمەلىيەتكە ئۇيغۇن ئەمەس دەپ ئويلىسىمۇ، بىراق ئۇنىڭ راستلىقىغا ئىشىنىدۇ ۋە مەسئۇلىيەتنى ئۈستىگە ئالىدۇ، بارلىق پاجىئەنى ئۆزىدىن كۆرىدۇ. شۇنىڭ بىلەن بالىلارمۇ نېۋروزغا ئايلىنىدۇ. شۇڭا، خاراكتېروز ئاتا-ئانىلارنىڭ پەرزەنتلىرىدە خاراكتېروز ياكى نېۋروز ئالامەتلىرى چوقۇم كۆرۈلىدۇ. دېمەك، ئۇلار ئۆز بالىلىرىغا زىيانكەشلىك قىلىدۇ.

خاراكتېروزلار ئاتا-ئانا بولۇشقا لايىق ئەمەس. ئۇلارنىڭ نىكاھ، دوستلۇق، تىجارەت ۋە ئىجتىمائىيەت تەرەپلىرىدە ئېغىر مەسىلە ساقلانغان

بولىدۇ. باشتا ئېيتىپ ئۆتكىنىمىزدەك، ئۇلار مەسئۇلىيەتنى باشقىلارنىڭ ئۈستىگە ئىلىشقا ئىنتىلىدۇ. مەسىلەن: ئايالى، پەرزەنتى، دوستى، ئاتا-ئانىسى، خوجايىنى قاتارلىقلارغا ئىنتىلىدۇ. ۋە ياكى مەسىلىنى مەكتەپ، ھۆكۈمەت، جەمئىيەت، ئىرقىي (مىللىي) ئايرىمىچىلىق، جىنسىي ئايرىمىچىلىق، تۈزۈلمە، ئىجتىمائىي تەسىر قاتارلىقلاردىن كۆرىدۇ، شۇنىڭ بىلەن مەسىلىمۇ داۋاملىق مەۋجۇت بولۇپ تۇرىدۇ.

ئۇلار مەسئۇلىيەتنى باشقىلارغا ئىنتىرىپ قويغاندا، ناھايىتى خۇشال بولىدۇ، بىراق تۇرمۇشىدىكى مەسىلىلەر ھەل بولمايدۇ، ئىدراكى تەرەققىي قىلىشتىن توختايدۇ، شۇنىڭ بىلەن جەمئىيەتنىڭ يۈكىگە ئايلىنىدۇ. بۇلار 1960-يىللاردا كەڭ تارقالغان: «ئەگەر سەن ھەل قىلىش ئۇسۇلىغا تەۋە بولمىساڭ، مەسىلىگە تەۋە بولىسەن» دېگەن تۇراقلىق ئىبارىنىڭ ياخشى مىسالىدۇر.

ئۆزىنىڭ غوجايىنى بولۇش

پىسخولوگلارنىڭ دىياگنوزىدا بېكىتىلگەن خاراكتېروزلاردا مەسئۇلىيەتتىن ئۆزىنى قاچۇرۇش ھادىسىسى ئېغىر بولىدۇ. ئېھتىمال مەسئۇلىيەت بېسىمىدىن قۇتۇلۇش ئارزۇسى ھەممە ئادەمدە بولۇشى مۇمكىن، ئۆزۈمنى مىسال قىلسام، 30 ياش چېغىمدا ماك بېجلىي دوختۇرغا ئۇچراپ، يېنىك خاراكتېروز كېسىلىمدىن قۇتۇلغانىدىم.

ئۇ چاغلاردا مەن بېجلىي دوختۇرنىڭ روھىي كېسەللەر شىپاخانىسىدا دوختۇرلۇق قىلغاچ بىلىم ئاشۇراتتىم. مەن باشقا دوختۇرلار قاتارىدا نۆۋەت بىلەن يېڭى كېسەللەرنى كۆرەتتىم. ئېھتىمال بىمارلارنى ۋە ئۆزۈمنى تەربىيەلەشكە ئېچكىرىلەپ كەتكەن بولسام كېرەك، خىزمەت ۋاقتىم بەك ئۇزىراپ كەتكەنىدى. باشقىلار ھەپتىدە بىر كېسەل كۆرسە، مەن ئۈچ كېسەل كۆرەتتىم. باشقىلار تۆت يېرىمدىلا ئىشتىن چۈشسە، مەن كەچ سائەت توققۇزلاردا كېسەللەر بىلەن كۆرۈشۈشكە پۈتۈشەتتىم، شۇنىڭ بىلەن بۇ خىزمەتتىن چېكىنىشنىمۇ ئويلىغانىدىم. كەيپىياتىم بەك تۆۋەن بولغاچقا ۋە نارازىلىقىم كۈچىيىپ كەتكەچكە، يەنە كېلىپ بەك ھالسىزلىنىپ كەتكەچكە، بۇ ئەھۋالنى ئۆزگەرتمىسەم بولمايدىغانلىقىنى ھېس قىلدىم.

مەن بېجلىي دوختۇرنى ئىزدەپ بېرىپ، ھەقىقىي ئەھۋالنى چۈشەندۈردۈم. ئۇنىڭغا بىر قانچە ھەپتە يېڭى كېسەللەرنى قوبۇل قىلماي كونا بىمارلىرىمنىڭ ئەھۋالىنى بىر تەرەپ قىلىۋېلىشىمنى ئېيتتىم. ئۇ سۆزلىرىمنى ناھايىتى سەۋرچانلىق بىلەن ئاڭلىدى، بىر قېتىممۇ ئۈزۈۋەتمىدى. مەن ئەھۋالنى تولۇق دەپ بولغاندىن كېيىن، ئۇ بىردەم

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

ئۇنىسىز تۇرۇپ كەتتى-دە:
— ئاپلا، سىزدە مەسىلە كۆرۈلۈپتۇ ئەمەسمۇ! — دېدى.
ئۇنىڭ مېھرىبانلىقىدىن سۆيۈنۈپ:
— رەھمەت سىزگە، مەن قانداق قىلىشىم كېرەك؟ — دەپ سورىدىم.
— دېدىمغۇ سىكوت، سىزدە چوڭ چاتاق كۆرۈلۈپتۇ! — دېدى ئۇ.
بۇ خىل كاللا دېسە پاچاق دەيدىغان جاۋابتىن كۆڭلۈم سەل يېرىم بولدى، شۇنداقتىمۇ سورىدىم:
— توغرا، مەن ئۆزۈمدە چاتاق بارلىقىنى بىلىمەن، شۇڭا سىزنى ئىزدەپ كەلدىم، سىزنىڭچە قانداق قىلسام بولىدۇ؟
— سىز گېپىمگە زەن سالمايۋاتىسىز، ئېيتقانلىرىڭىزنى تولۇق ئاڭلىدىم، قاراشلىرىڭىزغىمۇ قوشۇلىمەن، سىزدە ھەقىقەتەن چوڭ چاتاق كۆرۈلۈپتۇ! — دېدى ئۇ يەنە.
مەن تېرىكىپ قالدىم:
— شۇنداق، ئۆزۈمدە چاتاق بارلىقىنى بىلىمەن، بىلمەكچى بولغىنىم، مەن قانداق قىلىشىم كېرەك؟ — دېدىم.
— سىكوت، ياخشى ئاڭلاڭ، مەن يەنە بىر قېتىم دەي، سىزدىن چاتاق چىقىپتۇ، ئېنىقراق دېسەم، سىزدىكى چاتاق ۋاقىت بىلەن مۇناسىۋەتلىك، ئۇ سىزنىڭ ۋاقتىڭىز، ھەرگىزمۇ مېنىڭ ۋاقتىم ئەمەس، شۇڭا بۇ ئىش مەن بىلەن مۇناسىۋەتسىز. سىز ئۆزىڭىزنىڭ ۋاقىت جەھەتتىن چىققان مەسىلىڭىزنى بىر تەرەپ قىلىڭ. سىز سىكوت پېك، ۋاقىت جەھەتتىكى قىيىنچىلىقىڭىزنى ئۆزىڭىز بىر تەرەپ قىلىڭ، دېمەكچى بولغانلىرىم مۇشۇ، — دېدى ئۇ يەنە ئۆز گېپىنى يورغىلىتىپ.
مەن ئاچچىقلانغىنىمچە ئۇنىڭ ئىشخانىسىدىن چىقىپ كەتتىم، ئاچچىقىم ئۆزۈنىغىچە يانمىدى. مەن ئۇنى خاراكتېرى ئوزغا گىرىپتار بولۇپتۇ، بولمىسا مېنىڭ مەسىلەمگە بۇنداق پەرۋاسىزلىق قىلمىغان بولاتتى دەپ ئويلىدىم. مەن ئۇنىڭ كىچىككىنە تەكلىپتىن ئۆزىنى قاچۇرغىنىغا نارازى بولدۇم. بۇ ئەبلەخ ئۆزىنىڭ مۇدىرلىق مەسئۇلىيىتىنى ئۈستىگە ئالمىدى دەپ ئۇنىڭدىن ئاغرىنىپ يۈردۈم.

ئوچۇق بولۇش

ئۈچ ئايدىن كېيىن ئۇنىڭ ئېيتقانلىرىنى چۈشەندىم. بېجىلىي دوختۇر خاتا قىلمىغانىدى، ئەسلىدە خاراكتېروز ئۇ ئەمەس، مەن ئىكەنمەن. ئەسلىدە ئۆزۈمنىڭ ۋاقتىغا ئۆزۈم مەسئۇل بولۇشۇم، ئۆزۈمنىڭ خىزمەت تەرتىپىنى ئۆزۈم ئورۇنلاشتۇرۇشۇم كېرەك ئىكەن. خىزمەتداشلىرىمدىن كېيىن ئىشتىن چۈشۈشۈم ئۆزۈمنىڭ تاللىشىدىن بولغانىكەن، تاللىشىمغىمۇ ئۆزۈم ئىگە بولۇشۇم كېرەك ئىكەن، ئەلۋەتتە. ئەمەلىيەتتە خىزمەتداشلىرىمنىڭ بالدۇر ئىشتىن چۈشكىنىگە قاراپ ئولتۇرۇشىمۇ بىر ئازابلىق ئىش، ئۆيگە كېيىن قايتىش، ئايالىمنىڭ «ئۆي بىلەن كارىڭىز يوق» دەپ تېرىكىشلىرىمۇ بىر ئازابلىق ئىش، بىراق، بۇلار يەنىلا تاللىشىمنىڭ نەتىجىسى خالاس. ئەگەر مەن بۇ ئوقۇبەتلەردىن قۇتۇلاي دېسەم، چوقۇمكى، خىزمەت ئۇسۇلۇم ۋە ئىش تەرتىپىمنى قايتىدىن ئورۇنلاشتۇرۇشۇم كېرەك. خىزمەت ۋاقتىمنىڭ كۆپ بولۇشى رەھىمسىز تەقدىردىن ياكى قاتتىق قول باشقۇرغۇچىنىڭ سەۋەبىدىن ئەمەس، بەلكى ئۆزۈمنىڭ تاللىشىدىن، ئۆزۈم تاللىغان تۇرمۇش ئۇسۇلۇمدىن ۋە خىزمەت تەرتىپىمدىن كېلىپچىققان.

بۇ مەسىلە ئىدىيەمدىن ئۆتكەندىن كېيىن، گەرچە تۇرمۇش ھالىتىمدە ئۆزگىرىش بولمىسىمۇ، بىراق ئۇنىڭغا تۇتقان پوزىتسىيەمدە ئۆزگىرىش بولدى. ئىشتىن بالدۇر چۈشىدىغان خىزمەتداشلىرىمغا نەپرەتلەنمەيدىغان بولدۇم. ئۇلار ماڭا ئوخشىمايدىغان تۇرمۇش ئۇسۇلىدا ياشىغانلىقى ئۈچۈن، ئۇلارغا ئۆچلۈك قىلىشىمنىڭ قىلچىلىك ئاساسى يوق ئىدى. ئەگەر ھاجىتى بولسا، مەنمۇ تۇرمۇشۇمنى ئۇلاردەك

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئورۇنلاشتۇرساملا بولاتتى. ئۇلارغا ئۈچ بولۇشۇم ئەمەلىيەتتە ئۆزۈمنىڭ ئۇلارنىڭكىگە ئوخشىمايدىغان تاللىشىمغا ئۈچ بولغىنىم ئىدى. لېكىن مەن ئۆزۈمنىڭ تاللىشىدىن پەخىرلىنەتتىم، خۇشال ئىدىم.

ئۆزىنىڭ قىلىقىغا مەسئۇل بولۇشنىڭ قىيىن بولۇشى شۇ يەردىكى، شۇ خىل قىلىقنىڭ ئارقىسىدىن ئوقۇبەتمۇ تەڭ يېتىپ كېلىدۇ. مېنىڭ بېجلىي دوختۇردىن خىزمەت ۋاقتىمنى قايتىدىن ئورۇنلاشتۇرۇپ قويۇشىنى تەلەپ قىلىشىم ئەمەلىيەتتە خىزمەت ۋاقتىمنىڭ ئۆزىرىشىدىن كېلىپچىققان ئوقۇبەتتىن قاچقانلىقىم ئىدى. بىراق بۇ خىل تاللاش شۇ خىل كېسەلگە گىرىپتار بولۇش ۋە كەسپىي تەربىيەلىنىشتىن كېيىن قېچىپ قۇتۇلغىلى بولمايدىغان ئاقىۋەت ئىدى. بېجلىي دوختۇردىن خىزمەت ۋاقتىمنى ئورۇنلاشتۇرۇشنى تەلەپ قىلىشىم ئەمەلىيەتتە ئەركىنلىكىمنى ئۇنىڭغا تاپشۇرغىنىم ئىدى، «مېنى كونترول قىل، ماڭا غوجايىن بول» دېگىنىم ئىدى.

ھەر قېتىم ئۆز مەسئۇلىيىتىمىزنى ئۈستىمىزگە ئېلىشتىن قاچقىنىمىزدا، شۇ مەسئۇلىيەتنى باشقا بىر ئادەم ياكى تەشكىلاتنىڭ قولىغا تۇتقۇزۇپ قويغان بولىمىز. شۇنداقلا بولىدىكەن، بىز بارلىق ھوقۇقلىرىمىزنى ئاتالمىش تەقدىرگە، جەمئىيەتكە، ھۆكۈمەتكە، ئەمەلدارغا ياكى غوجايىنغا تاپشۇرۇپ قويغان بولىمىز. ئېرىچ فروم ناتسىستىزم ۋە ھاكىممۇتلەقلىق توغرىسىدىكى مۇھاكىمىلىرىنى ئومۇملاشتۇرۇپ «ئەركىنلىكتىن ئۆزىنى قاچۇرۇش» دەپ ئاتىغانىدى. بۇ تولىمۇ جايىدا ئاتالغان. مەسئۇلىيەت ئېلىپ كېلىدىغان ئوقۇبەتتىن قېچىش ئۈچۈن، قانچىلىك ئادەملەرنىڭ ئۆزىنى ئەركىنلىكتىن مەھرۇم قىلىۋاتقانلىقى نامەلۇم.

مېنىڭ ئەقىللىق، ئەمما تۇرمۇشى كۆڭۈلسىز بىر دوستۇم بار. ئۇ دائىم جەمئىيەتتىكى تۈرلۈك ئىجتىمائىي ئىللەتلەر، ئىرقىي كەمسىتىش، ئادىمىيلىكسىز سانائەت تەشكىلاتلىرى ۋە ساقچىلارنىڭ ئۆزۈن چاچ قويۇشنى چەكلىشى قاتارلىق ئەھۋاللاردىن قاقشاپلا يۈرىدۇ. مەن ئۇنىڭغا: «سەن ئەمدى كىچىك بالا ئەمەس، كىچىك بالا بولساڭغۇ ئاتا-ئاناڭغا تايانساڭ بولاتتى، ئۇنداق بالىلارنىڭ ھېچقانداق تاللاش ئىمكانىيىتى

بولمايتتى، بىراق سەن بەش ئەزاسى ساق، ئەقلى جايىدا پۈتۈنسۈرۈك بىر ئەر بولغاندىكىن، ئۆزۈڭنىڭ تاللاش ئەركىنلىكىگە ئۆزۈڭ ئىگە بول» دەپ نۇرغۇن قېتىم ئېيتتىم. بىراق ئۇ بۇ گەپلەرنىڭ تېگىگە يەتمىدى. ئەلۋەتتە، بۇ مېنىڭ تاللاش ئەركىنلىكى بىلەن ئۇقۇبەت مۇناسىۋەتسىز دېگىنىم ئەمەس. بىز گەرچە دائىم «قوش زىياندىن يېنىكرەكىنى تاللاش» خاھىشىدا بولساقمۇ، بىراق ھېچبولمىغاندا، ئاساسىي ھوقۇقلارنى تاللاش ئەركىنلىكىگە ئۆزىمىز ئىگە بولۇشىمىز كېرەك.

مەن دۇنيادا ھەقىقەتەن رەزىل كۈچلەرنىڭ مەۋجۇتلۇقىغا ئىشىنىمەن، بىراق بۇ رەزىل كۈچلەرگە قانداق يۈزلىنىشتە تاللاش ھوقۇقىنىڭ تامامەن ئۆزىمىزدە ئىكەنلىكىگىمۇ ئىشىنىمەن. ھېلىقى دوستۇم ئەرلەرنىڭ ئۇزۇن چاچ قويۇشىنى چەكلەيدىغان بىر مۇتەئەسسىپ يېزىدا تۇرۇۋاتقان بولسىمۇ، بىراق يەنىلا ئۇزۇن چاچ قويۇۋېرىدۇ، ئەگەر ئۇ بىر قەدەر ئېچىۋېتىلگەن شەھەرلەرگە كەلسە، چوقۇمكى چېچىنى قىسقارتىۋېتىدۇ، ھېچبولمىغاندا ساقچىلىققا ئىمتىھان بېرىپ باقىدۇ. ئەجەبلىنەرلىكى، ئۇ شۇنچە ئەقىللىق بولۇشىغا قارىماي، شۇ ھوقۇقلارنىڭ ئەمەلىيەتتە ئۆزىنىڭ تاللىشىدا ئىكەنلىكىنى ئويلاپمۇ باقمايدۇ. ئۆزىنىڭ سىياسىي تەسىرىنىڭ ئاجىزلىقىدىن ئاغرىنىپ تۇرسىمۇ، شەخسىي تەسىر دائىرىسىنى كۈچەيتىشنى ئويلاپمۇ قويمايدۇ. ئۇ ئەركىنلىكنى ھاياتى كەبى سۆيىدۇ، بىراق ئۇ ھەر قېتىم ئۇزىگە بېسىم ئېلىپ كەلگەن شۇ ھوقۇقلاردىن قاقشىغان ۋاقتىدا ئۆزىنىڭ ئەركىنلىكلىرىدىن ئاللىقاچان ۋاز كەچكەن بولىدۇ. مەن ئۇنىڭ كۆڭلەرنىڭ بىرىدە ئاشۇنداق ئۇقۇبەتلىك تاللاشلار سەۋەبلىك ياشاشقا نەپرەتلىنىپلا ئۆتۈپ كەتمەسلىكىنى ئۈمىد قىلىمەن.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

چىنلىقتا سادىق بولۇش

چىنلىقتا سادىق بولۇش ئەمەلىيەتتە ئىنتىزام تۈرغۇزۇش ۋە ئوقۇبەتنى ھەل قىلىشنىڭ ئۈچىنچى تۈرلۈك قورالىدۇر. بۇ مەسىلىلەر سىرتىدىن قارىغاندا ناھايىتى ئاددىي، چىنلىق ئەمەلىيەتكە ماستەك، ساختىلىق دەل ئەكسىچىدەك بىلىنىدۇ. دۇنيانىڭ چىنلىقى بىزگە قانچە ئېنىقلاشقانسېرى، بىزمۇ مەسىلىلەرنى ھەل قىلىشقا شۇنچە ماھىرلىشىپ كېتىمىز. رېئاللىقتا بولغان قاراشلىرىمىزنى ئىسخېما ئارقىلىق ئىپادىلەپ، بىر پارچە قەلەب خەرىتىسى (ئاڭ ئىسخېمىسى) سىزىپ چىقساق، ھاياتلىق يولىمىزدا ئۇتۇقلۇق ئىلگىرىلىشىمىزگە پايدىسى بولىدۇ. بىراق بىز رېئاللىقنى چۈشىنىشكە قىلچىلىك قىزىقمايمىز، بىر قىسىم كىشىلەر ياشلىق دەۋرىدىلا بۇ تەرەپتىكى تىرىشچانلىقلىرىدىن ۋاز كېچىدۇ. ئۇلارنىڭ خەرىتىسى بەك تار دائىرىلىك ۋە مۇجمەل بولغانلىقتىن، دۇنيانى بىلىشىمۇ ناھايىتى تېيىز ۋە خاتا بولىدۇ. يەنە نۇرغۇن كىشىلەر قىرانلىق دەۋرىگە يەتكەندىن كېيىن، ئۆزىنىڭ خەرىتىسىگە ھېچقانداق ئۆزگەرتىش كىرگۈزمەيدۇ، ئۇلار خەرىتە ئاللىقاچان ئەڭ مۇكەممەل ھالەتكە كەلدى دەپ قارايدۇ، ئۆزىنىڭ دۇنيا قارىشىدا قىلچىلىك خاتالىق يوق (ھەتتا تەڭرىمۇ قۇسۇر تاپالمايدۇ) دەپ ئويلايدۇ، يېڭى ئۇچۇرلارغىمۇ قىزىقمايدۇ.

بۇنداق خەرىتىنى مۇكەممەللەشتۈرۈشنىڭ تەس بولۇشىنىڭ سەۋەبى، ئۇ توختىماستىن تۈزىتىلىشكە موھتاج، دۇنيا توختىماستىن ئۆزگىرىدۇ، مۇزلار ئېرىيدۇ، يەنە قاتىدۇ. مەدەنىيەت گۈللىنىدۇ، ئاندىن خارابلىشىدۇ. دۇنيانى تونۇشتىكى مەۋقەيىمىز ئۇزۇكسىز ئۆزگىرىپ تۇرىدۇ. باشقىلارغا بېقىنىدىغان باللار باشقىلارنى بېقىندۇرىدىغان كاتتا ئادەم

بولۇپ چوڭقىيىدۇ، بىراق ئاغرىغان ۋە قېرىغىنىمىزدا، كۆچىمىز ئىز-دېرەكسىز غايىب بولىدۇ. پەرزەنتلىك بولۇش دۇنيايىمىزنى ئۆزگەرتىدۇ، بالىلارنىڭ چوڭقىيىشىغا ئەگىشىپ، كەيپىياتىمىزمۇ ئۆزگىرىدۇ. ھەر كۈنى قوبۇل قىلىغان يېڭى ئۇچۇرلار يىغىلىپ غايەت زور تۈزىتىش سىستېمىسىنى شەكىللەندۈرىدۇ. ھالبۇكى، بۇ سىستېمىنى تۈزىتىش بەكلا ئوقۇبەتلىك، بىراق ھەل قىلمىسا، كېسەللىك مەنبەسى بولۇپ قالىدۇ.

بىر ئادەم ئۇزاق جەريانلىق تىرىشچانلىقى ۋە تەجرىبىسى ئارقىلىق، ئاندىن ئۆزىنىڭ دۇنيا قارىشىنى ئىپادىلىيەلەيدىغان خەرىتىسىنى تاماملىيالايدۇ، يەنە كېلىپ، بۇنداق خەرىتىلەر بەكلا قوللىنىشچان بولىدۇ. شۇڭا بەزىدە يېڭى ئۇچۇرلار بۇرۇنقى قاراشلىرىمىزنىڭ خاتالىقىدىن بېشارەت بەرسىمۇ، خەرىتىمىز چوڭ بىر تۈزىتىشكە دۇچ كەلسىمۇ، ئۇنىڭغا ئۇنچە پەرۋا قىلىپ كەتمەيمىز. بىزنىڭ بۇنداق بىپەرۋالىقىمىز يېڭى ئۇچۇرلارنى خاتا، بىدئەت ۋە رەزىل دەپ قارىۋالغانلىقىمىزدىن بولغان. بىز دۇنيانى كونترول قىلىپ ئۆزىمىزنىڭ خەرىتىسىگە ماسلاشتۇرۇشنى ئويلايمىز. كونا خەرىتىمىزنى ساقلاپ قېلىش ئۈچۈن يېڭى رېئاللىقنى ۋەيران قىلىمىز. ئاسانلا تۈزەتكىلى بولىدىغان يېڭى قاراشلىرىمىزنى رەت قىلىپ، نەچچە ھەسسە يۇقىرى زېھنىمىزنى خورىتىپ، كونا قاراشلىرىمىزنى قوغدايمىز. بۇ ھەقىقەتەن بىر تىراگېدىيەدۇر.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

كونا خەرىتىدىن ۋاز كېچىش

يېڭى رېئاللىق ئالدىدىمۇ، كونا (ۋاقتى ئۆتكەن) خەرىتىنى جاھىللىق بىلەن ساقلاپ قېلىش، چوقۇم پىسخىك كېسەللىك شەكىللەندۈرىدۇ. ھەربىر پىسخولوگنىڭ ھىستېرىيەگە بەرگەن تەبىرى ئۆزئارا پەرقلىق. مېنىڭ تەبىرىمدە: «ھىستېرىيە — ئادەمنىڭ باللىق دەۋرىدىلا شەكىللەنگەن ھەمدە شۇنىڭغا ناھايىتى ماس كېلىدىغان ئۇقۇم ۋە ئىنكاستۇر، ئەمما ئۇ چوڭ بولغاندىن كېيىنكى دۇنياغا تەڭ سۆرۈلۈپ بارسا بولمايدۇ.»

ھىستېرىيە جەريانى ناھايىتى ئۇششاق (بىلىنمەيدىغان) بولىدۇ، بىراق كۈچلۈك بۇزغۇنچىلىق خاراكتېرىگە ئىگە. 30 ياشلاردىكى بىر تىجارەتچى ھىستېرىيەنى داۋالىتىشنىڭ ئۈنۈمسىزلىكىنى جاكارلىدى. ئۇ ناھايىتى ئەقىللىق، بىراق چۈشكۈنلەشكەن كومپيۇتېر تېخنىكى ئىدى. ئايالى ئىككى بالىسىنى ئېلىپ، ئۇنى تاشلاپ كەتكەنلىكى ئۈچۈن مېنى ئىزدەپ كەپتۇ. ئايالىغا ئۇنچە تارتىشمايدىكەن، بىراق باللىرىغا چىدىماسىمىش. ئەسلىدە ئايالى ئۇنىڭغا داۋالىنىشنى ئېيتقانىكەن. ئايالى ئۇنىڭ ئورۇنسىز كۈنلىشىدىن ۋە سوغۇق مۇئامىلە قىلىشىدىن نارازىمىش ھەم ئىدىيەسىنىڭ تۇترۇقسىزلىقىدىن، داۋاملىق خىزمەت ئالماشتۇرۇشىدىن زېرىككەنمىش.

ئەسلىدە ئۇ ياشلىق دەۋرىگە قەدەم قويغاندىن باشلاپ، تۇرمۇشى مۇقىم كاپالەتكە ئىگە بولمىغانىكەن. دائىم ساقچىلار بىلەن سۈركىلىشىدىكەن، ھاراقكەشلىك، ئۇششۇقلۇق، ئويۇنخۇمارلىق ۋە مەمۇرىي خىزمەتلەرگە توسقۇنلۇق قىلىش قاتارلىق سەۋەبلىرى ئۈچۈن، ئۈچ قېتىم تۈرمىدە ياتقانىكەن. ئۇ ئالىي مەكتەپتە ئېلېكتىر-مېخانىكا فاكۇلتېتىدا

ئوقۇپ، يېرىم يولدا ئوقۇشتىن چېكىنگەن، سەۋەبى، «پىروفېسسورلارمۇ خۇددى ساقچىلارغا ئوخشاش ياخشى نىيەتلىك ئەمەس». كېيىن ئۇ ئەقىللىقلىقى ۋە يېڭىلىق يارىتىش چانلىقىغا تايىنىپ، كومپيۇتېر ساھەسىدىن ئاسانلا خىزمەت تاپقان، بىراق ھېچقانداق يەردە يېرىم يىلدىن ئارتۇق ئىشلەپ باقمىغان. بۇنداق بولغاندا، دەرىجىسىمۇ ئۆسمەيدىكەن. ئۇ خىزمەتتىن قوغلانمايدىكەن، بەلكى خوجايىنلىرى بىلەن چىقىشالماي، خىزمىتىدىن ئۆزى ئىستېپا بېرىدىكەن.

ئۇنىڭ دائىملىق سۆزى: «ھېچكىمگە ئىشەنمە». ئۇ بالىلىق چاغلىرىم ناھايىتى «نورمال» ئىدى دەپ قارايدىكەن، سۆھبىتىمىزدە، ئۇ ئاتا-ئانىسىنىڭ ئۆزىنى ئۇمىدسىزلەندۈرگەن ئىشلىرىنى بىر قانچە قېتىم تىلغا ئالدى. ئۇلار ھەر قېتىم تۇغۇلغان كۈنىدە بىر ۋېلىسىپىت سوۋغا قىلىشنى ئېيتىدىكەن، بىراق تۇغۇلغان كۈنىدە ئۇنتۇپ قېلىپ، باشقا نەرسە سوۋغا قىلىدىكەن. بىر قېتىم ئاتا-ئانىسى ئۇنىڭ تۇغۇلغان كۈنىنى پۈتۈنلەي يادىدىن چىقىرىپ قويغان، بىراق ئۇ ئاتا-ئانام ئالدىراش تۇرسا دەپ بۇنىڭغا ئۇنچە پەرۋا قىلىپ كەتمىگەن. يەنە ئاتا-ئانىسى ھەر جۈمە ئۇنىڭغا ھەمراھ بولۇشقا ۋەدە بېرىدىكەن، بىراق ئالدىراش ئىشى چىقىپ قالغانلىقى ئۈچۈن ئەمەلدىن قالدۇرىدىكەن. ھەتتا ئاتا-ئانىسى بىر قانچە قېتىم ئالدىراشلىقى سەۋەبلىك پۈتۈشكەن جايغا ئۇنى ئالغىلىمۇ بارمىغان ئىكەن.

www.uyghurkitap.com

ھىستېرىيە

ئۇ ئادەمنىڭ مەسىلىسى شۇ يەردىكى، كىچىكىدە ئاتا-ئانىسى ئۇنىڭغا كۆڭۈل بۆلمىگەنلىكى سەۋەبلىك، ئېغىر زەربىگە ئۇچرىغان ھەمدە ئاتا-ئانىسىنىڭ ئىشەنچسىزلىكىنى بايقىغان. ئۇ بۇ نۇقتىنى ھېس قىلغاندىن كېيىن، كۆڭلىرى بىر قەدەر ياخشى ئۆتۈشكە باشلىغان. شۇنىڭدىن كېيىن، ئۇ ئاتا-ئانىسىغا ھېچقانداق ئارزۇلىرىنى يۈكلىمىگەن، ئۇلارنىڭ ۋەدىلىرىنىڭ رېئاللىششىغا ئۇنچە پەرۋا قىلىپ كەتمىگەن. ئۇ ئاتا-ئانىسىغا ئىشەنمەيدىغان بولغاندىن كېيىن، ئۇنىڭ ئۈمىدسىزلىنىش قېتىم سانى ۋە ئوقۇبەت تارتىش دەرىجىسى مۆجىزە خاراكتېرلىك ئازايغان.

بىراق بۇ خىل تەڭشەش شەكلى بەك ئاۋارىچىلىك. ئاتا-ئانا بالىنىڭ پۈتۈن دۇنياسى، ئۇلارنىڭ باشقىچە ئىش بېجىرىدىغان ۋە يول تۇتىدىغان ئاتا-ئانىنى ئۇچرىتىش ئىمكانىيىتى يوق، ئۇلار ئاتا-ئانىسىنىڭ ئىش بېجىرىش ئۇسۇلىنى بىردىنبىر توغرا يول دەپ قارايدۇ، ئۇنىڭ ئەڭ ئاخىرقى يەكۈنى پەقەت «ئاتا-ئانام ئىشەنچسىز»لا خالاس. شۇڭا ئۇ «ھەرقانداق ئادەم ئىشەنچسىز» دەپ قارايدۇ. ھېچكىمگە ئىشەنمەسلىك ئۇنىڭ «ياشاش خەرىتىسى»گە ئايلىنىپ، ئۇنىڭ ياشلىق دەۋرىگىچە ساقلانغان، ھەتتا قىرانلىقىغىچە داۋاملاشقان.

ئۇنىڭغا «قەلب خەرىتىسى»نى تۈزىتىش پۇرسىتى كۆپ بولغان، بىراق ئۇ چىڭ تۇتمىغان. ئاۋۋال، ئۇ «دۇنيادا بەزى ئادەملەر ئىشىنىشكە ئەرزىيدۇ»نى ئۆگىنىشتىن بۇرۇن، چوقۇم ئۇلارغا ئىشىنىشكە تەۋەككۈل قىلىپ بېقىشى كېرەك ئىدى. شۇنداق قىلسىلا، ئۇ ئۆزىنىڭ ئەسلىدىكى كونا خەرىتىسىدىن ئايرىلالايتتى. ئاندىن بۇ خىل بىلىش ئۇنىڭ ئاتا-

ئانىسغا بولغان قارىشىنىمۇ ئۆزگەرتەتتى. ئۇ ئاتا-ئانىسىنىڭ ئەسلىدە ئۆزىنى ياخشى كۆرمەيدىغانلىقىنى، ئاتا-ئانا بولۇشقا لايىق ئەمەسلىكىنى ۋە بالىلىق دەۋرىنىڭمۇ نورمال ئەمەسلىكىنى ئېتىراپ قىلغان بولاتتى. بۇ شۇبھىسىزكى ناھايىتى ئازابلىق. ئاخىرىدا، ئۇ «ھېچكىمگە ئىشەنمەسلىك» دېگەن بۇ ئىدىيەسىگە ئاساسەن، ياشاش تەجرىبىسىدە بىر خىل تەكشەش ئېلىپ باراتتى. بۇ خىل تەكشەش ئۇنىڭ نۇرغۇن ئوقۇبەتلىرىنى ئازايتاتتى، ئۇنۇمىمۇ ياخشى بولاتتى. شۇڭا، ئۇنىڭدىن ۋاز كېچىپ ھەممىنى قايتىدىن باشلاش، ئۇنىڭ ئۈچۈن ناھايىتىمۇ تەس بولغان.

شۇنىڭ بىلەن ئىككى بالىسى ئۇنىڭ بۇ دۇنيادىكى ئەڭ يېقىن ئادىمىگە ئايلانغان، ئۇ ئۇلارنى كونترول قىلسا بولاتتى، بىراق كونترول قىلىشقا ئامالسىز، ئۇ بۇ دۇنيادا پەقەت شۇ ئىككىلا ئادەمگە ئىشىنىدۇ.

ھىستېرىيە ھادىسىسىنى داۋالاشنى «خەرىتە تۈزىتىش قۇرۇلۇشى» دېيىش مۇمكىن. بىمارلارنىڭ ئىزدەپ كېلىشتىكى مەقسىتى ئۇلارنىڭ كونا خەرىتىسىنىڭ قىممىتى قالمىغانلىقى ئۈچۈندۇر، بىراق ئۇلار يەنىلا كونا قاراشلىرىدىن ۋاز كەچمەيدۇ، بارلىق ئۆزگىرىشنى رەت قىلىدۇ، بەزىدە ئۇلارنىڭ قارشى تۇرۇشى ناھايىتى كۈچلۈك، داۋالىسىمۇ ھېچقانداق ئۈنۈمى بولمايدۇ، مەنمۇ دەل مۇشۇنداق ئىدىم.

دەسلەپتە، ئۇ ھەر جۈمە كېلىشنى تەلەپ قىلغانىدى، بىراق ھەپتە ئاخىرىدا قوشۇمچە ئىش تاپقانلىقى ئۈچۈن، ئۈچ قېتىم كېلىپلا قايتا كەلمىدى. مەن ئۇنىڭغا پەيشەنبە كېلىشنى ئېيتتىم. ئىككى قېتىم كەلدى، ئۇنىڭدىن كېيىن يەنە زاۋۇتىدا ئىسمېنا ئىشلەيدىغان بولۇپ قېلىپ كەلمىدى، مەن ئۆزۈمنىڭ كۈنتەرتىپىمنى قايتىدىن تەكشەپ، ئۇنىڭ ئىسمېنا ئىشلىمەيدىغان ئاخشىمى كېلىشنى دېدىم، يەنىلا ئىككى قېتىم كەلدى، ئۇنىڭدىن كېيىن ھەر كۈنى ئىسمېنا ئىشلەيدىغان بولۇپ قالدى. مەن ئەھۋالنىڭ ھەقىقەتەن شۇنداق ياكى ئەمەسلىكىنى سورىدىم، ئەگەر شۇنداق بولسا، داۋالاشنىڭ مۇمكىن بولمايدىغانلىقىنى دېدىم. ئۇ زاۋۇتىنىڭ ئىسمېنا ئىشلەشنى تەلەپ قىلمايدىغانلىقىنى، پەقەت ئۆزىنىڭ كۆپرەك

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

كىرىمگە موھتاجلىقىنى، شۇڭا ئىشلەشنى داۋاملىشتىنمۇ مۇھىم دەپ ئويلىغانلىقىنى ئىپتىراپ قىلدى. ئاخىرىدا، ئۇ ھەر دۈشەنبە كەچ كېلىشىنى، ۋاقتى يەتمىسە تېلېفوندا ئۇقتۇرۇپ قويىدىغانلىقىنى دېدى. مەنمۇ ئۇنىڭغا دۈشەنبە كەچ مەخسۇس ۋاقىت ئاجرىتىدىغانلىقىمنى، ئامال بار ئۇنىڭغا ياردەم قىلىدىغانلىقىمنى ئېيتتىم. ئۇ مېنى ئۆزىگە كۆڭۈل بۆلمەيدۇ، شۇڭا ئۆزۈمنىڭ ۋاقتى تېخىمۇ مۇھىم دەپ قارىغانىكەن. نەتىجىدە مەن ئۇنىڭ ئۈچۈن ئىشەنچسىز ئادەم بولۇپ قالدىم، داۋالىشىمىمۇ شۇ يەردە ئاخىرلاشتى، مەن ئۇنىڭ كونا خەرىتىسىدە پەقەت بىر يېڭى «قەبرە تېشى» بولۇپ قالدىم، خالاس.

ھىستېرىيە ھادىسىسى پەقەت پسىخولوگ بىلەن بىمارلار ئارىسىدا مەۋجۇت بولۇپلا قالماي، يەنە ئاتا-ئانا بىلەن بالا، ئەر-ئايال، دوست-بۇرادەر، يالغۇزچى-يالالانغۇچى ۋە ھەر خىل تەشكىلات ياكى دۆلەتلەر ئارىسىدا ئومۇميۈزلۈك مەۋجۇت. يەنە كېلىپ، ھىستېرىيە ھادىسىسى خەلقئارا مۇناسىۋەتلەردە ئۆزگىچە تۈس ئالىدۇ، بىر دۆلەتنىڭ باشلىقلىرىمۇ ئادەم بولۇش سۈپىتى بىلەن، ئۇلارنىڭ بالىلىقتىكى بىر قىسىم تەجرىبىلىرى ئۇلارنىڭ ئادىمىيلىكىنى شەكىللەندۈرۈپ بولغان بولىدۇ. گېپلىرىنىڭ قەلب خەرىتىسى قانداق تۈزۈلگەن بولغىيتتى؟ ۋېيتنام ئۇرۇشى ئاخىرلاشقۇچە، ئامېرىكىدا ئۈچ زۇڭتۇڭ ئالماشتى، ئۇلارنىڭ قەلب خەرىتىسى قانداق بولغىيتتى؟ 1930-يىللاردىكى ئامېرىكا ئىقتىسادىي كىرىزىسىدا كىشىلەرنىڭ قەلبىدە قانداقراق خەرىتە شەكىللەنگەن؟ 1950-ۋە 1960-يىللاردا ئۇلارنىڭ قەلب خەرىتىسىدە قانداق ئۆزگىرىشلەر يۈز بەردى؟ 1970-يىللاردىكى ئۇرۇشقا قارشى دولقۇن بىلەن ئۇلارنىڭ قەلب خەرىتىسى ئارىسىدا قانچىلىك يېقىن مۇناسىۋەت بار؟ قەلب خەرىتىسى ئەگەر ۋاقتىدا ئۆزگەرتىلىپ تەكشەلسە، نۇرغۇنلىغان توقۇنۇشلارنى ھەل قىلالامدۇ؟ بىز قانداق قىلساق، ئۆزىمىزنىڭ قەلب خەرىتىسىنى دەۋرگە ماس تۈزىتەلەيمىز؟

ئادەم رېئاللىقتىن ئۆزىنى قاچۇرۇش نەتىجىسىدە دۇچ كەلگەن ئوقۇبەت دەل ئادەمنىڭ ماھىيىتىدۇر، بىز پەقەت ئۆزىمىزنى تىزگىنلەش

(ئۆزىمىزنى ئۆزىمىز باشقۇرۇش) ئارقىلىق بۇ خىل ئوقۇبەتلەردىن بوشىنالايمىز. بۇنىڭ ئۈچۈن، بىز چوقۇم چىنلىقتا سادىق بولۇشىمىز، ئۇنى راھەتتىنمۇ ئۈستۈن بىلىشىمىز كېرەك. ھەقىقەتنى ئىزدىگىنىمىزدە، بارلىق ئوقۇبەتلەرگە يۈزلىنەلىشىمىز كېرەك. قەلب ساغلاملىقى بىر خىل تونۇشمايدىغان، ئۆزلۈكسىز قالمايدىغان ۋە ئۆزلۈكسىز بەدەل تۆلەيدىغان جەرياندۇر.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئۆزلۈكنىڭ ماھىيىتىگە جەڭ ئېلان قىلىش

ھەقىقەت ئۈچۈن بەدەل تۆلەش دېگەن نېمە؟ ئەمەلىيەتتە، ھەقىقەت كەسكىنلىك بىلەن توختىماستىن ئۆزىنى خورىتىشنى تەلەپ قىلىدۇ. بىز ئۆزىمىز ۋە تاشقى دۇنيانىڭ تېگىشكەن يېرىدىن دۇنيانى بىلىمىز. دۇنيانى ھەقىقىي بىلىش ئۈچۈن دۇنيانى كۆزىتىشكە ۋە ئۆزلۈكنى مۇھاكىمە قىلىشقا موھتاجمىز. پسىخولوگلارنىڭ ئاگاھلاندۇرۇشى ئۆزىگە شۇنداق دەيدۇكى، ئەگەر ئۆزىمىزنىڭ ئىچكى دۇنياسىدىكى توقۇنۇشنى ۋە ھېستېرىيەنى چۈشەنمىسەك، ئۇنداقتا بىمارلارنىڭ قەلبىدىكى توقۇنۇشنى ۋە ھېستېرىيەنى بىلىشىمىز مۇمكىن ئەمەس، شۇڭا تەربىيەلىنىش جەريانىدا، بىزمۇ ئەڭ ياخشىسى پسىخىكىلىق داۋالىنىش ۋە پسىخىكىلىق ئانالىزنى قوبۇل قىلىشىمىز كېرەك.

ئەپسۇسكى، بارلىق پسىخولوگلار بۇ بىر نۇقتىنى ئورۇنداپ كېتەلىشى ناتايىن. نۇرغۇنلىغان كىشىلەر تاشقى دۇنيانى ناھايىتى ئەستايىدىللىق بىلەن كۆزىتىدۇ، بىراق ئوخشاش كۆز بىلەن ئۆزلۈكنى كۆزىتىشنى ئۇنتۇپ قالىدۇ. پەنني ئۆلچەم بويىچە قارىغاندا، ئۇلارنى قالتىس ئىشلىدى دېگىلى بولىسىمۇ، بىراق ئۇلار ئۇنچىلىك دانىشمەنلەردىن ئەمەس. بۇ خىل ئادەملەردىن پسىخولوگلارنىڭ بايقىغانلىرى ھەقىقەتەن كۆپ.

دانىشمەنلەرنىڭ ھاياتى ئۇلارنىڭ ئوي (تەپەككۇر) لىرى بىلەن قىلىق (ھەرىكەت) لىرىنىڭ بىرلىككە كېلىشىدىن تەشكىل تاپىدۇ. مەن ياشلىق دەۋرىدىكى بالىلارنىڭ ئاتا-ئانىسىنىڭ ئۇلارغا: «ئويلايدىغانلىرىڭ بەك كۆپكەن» دېگەنلىرىنى ئۆز قۇلىقىم بىلەن ئاڭلىغانىدىم. بۇ دەرۋەقە

يالغان گەپ. چۈنكى بىزنىڭ ئادەم بولالىشىمىزدىكى سەۋەب شۇكى، ئالدى مېڭە ياپراقچىلىرىمىز بىزگە ئۆز ئۆيىمىز ۋە خاتالىقىمىز ئۈستىدە ئويلىنىدىغان ئىقتىدارنى ئاتا قىلغان. تاشقى دۇنيانى كۆزىتىشىمىز ئىچكى دۇنيارىمىزدىكى خاتالىق ئۈستىدە ئويلىنىشىمىزدەك ئۇنداق ئوقۇبەتلىك بولمايدۇ. مانا بۇ كۆپ سانلىق كىشىلەرنىڭ ئۆزىنى قاچۇرۇشىدىكى سەۋەبتۇر. بىراق بىر ئادەم ھەقىقەتكە ئۆزىنى قۇربان قىلىش جەريانىدا ئىپادىلەپ چىقىرىدىغان ئوقۇبىتىمۇ بىر قەدەر ئېغىر بولىدۇ، يەنە كېلىپ، ئۆز خاتالىقى ئۈستىدە ئويلىنىش جەريانىنىڭ ئۇزاقلىششىغا ئەگىشىپ بىر خىل ئەرزىمەس نەرسىگە ئايلىنىپ قالىدۇ. ھەقىقەتكە ئۆزىنى بېغىشلىغان ھايات ئۆزلۈككە جاكارلىغان جەڭنى خۇشاللىق بىلەن قوبۇل قىلىشتىنمۇ دېرەك بېرىدۇ. ئۆزىنىڭ بىردىنبىر قەلب خەرىتىسىنى بېكىتىش ئەمەلىيەتكە ئۇيغۇنمۇ-ئەمەسمۇ، بۇ ئۆزگە خەرىتە ئىگىلىرىنىڭ تەنقىد ۋە رىقابەتلىرىگە باغلىق. بىراق خەرىتىنى تۈزەتسەك ئوقۇبەتكە قالىدىغانلىقىمىز ئۈچۈن، گەپنى ئاسانلا باشقا تېمىلارغا يۆتكەيمىز-دە، ئۆزىمىزگە ئىجابىي تەرەپتىن ئۇچراشتىن ئۆزىمىزنى قاچۇرىمىز. باللىرىمىزغا: «ئاقساقاللىق قىلما، بۇ ئائىلىنىڭ باشلىقى مەن» دەيمىز. ئايالىمىزغا: «كەچۈرۈۋەتكىنىم يېنىك كەپتۇ-دە، يەنە ئالدىپەشلىك قىلىدىغان بولساڭ، كۆرگۈلۈكۈڭنى كۆرسىتىمەن، قىلغانلىرىڭغا پۇشايمان قىلغۇزىۋېتىمەن» دەيمىز. چوڭلار دائىم: «مېنىڭ يېشىم بىر يەرگە باردى، ئەمدى گېپىمگە ئۇنىمىساڭ ئۆلۈپلا بېرىمەن، بۇ يېشىمدا مېنى بۇنچە خاپا قىلىپ نېمىگە ئېرىشەرسەن» دەيدۇ. غوجايىنلار ئىشلەمچىلىرىگە: «ئەگەر ماڭا جەڭ ئېلان قىلساڭ، ئۈستىخىنىڭ قاتتىقراق بولسۇن، بولمىسا باشقا يەرگە كېتىپ قالما» دەيدۇ. رىقابەتتىن ئۆزىنى قاچۇرۇش ھاياتىنىكى بىر چوڭ ئالاھىدىلىك، بىراق ئۇ بىز ئۈچۈن پايدىلىق ياكى ئۆزگەرتكىلى بولماسلىقتىن دېرەك بەرمەيدۇ. مودېرىن (مودېرنىستىك، زامانىۋى) ئادەملەر بىلەن ئىپتىدائىي ئادەملەرنىڭ ئوخشىماسلىقى شۇ يەردىكى، بىز ماھىيىتىمىزگە يات ناھايىتىمۇ كۆپ نەرسىلەرنى ئۆگىنىۋالغان، شۇنىڭ بىلەن ئۆلار بىزنىڭ ئىككىلەمچى ماھىيىتىمىزگە ئايلانغان. ئەمەلىيەتتە

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ بىردىنبىر ئانا مەنبەسى

بارلىق ئۆزىنى ئۆزى باشقۇرۇش قىلىقلىرىنى ئىككىلەمچى ماھىيەتنىڭ مەشىقى دېيىشكە بولىدۇ. ماھىيەتتىن ھالقىش، ماھىيەتنى ئۆزگەرتىش، ماھىيەتكە يات ئىشلارنى ئۆگىنىش ئادىمىيلىكنىڭ مۇھىم ئالاھىدىلىكىدۇر.

پسىخىك داۋالىنىشنى قوبۇل قىلىش ئەمەلىيەتتە ئۆزلۈككە جەڭ ئېلان قىلىش پوزىتسىيەسىدۇر، بىراق پسىخولوگلارنىڭ قارىشىچە، نۇرغۇنلار بۇنىڭ بىر مەيدان ئۆزلۈككە جەڭ ئېلان قىلىش جەريانى ۋە ئىنتىزام تەربىيەسى ئىكەنلىكىنى ئاڭقىرالمايدۇ. ئۇلارنىڭ قوغلىشىدىغىنى «تەسەللى» خالاس. ئۇلار كەلگۈسىگە جەڭ ئېلان قىلغان ۋاقىتتا، نۇرغۇنلىرى ھودۇقۇپ كېتىدۇ، ھېچبولمىغاندا، ئۆزىنى قاچۇرىدۇ، بۇلارغا پەقەت جەڭ ئېلان قىلىش ۋە ئىنتىزام ئارقىلىقلا تەسەللىگە ئېرىشكىلى بولىدىغانلىقىنى ئۆگىتىش تولىمۇ ئوقۇبەتلىك ۋە ماھارەت تەلەپ قىلىدىغان خىزمەت. كەسىپ ئەھلىلىرى : «پسىخولوگلار چوقۇم بىمارلارنى ‹قىزىقتۇرۇش› ئارقىلىق داۋالاشنى قوبۇل قىلدۇرۇشى كېرەك» دەپ قارايدۇ، بەزىدە پسىخولوگ بىمار بىلەن ناھايىتى ئۇزاق ۋاقىت بىللە بولسىمۇ، بىراق ھەقىقىي داۋالاش تېخى باشلانمىغان بولىدۇ.

راست سۆزلەش ئويۇنى

پسخكىلىق داۋالاشتا «ئەركىن ئەسلىتىش» ۋە «ئىلھام» دىن ئىبارەت ئىككى خىل ئۇسۇل بىمارلارنى ئۆزىنىڭ قاتمال ئىدىيەسىدىن ياندۇرۇشنىڭ دائىملىق ۋاستىسى قىلىپ قوللىنىلىدۇ. بىماردىن: «ئەگەر ئاۋۋال نېمە ئويلىسا شۇنى دېيىش، ئەگەر كۆپ ئىشنى تەڭ ئويلىغان بولسا، ئەڭ ئاۋۋال دېيىشنى خالىمايدىغانلىنى دېيىش» تەلەپ قىلىنىدۇ. گەرچە بۇ ئىشلارنى «دېيىش ئاسان، قىلماق تەس» بولسىمۇ، بىراق ئۇنۇمى ناھايىتى تېز. ناھايىتىمۇ ئىچ مجەز ئادەملەر باركى، ئۇلارنىڭ ئەسلەش پائالىيىتىمۇ ساختىلىق بىلەن تولغان بولىدۇ، نۇرغۇن قىسمەتلىرىنى سۆزلەيدىيۇ، بىراق ئەڭ مۇھىم قىسمى (قەلب يارىسى) نى قەستەن يوشۇرىدۇ. بىمارلارنى داۋالاش پائالىيىتىنى «مۇخبىرلار يىغىنى»غا ئۆزگەرتىۋېتىدۇ، نەتىجىدە، ئۆزگە ئۆزى جەڭ ئېلان قىلىشتىن ئۆزىنى ئېلىپ قېچىپ، ۋاقىت ۋە زېھىننى ئىسراپ قىلىدۇ، ئۇلارنىڭ ھەممىسىدە دېگۈدەك ئۆزىنى ۋە ئۆزگىنى ئالداش خاھىشى ئېغىر بولىدۇ.

ئۆزلۈككە جەڭ ئېلان قىلىشنى خۇشاللىق بىلەن قوبۇل قىلىدىغان شەخس ۋە تەشكىلاتلارغا نىسبەتەن ئېلىپ ئېيتقاندا، رېئاللىق ئۈچۈن سىزغان خەرىتىلىرى (قەلب خەرىتىسى)، ھەر ۋاقىت جامائەت تەكشۈرۈشنى قوبۇل قىلالايدۇ. دېمەك، ھەقىقەتكە بېغىشلانغان ھاياتنىڭ ئۈچىنچى تۈرلۈك شەرتى چوقۇمكى سەمىمىي ياشاشتۇر. بىز توختىماستىن ئۆز خاتالىقىمىز ئۈستىدە ئويلىنىشىمىز كېرەك. ئۆزىمىزنىڭ ئورتاقلىقىنى (سۆزلەشلا ئەمەس، سۆزلەش شەكلىنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ)، بىلىدىغان رېئاللىقىمىزنى ئەينەن ئەكس ئەتتۈرۈپ بېرىشىمىز كېرەك.

بۇ خىل سەمىمىيلىك ئوقۇبەتلىك بولىدۇ. ئادەتتە ئادەملەرنىڭ يالغان سۆزلىشى ئۆزىگە جەڭ ئېلان قىلىشىنىڭ ئازابىدىن ۋە ئاقىۋىتىدىن ئۆزىنى قاچۇرۇش ئۈچۈندۇر. سومېن ۋەقەسىدە، نېكسون زۇڭتۇڭنىڭ يالغان سۆزلىشىنىڭ سەۋەبى خۇددى تۈت ياشلىق بالىنىڭ چىراغنى چېقىۋەتكەندىن كېيىن ئىقرار قىلىشنى خالىمىغان سەۋىيىسىگە ئوخشايدۇ. ئۆزىگە جەڭ ئېلان قىلىشتىن ئىلگىرى يالغان سۆزلەش ئوقۇبەتتىن ئۆزىنى قاچۇرغان بىلەن باراۋەر، بۇ خىل ئەھۋالدا ئېنىقكى پىسخىك كېسەللىك تېخىمۇ ئېغىرلىشىدۇ.

يالغانچىنىڭ يالغان سۆزلەش ئوبيېكتى پەقەت ئۆزگىلا ئەمەس، يەنە ئۆزىنىمۇ ئۆز ئېچىگە ئالىدۇ. ئۆزىنىڭ كەملىكى ۋە رېئاللىق ئۇقۇمىنى چۈشىنىشىمۇ ئۆزىگە جەڭ ئېلان قىلىشتۇر، ھاياتتا يەنە باشقىلارنىڭ جەڭ ئېلان قىلىشىدىنمۇ ساقلانغىلى بولمايدۇ.

ئۆزىنى ئالدايدىغانلارنىڭ سانى كۆپ بولمىسىمۇ، بىراق دائىم كۆرۈلىدىغىنى ۋە بۇزغۇنچىلىق خاراكتېرى ئەڭ كۈچلۈك بولغىنى «بىز بالىمىزنى بەك ياخشى كۆرىمىز» ۋە «ئاتا-ئانام مېنى بەك ياخشى كۆرىدۇ» دىن ئىبارەت بىرنەچچە ئېغىز سۆزىدۇر. بۇ بىر ئەمەلىيەت بولسىمۇ، بىراق نۇرغۇنلار بۇنى ئېتىراپ قىلمايدۇ. شۇڭا مەن دائىم: «پىسخىكىلىق داۋالاش بىر قېتىملىق راست سۆزلەش ئويۇنى» دەيمەن. بىزنىڭ ئەڭ مۇھىم خىزمىتىمىز دەل بىمارلارنىڭ يالغانچىلىقىغا يۈزلىنىشتۇر.

پىسخىك مەسىلىلەرنىڭ ھەممىسىنىڭ يىلتىزى بىر، ھەممىسى ئۆزىنى ئالداش ۋە ئۆزگىنى ئالداشنىڭ كېسىشمىسىدىن شەكىللەنگەن توردىن كېلىپچىققان. ئۇ پەقەت «مۇتلەق سەمىمىي كەيپىيات» ئالدىدىلا ئاندىن يوقىلىدۇ. پىسخىكىلىق داۋالاش مۇتەخەسسىسلىرى چوقۇم بىمارلار بىلەن سەمىمىي ۋە ئېچىۋېتىلگەن سۆزلىشىش مۇناسىۋىتىنى شەكىللەندۈرۈشى لازىم. ئەگەر بىزنىڭ ئۇلارنىڭكىگە ئوخشاش ئوقۇبەت تەجرىبىمىز بولمىسا، ئۇنداقتا نېمىگە ئاساسەن بىمارلاردىن رېئاللىققا يۈزلىنىش ئوقۇبىتىنى ئۈستىگە ئېلىشنى تەلەپ قىلالايمىز؟ بىز پەقەت ئۆزىمىزنىڭ تەجرىبىسى ئارقىلىق باشقىلارغا مەسلىھەت بېرەلەيمىز،

داۋالىيالايمىز.

يالغان گەپ ئاق (ئاق كۆڭۈللۈك بىلەن ئېيتىلغان) يالغان ۋە قارا (رەزىللىك بىلەن ئېيتىلغان) يالغاندىن ئىبارەت ئىككى تۈرلۈك بولىدۇ. ئاتالمىش قارا يالغان بىلىپ تۇرۇپ يالغان سۆزلەشنى كۆرسىتىدۇ، ئاق يالغان بەلكىم راست بولۇشى مۇمكىن، بىراق بىز ئۇنىڭ كۆپ قىسمىغا ئىشەنمەيمىز. بىر قىسىم يالغانچىلىققا ئاق ئوردىن قادالغان بولىدۇ، بىراق ئۇ يالغان ئەمەسلىكتىن ياكى كەچۈرۈشكە بولىدىغانلىقتىن دېرەك بەرمەيدۇ. ھۆكۈمەت تەكشۈرۈش تۈزۈمى ئارقىلىق، ئاۋامنى مۇھىم ئۇچۇرلارنى بىلىشتىن مەھرۇم قىلىدۇ، بىر يالغانچى ھۆكۈمەت ھەرگىزمۇ دېموكراتىك بولمايدۇ. بىمارلار تارماق بانكىغا پۇل ئامانەت قويغانلىقنى تىلغا ئالمايدۇ، بۇنىڭ داۋالاشقا بولغان توسالغۇسى يالغان ئېيتىشقا ئوخشاش ئېغىر. چىنلىقنى يوشۇرۇش ئادەمگە يەڭگىللەپ قالغاندەك تۇيغۇ بەرگەچكە، نۇرغۇن كىشىلەر ئاق يالغانچىلىق شەكلىنى ئىشلىتىشكە ئامراق، ھالبۇكى ئۇنىڭغا كىشىلەر ئۇنچە پەرۋا قىلىپ كەتمىگەچكە ئۇنىڭ خەتىرى قارا يالغانغا سېلىشتۇرغاندا تېخىمۇ چوڭ.

جەمئىيەت ھەمىشە «باشقىلارنىڭ ھېسسىياتىغا ئازار بەرمەسلىك كېرەك» دەيدىغان مەۋقەنى ئاساس قىلغانلىقى ئۈچۈن ئاق يالغانچىلىقنى ئەيىبلىمەيدۇ. ئىجتىمائىي مۇناسىۋەتلىرىمىزنىڭ يۇزەكىلىكىمۇ ئادەمنى ئەپسۇسلاندۇرىدۇ. ئاتا-ئانىلار بالىلىرىغا دەيدىغان ئاق يالغاننى مۇھەببەتنىڭ ئىپادىسى دەپ قارىۋالغانلىقتىن، بىر قەدەر نورمال ھېسابلىنىدىغان ئاتا-ئانىلارنىڭمۇ، ئېچىۋېتىلگەن پوزىتسىيە بىلەن بالىلىرىغا يۈزلىنىشى تەس. ئۇلار بالىلىرىنىڭ ئالدىدا ئۆزىنىڭ ئەپيۈنخۇمار (نەشىكەش، ھاراقكەش، بەڭگە)، ئۇرۇشقاق (جېدەلخور)، ئىككى يۈزلىمچى ئىكەنلىكىنى ھەمدە دوختۇرلار روھ-تەن تەڭپۇڭسىزلىقى ھادىسىسى دەپ دياگنوز قويغاندەك بىنورمال، ساختىپەز (ئوغرى) ئىكەنلىكىنى ئېتىراپ قىلالمايدۇ. ئۇلار ھەتتا بالىلىرىغا بانكىغا قويغان پۇلىنىڭ قانچىلىكلىكىنىمۇ ئېيتىپ بېرىشنى خالىمايدۇ.

دائىم چىنلىقنى يوشۇرۇشتەك بۇ خىل قىلمىش باللارنى

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

قوغداشتىكى ئەڭ ياخشى تەدبىر دەپ قارىلىدۇ، بىراق بۇ خىل تەدبىرلەرنىڭ ھېچقايسىسىدىن كۆزلىگەن ئۈنۈمگە ئېرىشكىلى بولمايدۇ. باللار ئاتا-ئانىسىنىڭ ئالدىنقى ئاخشىملا بىر كېچە ئۇرۇشۇپ چىققانلىقىنى، بوۋا-مومىلىرىنىڭ ئاغرىنىشلىرىنى، ئانىسىنىڭ سەپرالىقىنى، دادىسىنىڭ پايچەك ئويناپ زىيان تارتقانلىقىنى بىلىدۇ، بۇنىڭ نەتىجىسى قوغداش ئەمەس، بەلكى مەھرۇم قىلىشتۇر. باللار كاپىتال (پۇل)، كېسەللىك، زەھەر (تاماكا، نەشە، ھاراق، خىروئىن، كوكايىن قاتارلىق)، جىنسىيەت، نىكاھ، ئاتا-ئانا، بوۋا-موما (تۇغقاندارچىلىق) ۋە باشقا جەھەتلەردىكى بىلىملەردىن مەھرۇم قالىدۇ. باللارنىڭ ئېچىۋېتىلىش ۋە سەممىيەت بىلەن ئۇچرىشىش پۇرسىتى بولمىغاچقا، ئۇلارنىڭ سەممىيەتنى ئۆگىنىشى يېتەرسىز، ئېچىۋېتىلىشى مۆكەممەلسىز ۋە جاسارىتى چەكلىك بولۇپ قالىدۇ.

ئاتا-ئانىلار باللىرىنى بۇ خىل ئۇسۇل ئارقىلىق قوغدايمەن دېسە، بەزىدە ھەقىقەتەن مۇھەببەتنى قوزغىلىش نۇقتىسى قىلىسىمۇ، بىراق ئۇلارنىڭ قارىشى خاتا بولۇپ چىقىدۇ، خالاس. كۆپ قىسىم ئاتا-ئانىلار «قوغداش»نى دەستەك قىلىپ باللارنىڭ ئۆزىگە جەڭ ئېلان قىلىشىدىن ساقلىنىدۇ، ئۆزىنىڭ باللىرىغا بولغان كونتروللۇقىنى ساقلاپ قالىدۇ. ئاتا-ئانىلارنىڭ بۇ خىل قىلمىشلىرى ئەمەلىيەتتە: «ئەي ئوغلۇم (قىزىم)، مەندىن ئۆگىنىت، ياخشى ئاڭلا، كىچىك بولغاندىكىن ئۆزۈڭ ئويلاشقا تېگىشلىك ئىشلارنى ئويلا، چوڭلارنىڭ ئىشىنى چوڭلار ھەل قىلىدۇ، بۇ ھەر ئىككىلىمىز ئۈچۈن ياخشى، بىز سېنى قاتتىق باشقۇرساق، سەنمۇ غەمسىز چوڭ بولىسەن، بۇنداق ئىشلارغا ئارىلاشما، بۇ ھەممىمىزگە پايدىلىق» دېگىنىدىن باشقا نەرسە ئەمەس.

چىنلىقنى يوشۇرۇش تالىلاش
خاراكتېرىگە ئىگە

سەمىمىيلىكنى قوغلىشىش ئىستىكى بىلەن قوغداشنى مەقسەت قىلىش زىددىيەتلەشكەندە، توقۇنۇش رەسمىي پارتلايدۇ. مەسىلەن ئېيتساق، تۇرمۇشى ناھايىتى مۇكەممەل كىشىلەرمۇ تۇيۇقسىز ئاجرىشىپ كېتىشنى ئويلىشىپ قالىدۇ، ئەلۋەتتە ئاتا-ئانىلارنىڭ نىكاھ مەسىلىسىدە ئېغىر ئىختىلاپ بولسا، چوڭلار دېمىگەن تەقدىردىمۇ بالىلار ئالللىبۇرۇن بۇ خىل يوشۇرۇن ۋەھىمىنى ھېس قىلىپ بولغان بولىدۇ. ئەگەر ئاتا-ئانىلار بۇگۈن ئۇرۇشۇپ قالغان بولسا ئەتىسى بالىلىرىغا: «داداڭ-ئاپاڭلار تۈنۈگۈن ئاجرىشىشنى ئويلاشقان، بىراق بىز ھەرگىز بۇنداق قىلمايمىز، ئۇ راست ئەمەس» دەيدۇ. مانا بۇ بالىلارغا بىھاجەت بولغان بېسىمدۇر.

يەنە بىر مىسال، پىسخولوگلار داۋالاشنىڭ دەسلەپكى باسقۇچىدا ئۇلارنى كۆزىتىش يەكۈنىنى ئالدىراپ دەۋەتمەسلىكى كېرەك، چۈنكى بىمارلارنىڭ كۆڭلىدە ھېچقانداق تەييارلىقى بولماسلىقى مۇمكىن. پىراكتىكامنىڭ تۈنجى يىلى بىر بىمار ماڭا بىر چۈشىنى ئېيتىپ بەردى، ئۇ بىر ھەمجىنىس مەزمۇنىدىكى چۈش ئىدى. مەن ئۆزۈمنىڭ كەسپىي ساپايىمنى نامايان قىلىش ۋە داۋالىشىمنىڭ ئۈنۈمىنى بالدۇرراق كۆرۈش ئۈچۈن ئۇنىڭغا دەرھال: «سىزنىڭ چۈشىڭىز ئېنىقكى، ئۆزىڭىزدە ھەمجىنىس خاھىشىنىڭ بارلىقىدىن ئەنسىرىگەنلىكىڭىزنى ئىپادىلەيدۇ» دېدىم. ئۇ دەرھال چىقىپ كەتتى ۋە كېيىنكى ئۈچ قېتىملىق داۋالىنىشقا كەلمىدى. مەن نۇرغۇن خىزمەتلەرنى ئىشلەپ ئاخىرى ئۇنى داۋالىنىشقا قايىل قىلغان بولدۇم.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئۇ يوشۇرۇن ئىگىدا بۇ مەسىلىدىن ئەنسىرەيدىكەن، بىراق بۇ ھەرگىزمۇ ئۇنىڭ يوشۇرۇن ئاڭ قاتلىمىدا بۇ مەسىلىنى مۇلاھىزە قىلغانلىقىدىن دېرەك بەرمەيدۇ. ئەگەر مەن كۆزىتىش يەكۈنىمنى بىۋاستە ئۇنىڭغا دەۋەتسەم، ئۇنىڭغا زىيىنى بولسا باركى، پايدىسى يوق، ئېھتىمال ئۇ داۋالىنىش جاسارىتىنى پۈتۈنلەي يوقىتىشى مۇمكىن.

چىنلىقنى يوشۇرۇشنىڭ تاللاش خاراكتېرىگە ئىگە ئىكەنلىكىنى چۈشىنىش سىياسىي ۋە كارخانا ساھەسىدىكى ئادەملەر ئۈچۈنمۇ ئىنتايىن مۇھىم. ئىشنىڭ قانداقلىقىغا قارىماي، سۆزلەۋېرىدىغان ئادەم يۇقىرىدىكىلەرگە ساپاسىز بىلىنسە، تۆۋەندىكىلەرگە ۋەھىمە ئېلىپ كېلىدۇ. بىر ئادەمنىڭ مەلۇم بىر تەشكىلدە ئىشلىيەلىشى ئۈچۈن ئەڭ ئاۋۋال ئۇنىڭدا ئازدۇر-كۆپتۇر تەشكىلىي ئاڭ بولۇشى كېرەك. شەخسىي پىكىرلەرنى مۆلچەرلىيەلىشى ۋە تەشكىلنىڭ ماقۇللۇقىغا تاپشۇرالىشى كېرەك.

بۇنداق ئەھۋاللاردا، شەخسىي پىكىر، تەسىرات ۋە قاراش، ھەتتا بىلىم قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى يوشۇرۇلۇشقا تېگىشلىك. بىراق، ئەگەر شۇنىڭغا ئوخشاشلا ھەقىقەتكە سادىق بولۇش كېرەك بولسا قايسى پىرىنسىپقا ئەمەل قىلىش كېرەك؟ بىرىنچىدىن، يالغان سۆزلىمەسلىك كېرەك. ئىككىنچىدىن، كۆڭۈلدە ساقلىغان ھەقىقەتنىڭ كۆپىنچىسىنىڭ يالغان بولۇشى، ھەربىر يوشۇرغان ھەقىقەتنىڭ قارار قىلىنىشى ئەخلاقىي تاللاشتىن ئۆتۈشى كېرەك. ئۈچىنچىدىن، شەخسىي ئىستەك (مەسىلەن: ھوقۇق، مۇھەببەت، قەلب خەرىتىسى) سەۋەبلىك قىسمەن ھەقىقەتلەرنى دېمەي يوشۇرۇش. تۆتىنچىدىن، قارشى تەرەپنىڭ تەلىپى ئۈچۈن قىسمەن ھەقىقەتلەرنى يوشۇرۇش. بەشىنچىدىن، باشقىلارنىڭ مەقسىتىنى بىلىش بىر خىل مۇرەككەپ خىزمەت بولغاچقا، پەقەت مۇھەببەت ئۈچۈنلا «دانىشمەنلەرچە تاللاش» ئېلىپ بېرىش. ئالتىنچى، باشقىلارنىڭ ئۆلچىمى ئۈچۈن، بىز تەمىنلىگەن ھەقىقەت ئۇنى قەلب مۇكەممەللىكىگە يەتكۈزەلەمدۇ-يوق دېگەننى ئويلاش. يەتتىنچىدىن، بۇ خىل ئۆلچەمنى ئاساس قىلغاندا قارشى تەرەپنىڭ ھەقىقەتنى قوبۇل قىلىش-

قىلالماسلىقىنى دەڭسەش.

قارىماققا، بۇ ناھايىتىمۇ جاپالىق، بۇ مەڭگۈ يەتكىلى بولمايدىغان مۇكەممەللىك، مەڭگۈ تاماملىغىلى بولمايدىغان خىزمەت. بىراق ھەقىقەتكە سادىق ھاياتنىڭ تۆلىگەن بەدىلى ئېرىشكەن ھاسىلاتىدىن نەچچە ھەسسە ئېشىپ كېتىدۇ. پوزىتسىيەسى ئېچىۋېتىلگەن ئادەم ئۆزىنىڭ قەلب خەرىتىسىنى توختىماستىن يېڭىلايدۇ، شۇنىڭ بىلەن ئۇزۇكسىز مۇكەممەللىككە يېقىنلىشىدۇ. ئۇلار بېكىنمە ئادەملەرگە قارىغاندا تېخىمۇ يېقىن مۇناسىۋەت قۇرالايدۇ. ئۇلار ياسالما ئەمەس، ئەركىن ياشايدۇ، يالغانچىلىقلىرىنى يوشۇرۇشقىمۇ دۇچار بولمايدۇ. ئۆزىنى مەخپىي قارا سايە ئىچىگە ئوراپ يۇرمەي، ئۆزىنى سەممىيلىك بىلەن باشقۇرۇش روھىنى ساقلاپ قالىدۇ. ھەقىقەتكە يۈزلىنىشكە جۈرئىتى بار ئادەم چەكسىز دۇنيادا شىجائەتلىك ياشىغاچقا، قورقۇنچ ۋەھىمىسىمۇ بولمايدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

تەڭپۇڭلۇقنى ساقلاش

ئۆزىنى باشقۇرۇش دەرۋەقە بىر خىل مۇرەككەپ خىزمەت، ئۇنىڭغا شىجائەت، ئېلاستىكلىق ۋە ھۆكۈم قىلىش كۈچى كېتىدۇ. سەممىيلىكنى قوغلىشىش بىلەن بىرگە، يەنە مۇۋاپىق پەيتتە چىنلىقنى يوشۇرۇشقىمۇ ئەھمىيەت بېرىش كېرەك. ئۆزىنىڭ مەسئۇلىيىتىنى ئۆز ئۈستىگە ئېلىش بىلەن بىرگە، يەنە ئۆز ئۈستىگە ئالماسلىقتا تېگىشلىك مەسئۇلىيەتنى رەت قىلىش كېرەك. تەرتىپلىك ۋە خۇشال تۇرمۇشقا ئېرىشىش ئۈچۈن ۋاقىتلىق خۇشاللىقتىن ۋاز كېچىپ، كەلگۈسىگە، مەڭگۈلۈك خۇشاللىققا قاراش كېرەك. بىراق مۇھىمى خۇشال ياشاش ئۈچۈن، بىز چوقۇم ھازىر ھايات بولۇشىمىز، ۋاقتى كەلگەندە ھەرىكەتلىنىشنى بىلىشىمىز كېرەك. ئېنىقراق ئېيتساق، ئىنتىزام يەنە ئاخىرلاشتۇرۇلۇشقا موھتاج، مەن بۇ خىل ئاخىرلاشتۇرۇشنى تەڭپۇڭلۇق (مۇۋازىنەت) دەپ ئاتايمەن.

تەڭپۇڭلۇق بىر خىل ئېلاستىك ئىنتىزامدۇر. ئاچچىقلىنىشنى ئېلىپ ئېيتساق، تاشقى نەرسىلەر بىزنىڭ فىزىيولوگىيەمىزگە ۋە پسىخىكىمىزغا بۆسۈپ كىرگەندە ياكى بىزنى ئۈمىدسىزلەندۈرگەندە، بىز ئاچچىقلانماي قالمايمىز. ئاچچىقلىنىش ھاياتقا بولغان ئىنكاسىدۇر. غەزەپلىنىش بولمىسا، ئېزىلىشتىن قۇتۇلالمايمىز، ھەتتا پۈتۈنلەي ھالاك بولىمىز. بىز پەقەت ئاچچىقلىنىش ئارقىلىقلا ئاندىن ياشاشنى داۋاملاشتۇرالايمىز. باشقىلارنىڭ بىزگە بولغان ھۇجۇمىدا قەستەنلىك بار ياكى يوقلۇقىنى بايقىيالايمىز. بىراق چوڭقۇر ئويلىنىش ئارقىلىق ئۇلار بىلەن بىۋاستە توقۇنۇشنىڭ بىز ئۈچۈن تېخىمۇ پايدىسىزلىقىنى ھېس قىلىمىز. بۇ ۋاقىتتا مېڭىنىڭ چوڭ قاتلىق مەركىزى (ھۆكۈم قىلىش كۈچى) كىچىك قاتلىق مەركىزى (ھېسسىيات)نى

تۇراقلاشتۇرۇشى كېرەك. بۇ مۇرەككەپ دۇنيادا مۇۋەپپەقىيەت قازىنىش ئۈچۈن ھەم ئاچچىقلاش ئىقتىدارى ۋە ئاچچىقلىنىشنى ئىپادىلەپ چىقىرىش ئىقتىدارى بولۇش كېرەك.

تېخىمۇ مۇھىمى، ئوخشىمىغان ئۇسۇللار ئارقىلىق ئاچچىقلىنىشنى ئىپادىلەپ چىقىرىدىغان كەيپىيات بولۇش كېرەك. ھېسسىياتنى بەزىدە سىلىق، بەزىدە بىۋاستە، بەزىدە سوغۇققان، بەزىدە پارتلىغان ھالەتتە ئىپادىلەش كېرەك. ئاچچىقلاش ئۆز سورۇنىدا ۋە ئۆز ۋاقتىدا بولۇشى، بۇنىڭ ئۈچۈن بىزدە بىر يۈرۈش مۇرەككەپ ۋە ئېلاستىك سىستېما ھازىرلىنىشى كېرەك. ئەلۋەتتە ئادەملەرنىڭ ياشلىقىدا، ھەتتا قىرانلىقىدا ئاندىن ئاچچىقلاشنى ئۆگىنەلىشى ئەجەبلىنەرلىك ئەمەس. ھەتتا بىر ئۆمۈر ئاچچىقلاشنى ئۆگىنەلمەي ئۆلۈپ كېتىدىغان ئادەملەر كۆرمىڭ.

ھەر خىل توقۇنۇشلارنىڭ ئېھتىياجى، نىشانى ۋە مەسئۇلىيىتى ئارىسىدىكى مۇناسىۋەتنى نەيىس تەڭپۇڭلاشتۇرغاندىلا، ئاندىن ساغلام پىسخىكا يېتىلدۈرگىلي بولىدۇ، بۇ يەنىلا ئۆزۈكسىز تەگشەشكە موھتاج، تەڭپۇڭلاشتۇرۇشنىڭ ئەڭ ئالىي پرىنسىپى «ۋاز كېچىش»تۇر. مەن توققۇز يېشىمدا ئۈچرىغان بىر ساۋاقنى ھازىرمۇ ئۇنتۇيالمايمەن. شۇ يىلى يازدا، مەن ئەمدىلا ۋېلسىپىت مىنىشنى ئۆگەنگەن ۋاقتىم ئىدى، ناھايىتى خۇشال ھالدا مەشىق قىلىۋاتاتتىم. ئۆيۈمگە يېقىن يەردە بىر داۋان بار ئىدى، داۋاننىڭ ئاستىدىلا بىر ئەگمە بار ئىدى. ئۇ كۈنى ئەتىگەن مەن داۋاندىن ئۇچقاندەك چۈشۈۋاتاتتىم، سۈرئەت ماڭا ئالەمچە خۇشاللىق بېرىۋاتاتتى. ئەگەر تورمۇزلىسام‌لا خۇشاللىقىمدىن ئايرىلىپ قالاتتىم. بىر خىل تەڭقىسلىقتا ئۆزۈمنى ئەيىبلەيتتىم. شۇنىڭ بىلەن داۋاندىن چۈشۈپ بولغاندىن كېيىن سۈرئەتنى قايتا ئاشۇرماي ئەگىلىشنى قارار قىلىپ، ۋېلسىپىتنى قويۇۋەتتىم. بىر قانچە دەقىقە ئىچىدە، مەن نەچچە ئىنگلىز چىسى يىراقلىقتىكى ئورمانلىققا يېقىلدىم. بەدىنىمدە بىر قانچە يەردە يارا بار ئىدى، قانمۇ ئېقىۋاتتى. ۋېلسىپىتىم بولسا بىر دەرەخكە سوقۇلغانىدى، چاقلىرىمۇ ئېگىلگەنىدى. مانا بۇلار مېنىڭ تەڭپۇڭلۇقتىن ئايرىلىپ قالغانلىقىمدىن بولغان.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ۋاز كېچىش پەلسەپەسى

تەڭپۇڭلۇق ئىنتىزامىنىڭ بىر قىسمى دەپ قارىلىدۇ، چۈنكى مەلۇم نەرسىدىن ۋاز كېچىش ئېنىقكى ناھايىتىمۇ ئېغىر ئوقۇبەتلەرنى ئېلىپ كېلىدۇ. مەن تەڭپۇڭلۇقنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپچىققان ئازابنىڭ ئورنىغا ۋاز كېچىش سۈرئىتى ئېلىپ كەلگەن خۇشاللىقنى ئالماشتۇرۇشنى خالىمايمەن. چۈنكى تەڭپۇڭلۇقنىڭ بۇزۇلۇشى مەلۇم سۈرئەتتىكى ۋاز كېچىشكە سېلىشتۇرغاندا تېخىمۇ ئازابلىق. ياشاش جەريانىمدا، مەن بۇ خىل ساۋاقلارنى ئوخشىمىغان شەكىللەردە بېشىمدىن ئۆتكۈزدۈم. ھەر بىر ئادەم ھاياتىنىڭ ھالقىلىق بۇرۇلۇش دەۋرىدە، چوقۇمكى ئۆزىنىڭ بىر قىسمىدىن ۋاز كېچىدۇ. بۇ خىل ۋاز كېچىشتىن ساقلىنىشنىڭ بىردىنبىر ئۇسۇلى ئەسلىي ئورنىدا مەڭگۈگە قېلىش، ھېچيەرگە بارماسلىقتۇر.

ئادەمنى ھەيران قالدۇرىدىغىنى، كۆپ قىسىم كىشىلەر ھالقىلىق بۇرۇلۇشنى تاللايدۇ. ئەگەر سىز ئۇلارنىڭ قىلىقلىرىنى غەلىتىدەك ھېس قىلسىڭىز، ئۇنداقتا سىز ۋاز كېچىش ئازابىنىڭ قانچىلىك ئېغىرلىقىنى چۈشەنمەيدىغان بىر ئادەم. چۈشۈش سۈرئىتىنى ئاستىلىتىش ۋە ئاچچىقىنى پەسەيتىش ۋاز كېچىشنىڭ ئادەتتىكى شەكىللىرىدۇر، مۇبادا ئادىمىلىكىدىن ۋاز كېچىشكە، شەكسىز ئادەتلەندۈرگەن قىلىقلىرىدىن ۋاز كېچىشكە، ئاڭ پوزىتسىيەسىدىن ۋاز كېچىشكە ۋە پۈتۈن خاراكتېرىدىن ۋاز كېچىشكە توغرا كەلسە، بۇ ھەقىقەتەن تەس. بىراق، ئەگەر بىر ئادەم ھاياتلىق يولىدا توختىماستىن ئىلگىرىلىمەكچى بولسا، ھامان بىر كۈن بۇ ئۇلۇغۋار ۋە ھالقىلىق ۋاز كېچىش تاللىشىغا دۇچ كېلىدۇ.

يېقىنقى بىر ئاخشىمى، ۋاقىت چىقىرىپ 14 ياشلىق قىزىمغا

ھەمراھ بولۇپ ئوينىشىپ بېرىشنى ئويلىدىم. ئۇ بىر نەچچە كۈن ئىچىدە مەن بىلەن شاھمات ئوينىمىغىنىمىزغا بىر قانچە ھەپتە بولدى دەپ بولغانىدى. ئۇنىڭغا شاھمات ئوينىشىمىزنى ئېيتتۇم، ئۇ بەك خۇشال بولۇپ كەتتى. ھەر قېتىم تەكلىپ قىلدۇق، ئۇ ئەتىسى مەكتەپكە بېرىشى كېرەك ئىدى. سائەت توققۇزدىن ئاشقاندا، ئۇ مېنىڭ تېزرەك ئوينىشىمنى ئېيتتى، چۈنكى ئۇنىڭ ئۇخلايدىغان ۋاقتى بولۇپ قالغانىدى. مەن ئۇنىڭ ۋاقتىدا ئۇخلاشقا ئادەتلەنگەنلىكىنى بىلسەممۇ، بىراق ئۇنىڭ ئازراق قۇربانلىق بېرىشىنى ئويلاپ ئۇنىڭغا: «نېمىگە ئالدىرايسىز؟ كېيىنرەك ئۇخلىسىڭىزمۇ ھېچقىسى يوق، بەربىر بۇ قول تۈگىمىسە قوپۇپ كەتمەيمىز، يەنە كېلىپ شۇنچىلىك كۆڭۈللۈك ئويناۋاتىمىزغۇ» دېدىم.

بىز يەنە 15 مىنۇت ئويىندۇق، ئۇ بارغانسېرى تىت-تىت بولۇشقا باشلىدى، ئەڭ ئاخىرى مەندىن ئۆتۈنۈپ: «خوش بولاي دادا، تېزرەك يۈتكەڭ» دېدى. مەن: «بولمايدۇ، شاھمات قائىدىسى قاتتىق ئويۇن، ئۇنى ئويىنغاندا ئالدىراقسانلىق قىلىشقا بولمايدۇ، ئەگەر ئۇنى ياخشى ئويناشنى ئويلىمىساق، ئۇنداقتا شاھمات ئوينىمىساقمۇ بولىدۇ» جاۋاب بەردىم. ئۇ ئۆمچەيگىنىچە يەنە 10 مىنۇت ئويناشنى داۋاملاشتۇردى، ئاندىن تۇيۇقسىز پاڭڭىدە يىغلىغىنىچە، «مەن يېڭىلگەن بولاي» دەپ ئۇستىگە چىقىپ كەتتى.

مەن دەرھال توققۇز يېشىمغا قايتقاندەك بولدۇم، يارىلانغان ھالەتتە ئورمانلىقتا ياتاتتىم. ئېنىقكى، مەن يەنە بىر قېتىم خاتالىق ئۆتكۈزگەنىدىم. مەن يەنە ئەگىمىدە ئەكىلىشنى ئۇنتۇپ قالغانىدىم. مەن دەسلەپتە قىزىمنىڭ خۇشاللىقى ئۈچۈن ئۇنىڭ بىلەن شاھمات ئويىنغان، بىراق 90 مىنۇتتىن كېيىن ئۇ خاپا بولۇپ يىغلىدى. زادى قانداق خاتالىق يۈز بەردى؟ جاۋابى ناھايىتى ئېنىق تۇرسىمۇ، مەن ئۇنىڭغا دىققەت قىلمىغانىدىم. مەن ئىككى سائەتلىك ئازابلىق ئويلىنىش داۋامىدا ئۆزۈمنىڭ يېڭىش خۇشاللىقى بەدىلىگە قىزىمنىڭ خۇشاللىقىنى پۇتۇنلەي بەربات قىلغانلىقىمنى، كۆڭۈللۈك بىر ئاخشامنى كۆڭۈلسىزلىككە ئايلاندۇرغىنىمنى ئېتىراپ قىلدىم.

ئۆزۈمدىن تولىمۇ ئۈمىدسىزلەندىم، مەن تەكپۇڭلۇقىمنى نېمىشقا بۇ

دەرىجىدە يوقاتتىم؟ نېمىشقا ئۆزۈمنى بۇنچە ئۇلۇغلاشتۇرىۋالدىم؟ مەن ئاستا-ئاستا ئۆزۈمنىڭ بىر قىسىم يېگىش ئىستىكىدىن ۋاز كېچىش كېرەكلىكىمنى ھېس قىلدىم. ھالبۇكى، بۇ مۇمكىن بولمايدىغان بىر ئىش ئىدى، مەن بىر ئۆمۈر يېگىشنى ئىستىدىم، بۇ خىل پوزىتسىيەم دەرۋەقە مېنى نۇرغۇن نەرسىلەرگە ئېرىشتۈردى. شاھماتتا يېگىشنى ئويلىماسلىقتا مۇمكىن بولسۇنمۇ؟ مەن ھەرقانداق بىر ئىشنى قىلغاندا، پۈتۈن كۈچۈمنى ئىشقا سالسام، ئاندىن خاتىرجەملىك ھېس قىلىمەن. شاھماتتا پۈتۈن كۈچنى ئىشقا سالغاندا كەسكىن بولمىسا بولمايدۇ، يېگىشنى مەقسەت قىلمىسا تېخىمۇ بولمايدۇ. بىراق مەن ئۆزۈمنى چوقۇم ئۆزگەرتىشىم كېرەك، چۈنكى مەن يېگىش ئىستىكىمنىڭ مېنى باللىرىم بىلەن كۈنسېرى يىراقلاشتۇرىدىغانلىقىنى بىلىمەن، ئەگەر بۇ جەھەتتىن خەرىتەمنى قايتا تۈزىمىسەم، كۆز يېشى ۋە نەپرەتكە يەنە دۇچ كېلىمەن ھەم داۋاملىق ئۆزۈمدىن ئۈمىدسىزلىنىمەن.

ئۈمىدسىزلىكىم ئاللىقاچان يوقالدى. مەن ئاللىقاچان شاھماتتا چوقۇم يېگىش دەيدىغان ئىستىكىمدىن ۋاز كەچتىم. ئۇنداق ئىستەكلەر مەندە ئاللىقاچان يوقالدى، ئۆلدى. ئۇ ئۆلمىسىمۇ بولمايتتى، مەن ئۆز قولۇم بىلەن ئۇنى (ئۆزۈمنىڭ ئاشۇ قىسمىنى) ئۆلتۈردۈم. مېنىڭ بىر لاياقەتلىك ئاتا بولۇش ئىستىكىم ئۇنى ئۆلتۈردى. كىچىك ۋاقىتلىرىمدا، يېگىش ئىستىكىنىڭ ماڭا بەك پايدىسى بولغانىدى. بىراق ھازىر مېنىڭ «ئادەم ئاتا» بولۇشۇمغا ئاسىيلىق قىلدى ۋە ماڭا توسالغۇ بولدى، ئۇ يوقالمىسا بولمايتتى. ئەھۋال ئاللىقاچان ئۆزگەردى، مەن تەكپۇڭلۇقتا ئەگەشتىم. ھازىر ئۇ خىل «مەن»نى ئازراقمۇ ئەسلەپ قويمايمەن. مەن ئەسلىدە چوقۇمكى ئازابلىنىمەن دەپ ئويلىغانىدىم، بىراق ئۇنداق بولمىدى.

ئۈمىدسىزلىك بىر خىل سىگنال

پىسخىكىسى ساغلام كىشىلەرنىڭ مۇكەممەللىككە يېتىش ئۈچۈن كونا ئۆزلۈكتىن ۋاز كېچىشى ئۇلارنىڭ قەلب مۇكەممەللىكىنىڭ مۇھىم بىر قىسمىدۇر. شۇڭا مەلۇم نەرسىدىن ۋاز كېچىش سەۋەبلىك پەيدا بولغان ئۈمىدسىزلىك نورمال ۋە ساغلام ھادىسىدۇر، پەقەت مەلۇم ئىشلاردىن ۋاز كېچىش جەريانىدىلا ئۇ ئاندىن بىنورمال ۋە كېسەللىك ھالىتىگە ئۆزگىرىدۇ، بۇ خىل ئۈمىدسىزلىك ئاخىرلاشمايدۇ، بەلكى داۋاملىشىدۇ ۋە مەۋجۇت بولۇپ تۇرىدۇ.

ئادەتتىكى كىشىلەرنىڭ پسىخولوگلارغا كۆرۈنۈشىدىكى مۇھىم سەۋەبلەرنىڭ بىرى دەل ئۈمىدسىزلىكتۇر. باشقىچە ئېيتقاندا، ئۇلار پىسخىكىلىق داۋالاشنى قوبۇل قىلىشتىن ئىلگىرى، ۋاز كېچىش (مۇكەممەللىشىش) جەريانى باشلىنىپ بولغان بولىدۇ. بۇ جەرياندا كۆرۈلگەن ئوقۇبەت سەۋەبلىك ئۇلار پىسخىك دوختۇرلارنى ئىزدەيدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن، دوختۇرلارنىڭ مەسئۇلىيىتى ئۇلارنىڭ مۇشۇ خىل ۋاز كېچىش (مۇكەممەللىكنى قوغلىشىش) باسقۇچىنى تاماملىشىغا ياردەم بېرىشتۇر.

بىراق بىمارلار ئۆزىنىڭ ئەھۋالىنى ئۆزى چۈشەنمەيدۇ، ئەكسىچە، ئۇلار ھەمىشە ئۈمىدسىزلىكتىن قۇتۇلۇشنى، «تارىختىكى كونا ھالىتىگە قايتىش»نى ئۈمىد قىلىدۇ، ئۇلار «كونا ھالەت»نىڭ ھازىرمۇ مەۋجۇتلۇقىنى ئويلاپ باقمايدۇ. بىراق، ئۇلارنىڭ يوشۇرۇن ئېڭى ھەقىقىي ئەھۋالنى تولۇق چۈشىنىپ تۇرىدۇ. ئۇلارنىڭ ئاڭقىرىش-ئاڭقىرىماسلىقىدىن قەتئىينەزەر يوشۇرۇن ئېڭىدا بۇ خىل ۋاز كېچىش ياكى مۇكەممەللىشىش جەريانى

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

راۋاجلىنىۋاتقان بولىدۇ. بىمارلار دائىم: «مەن نېمىشقا ئۈمىدسىزلىك ھېس قىلىدىغىنىمنى بىلمەيمەن» دەيدۇ ياكى ئۈمىدسىزلىكنى باشقىچە بىر سەۋەب قىلىۋالىدۇ، چۈنكى ئۇلار ئېڭىدا «كونا ئۆزلۈك» ۋە «كونا ھالەت»نىڭ ئاللىقاچان ۋاقتى ئۆتكەنلىكىنى ئېتىراپ قىلىشنى خالىمايدۇ. ئۇلار ئۈمىدسىزلىكنىڭ بىر خىل سىگنال ئىكەنلىكىنى، مۇۋەپپەقىيەت ۋە ماسلىشىشقا ۋەكىللىك قىلىدىغانلىقىنى ۋە چوڭ بىر ئۆزگىرىش يۈز بېرىدىغانلىقىنى بايقىمايدۇ.

30 يىل ئىلگىرى مەشھۇر پسىخولوگ ئېرىك ئېرىكسون سەككىز تۈرلۈك ياشاش كرىزىسىنى تىلغا ئالغانىدى، ھازىر ھەممىشە تىلغا ئېلىنىدىغان قىرانلىق دەۋرىدىكى كرىزىس دەل شۇلارنىڭ بىرى. ياشاشنىڭ ھەرقايسى باسقۇچلىرىدا، دەۋرىيلىك كرىزىس يۈز بېرىپ تۇرىدۇ، چۈنكى بىز ئالدىنقى باسقۇچتىكى پاسسىپ ئىش بېجىرىش ۋە ئىشلارنى چۈشىنىش قارىشىمىزدىن ۋاز كەچكەن ۋاقتىمىزدىلا، ئاندىن مۇۋەپپەقىيەتلىك ھالدا كېيىنكى باسقۇچلارغا كىرەلەيمىز. نۇرغۇن كىشىلەر ئوقۇبەتكە يۈزلىنىشنى خالىمىغانلىقى ئۈچۈن ئۆتمۈشتىن ۋاز كېچىشنى خالىمايدۇ، كرىزىستىن ئۆتەلمەيدۇ ۋە كېيىنكى خۇشاللىقتىن بەھرىمەن بولالمايدۇ. تۆۋەندە يۈز بېرىش تەرتىپى بويىچە، ئاددىي ھالدىكى، توختىماستىن مۇكەممەللەشكەن ياشاش جەريانىنى، چوقۇم ۋاز كېچىشكە تېگىشلىك بولغان تۇرمۇش مۇھىتىنى، ئىستىكىنى ۋە پوزىتسىيەسىنى كۆرسىتىپ ئۆتىمىز:

بوۋاقلىقتا، تاشقى تەلەپلەردىن غەم يوق
ئۇ بىر تەگسىز فانتازىيە
ھەممىنى (جىنسىنىمۇ) ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ
ئاتا ياكى ئانىنىڭ ئىستىكى ئىگىلىگەن
ئۆسمۈرلۈك
ئاتا-ئانىنىڭ ئەگرى-بۈگرى ئوبرازىغا تايىنىدۇ
ياشلىقتا چەكسىز يوشۇرۇن كۈچ ئويغىنىدۇ

توسقۇنسىز ئەركىنلىك
ياشلىقتىكى ھوشيارلىق ۋە ھاياتىي كۈچ
ياشلىقتا جىنسىي جەلپكارلىق
مەڭگۈلۈك خاتا سېزىم
ئەرلىك ۋە قىزلىق ھوقۇقى
خىلمۇخىل ۋاقىتلىق جىنسىي ھوقۇق
تەن ساغلاملىقى ۋە ئۆز-ئۆزىگە غوجا بولۇش
ئەڭ ئاخىرىدا، ئۆزلۈك ۋە ھايات.

يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ئەڭ ئاخىرقى بىر نۇقتا، ئۆزلۈكتىن ۋە ئۆز ھاياتىدىن ۋاز كېچىش نۇرغۇن ئادەملەرنىڭ سېزىمىدا، «ئاسمان-زېمىن زۇلمەت مەركىزى، مەۋجۇداتلار ھارغىن، پەرىشان» دەك بىر ئېچىنىشلىق ئەھۋال. ئۇنداق قىلىش ئادەمنىڭ ھاياتىنى ئەخمەقلەرنىڭ كۆلدۈرگىسىگە ئايلاندۇرۇپ قويىدۇ. بۈگۈنكى غەرب مەدەنىيىتى ئۆزلۈكنى ئەڭ ئالىي قىممەت چوققىسىغا، ئۆلۈمنى بولسا قارشى تۇرۇش مۇمكىن بولمايدىغان ئار-نومۇسقا ئايلاندۇرۇپ قويىدى. بىراق ئەمەلىيەت دەل شۇنداق، ئىنسانىيەت پەقەت ئۆزلۈكىدىن ۋاز كەچكەندىن كېيىن، ئاندىن ياشاشنىڭ ھۇزۇرىنى سۈرەلەيدۇ. ھاياتنىڭ مەنىسى ئۆلۈمدە مەۋجۇت بولىدۇ. بۇ مەخپىيەت بارلىق دىنلارنىڭ يادروسى.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

ياشاشقا مەنە بېرىش

ئۆزلۈكتىن ۋاز كېچىش بىر خىل تەدرىجىي بولىدىغان جەريان. ئۇ بىز ئويلاپ باقمىغان ئوقۇبەت ۋە ئازابلارنى ئېلىپ كېلىدۇ. ياشاشنى مۇكەممەللىككە يەتكۈزۈشتە مۇھىم بىر ماھارەت بار، مەن ئۇنى «مەنە بېرىش» دەپ ئاتايمەن. ئۇ قەلب مۇكەممەللىكىگە يېتىشتە كەم بولسا بولمايدىغان قورال. مەنە بېرىش دېگىنىم، ئاساسلىقى ئۆزلۈكنى مۇئەييەنلەشتۈرۈش، تۇراقلىقنى ساقلاش، ئۆزلۈكتىن ۋاز كېچىش (ۋاقتىنچە ئۆزلۈكنى ئۇنتۇپ، يېڭى ماتېرىياللار بىلەن ئاڭ بوشلۇقىنى تولدۇرۇش) ۋە يېڭىلىنىۋاتقان بىلىم ئارىسىدا بىر مۇۋازىنەت (بىز باشتا دېگەن تەڭپۇڭلۇق) نى شەكىللەندۈرۈش دېگەنلىكتۇر. ئىلاھىيەتشۇناس سام كېن «ئۇسسۇل تەگرىسىگە» ناملىق كىتابىدا بۇ خىل ئىنتىزامنى ناھايىتى ياخشى تەسۋىرلىگەنىدى:

> *«مەن» بارلىق ياكى ئۆزلۈك مەركىزىي چىقىش نۇقتىسى قىلىنغان ئۇقۇملاردىن ھالقىشى كېرەك. شەخسنىڭ تەجرىبە-ھاسىلاتلىرى چىقىرىۋېتىلگەن ياكى تولۇقلانغاندىن كېيىن، ھەقىقىي مۇكەممەل بىلىش شەكىللىنىدۇ. بۇ خىل بىلىشكە يېتىش ئىككى قەدەم باسقۇچنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ: كونىدىن ۋاز كېچىپ، يېڭىنى قوغلىشىش؛ ھەر قېتىم ناتونۇش ئادەم، ناتونۇش ئىش ۋە ناتونۇش شەيئىلەرنى قوبۇل قىلغاندا، «مەن» ئۆتمۈشتىكى تەجرىبىسى، ھازىردىكى تەلپى ۋە*

كەلگۈسىدىكى ئىستىكىگە تايىنىپ ئۆزى كۆرمەكچى بولغان نەرسىنى قارار قىلىدۇ. ھەر قېتىملىق يېڭى ئۆچرىشىشنىڭ خاسلىقىدىن يېتەرلىك ھوزۇرلىنىش ئۆچۈن، «مەن» چوقۇم ئۆچراتقىنىغا ۋە كەيپىياتىغا ماس كەلگەن ۋاقىتتا مەنە بېرىشى كېرەك. ناتونۇش ۋە يېڭى شەيئىلەرنى يېتەرلىك مىقداردا سەزگۈ ئەزايىغا كىرگۈزۈشى كېرەك. مەنە بېرىش، تولۇقلاش ۋە قورۇقداش قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىدە، «مەن» چوقۇمكى، ئۆزىگە تونۇش بولغان ئۆزلۈك بىلىشى ۋە سەممىي شىجائەتنى تەلەپ قىلىدۇ. ناۋادا، بۇ خىل ئىنتىزام كەم بولىدىكەن، ھەر بىر ھازىردا كونا تەجرىبىنىڭ تەكرارلىنىشى ئەۋج ئالىدۇ. بارلىق ئادەم، ئىش ۋە شەيئىلەر ئۆزىنىڭ ھەقىقىي يېڭىچە خاسلىقىنى گەۋدىلەندۇرۇش ئۆچۈن، «مەن»نىڭ ئىچى (قەلب) گە يېتىپ بارالمىسا، «مەن» چوقۇم ئۆزلۈكىنى ۋەيران قىلىشى كېرەك.

مەنە بېرىش ۋاز كېچىشنىڭ ۋە ئىنتىزامغا بويسۇنۇشنىڭ نەتىجىسى، بۇ شۇنى ئىسپاتلايدۇكى، ئېرىشىش مەڭگۈ ۋاز كېچىشتىن كۆپ بولىدۇ. ئۆزىنى باشقۇرۇش دەل ئۆزلۈكنى تولۇقلاش جەريانىدۇر. ۋاز كېچىشنىڭ ئازابى خۇددى ئۆلۈمنىڭ ئازابىغا ئوخشايدۇ، بىراق كونا ئۆلمىسە، يېڭى تۇغۇلمايدۇ. تۇغۇلۇم ۋە ئۆلۈم ئەسلىدە بىر مەۋجۇدىيەتنىڭ ئىككى يۈزىدۇر. يېڭى مۇقەددەس ئۇقۇم ۋە نەزەرىيەلەرنىڭ بارلىققا كېلىشى ئۈچۈن، چوقۇم كونا ئۇقۇم ۋە نەزەرىيەلەر ئاغدۇرۇلۇشى كېرەك. شائىر توماس ئېلىئوت «ئۈچ باخشىنىڭ ساياھىتى» ناملىق شېئىرىنىڭ خاتىمىسىدە، ئۈچ باخشىنىڭ ئۆزلىرىنىڭ كونا ئېتىقادىدىن ۋاز كېچىپ، خىرىستىيان دىنىنى قوبۇل قىلغان ۋاقىتتىكى ئوقۇبىتىنى (ئازابىنى) مۇنداق سۈرەتلىگەنىدى:

ئىشلارنىڭ ناھايىتى ئىلگىرى يۈز بەرگەنلىكى ئېسىمدە

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

پۈشايمەن قىلمايمەن، بىراق ئىسىمدە ساقلايمەن،
بۇ يولدا مېڭىش ئۆلۈم ئۈچۈنمۇ؟
تۇغۇلۇشتا خاتالىق يوق، ئاگاھ كۈچلۈك ئىسپاتىمىز بار،
تۇغۇم بىلەن ئۆلۈمنى كۆرگەنمەن، بىراق ئىزچىل ئۇلارنى پەرقلىق دەپ بىلىمەن،
بۇ قېتىملىق تۇغۇم بىزگە نىسبەتەن ئېيتقاندا، ئازابلىق ۋە ئۇقۇبەتلىك، گويا يېڭى ئۆلۈمگە ئوخشايدۇ، ئۆلۈمىمىزگە ئوخشايدۇ،
ئۆز يېرىمىزگە، ئۆز ئالىمىمىزگە قايتىمىز،
بىراق ئۇ يەردە يەنىلا ئەنسىزمىز، ھەممە كونا ھالىتىدە،
يەرلىكلەر ئۇلارنىڭ تەڭرىسىنى تۇتىۋالدۇ،
مەن يېڭى ئۆلۈم ئۈچۈن شۇنچە شاد-خۇرام.

تېنىمىزنىڭ ئۆلۈمى بىزنى مەڭگۈلۈكنىڭ يېڭى تۇغۇمىغا ئېلىپ بارالامدۇ؟ بۇ يەنىلا بىر يېشىلمەس سىر، بىراق ياشاش دەرۋەقە ئارقىمۇئارقا كېلىدىغان بىر تەرتىپ جەريانى. 2000 يىللار بۇرۇن، رىم پەيلاسوپى سىنىكا: «ياشاش توختىماستىن تۇغۇمنى ئۆگىنىشتۇر، تېخىمۇ ئەجەبلىنەرلىكى، ياشاش يەنە توختىماستىن ئۆلۈمنى ئۆگىنىشتۇر» دېگەنىدى. ئېنىقكى، ئادەم ياشىغانسېرى خۇشاللىقىمۇ ئۇزاققا سوزۇلىدۇ، قايتا تۇغۇمنىڭ قېتىم سانىنىڭ ھۆزۈرىمۇ كۆپ بولىدۇ، ئۆلۈمنىڭ قېتىم سانىنىڭ ھۆزۈرىمۇ ماس ھالدا كۆپ بولىدۇ. باشقىچە ئېيتقاندا، ئادەم تېخىمۇ كۆپ ئۇقۇبەت ۋە خۇشاللىقنى باشتىن كەچۈرۈپ تۇرىدۇ.

بۈگۈنكى دەۋردە ھېسسىيات ئۇقۇبىتىدىن ساقلانغىلى بولامدۇ-يوق، سىلىقراق دېسەك، ئاگنى ياشاش ئازابىنى ئەڭ تۆۋەن چەككە چۈشۈرىدىغان يۆنىلىشكە تەرەققىي قىلدۇرغىلى بولامدۇ-يوق؟ جاۋابى شۇكى، بولىدۇ، ھەم يەنە بولمايدۇ.

بولۇشىنىڭ سەۋەبى شۇكى، ناۋادا بىز ئۇقۇبەتنى پۈتۈنلەي قوبۇل قىلساق، مەلۇم مەنىدىن ئالغاندا، ئۇ قايتا مەۋجۇت بولمايدۇ؛ ئىنتىزام ئۆزۈكسىز مەشىق قىلىش ئارقىلىق ئەڭ يۇقىرى پەللىگە يېتىدۇ. شەخس

ئېڭىنىڭ تەرەققىياتىدا غايەت زور ئىلگىرىلەش بولغاندىن كېيىن، كىچىك بالىنىڭ نەزىرىدىكى قىيىن مەسىلىلەر چوڭلارنىڭ نەزىرىدە ئاسان بولغىنىغا ئوخشاش، ئوقۇبەتمۇ شەخسكە بىلىنمەيدىغان بولۇپ قالىدۇ. ئەڭ ئاخىرقى بىر سەۋەب، ئېڭى (قەلبى) تەرەققىي قىلغان ئادەملەرنىڭ ھەممىسى سۆيگۈگە تويۇنغان بولىدۇ، سۆيەلەيدۇ، سۆيۈلىدۇ ۋە ئۇنىڭدىن خۇشاللىق تاپىدۇ.

بولماسلىقنىڭ سەۋەبى شۇكى، بۇ دۇنيا ئىقتىدارلىقلارغا موھتاج، پەقەت قاتتىق ئىنتىزام ۋە ئىللىق مۇھەببەتكە تويۇنغان كىشىلارلا قەلب مۇكەممەللىكىنىڭ ئەڭ مۇۋاپىق نامزاتى بولالايدۇ. ئۇلارنىڭ سىرتقى كۆرۈنۈشى ناھايىتى ئادەتتىكىچە بولۇشى مۇمكىن، بىراق ئىچكى دۇنياسى تەڭداشسىز ھاياتىي كۈچكە تولغان. ئۇلار ئۇنىسىز ۋە مەخپىي ھالدا ئۆزىنىڭ كۈچىنى جارى قىلدۇرىدۇ، بىراق كۈچىنى قوزغىتىش قارارغا باغلىق، دۇنياۋى ئويلىنىش ئارقىسىدا چىقارغان قارار شەخسىي ئويلىنىشقا قارىغاندا تېخىمۇ ئوقۇبەتلىك. بۇ خۇددى ئىككى گېنېرالنىڭ ئەسكەر تونۇشىغا ئوخشاپ كېتىدۇ. ئۇلارنىڭ بىرى ئۈچۈن، تۈمەنلىگەن ئەسكەر جەڭ قوراللىرىنىڭ بىر تەركىبىي قىسمى بولسا، يەنە بىرى ئۈچۈن، بۇ ئەسكەرلەر، جەڭچى بولغاندىن تاشقىرى يەنە ئۆز ئالدىغا مۇستەقىل بىر جان ئىگىسى، ئائىلىسىنىڭ بىر تەركىبىي قىسمىدۇر. ھايات-ماماتلىق تاللاشقا دۇچ كەلگەندە، كىم بىرقەدەر ئاسان قارار چىقىرالايدۇ؟ ئېھتىمال نۇرغۇن ئادەملەر: «دانىشمەن بىلەن گېنېرالنى قانداقمۇ سېلىشتۇرغىلى بولسۇن» دېيىشى مۇمكىن. بىراق، كارخانا غوجايىنى، دوختۇر، ئوقۇتقۇچى، ئاتا-ئانا قاتارلىقلارمۇ ئۆزىنىڭ ئۆمۈرلۈك ھاياتىغا تەسىر كۆرسىتىدىغان تاللاشلارغا دۇچ كېلىدۇ. ئەڭ ياخشى تەدبىرچى تەدبىر ئۈچۈن غايەت زور ئوقۇبەتنى ئۆز ئۈستىگە ئېلىشنى خالايدۇ، يەنە كېلىپ، ئۆزىنىڭ تەدبىر بەلگىلەش ئىقتىدارىغا زىيان يەتكۈزمەيدۇ. «بىر ئادەمنىڭ ئۇلۇغلۇقى ئۇنىڭ ئوقۇبەتنى قانچىلىك دەرىجىدە خۇشاللىق دەپ تونۇشىغا باغلىق» بۇ گەپ ناھايىتى زىددىيەتلىكتەك ئاڭلىنىدۇ، ئەمەلىيەتتە ئۇنداق ئەمەس. بۇددا مۇرتى ھەمىشە بۇددا سۆيگۈسىدىكى ئوقۇبەتنى ئۇنتۇپ قالىدۇ،

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

خىرىستىيان مۇرىتى ھەمىشە خىرىستوستىن گۇناھىنى تىلىگەنىدىكى خۇشاللىقنى ئۇنتۇپ قالىدۇ. ئەمەلىيەتتە خىرىستوسنىڭ كىرىستقا مىخلانغانىدىكى ئوقۇبىتى بىلەن بۇددانىڭ بۇددا دەرىخى ئاستىدىكى ئىستىقامەت ھۇزۇرى پەقەتلا بىر مەۋجۇدىيەتنىڭ ئىككى يۈزى خالاس.

ئەڭ ئاخىرىدا، تەكپۇڭلۇق بىلەن ۋاز كېچىشنىڭ ماھىيىتى توغرىسىدا قىسقىچە توختىلايلى: «سىز پەقەت ئۆزىڭىزدە بولغان نەرسىدىنلا ۋاز كېچەلەيسىز، تېخى ئېرىشمىگەن نەرسىدىن ۋاز كەچكىلى بولمايدۇ، غەلىبىگە ئېرىشىشتىن ئىلگىرى غەلىبىدىن ۋاز كېچىشنى تىلغا ئېلىش ئەخمەقلىق، ئادەم ئاۋۋال ئۆزلۈكىنى ھازىرلىغاندىلا، ئاندىن ئۆزلۈكتىن ۋاز كەچكىلى بولىدۇ. بۇ ناھايىتى ئېنىق بىر لوگوس (قانۇنىيەت)، بىراق مېنىڭ بىلىشىمچە، نۇرغۇن كىشىلەر ئەمەلىيەت تۈيغۇسىنىڭ يېتەرسىزلىكى سەۋەبلىك مۇكەممەللىشەلمەيدۇ. ئۇلار ئۆزىنىڭ قىلالايدىغانلىقىغا ئىشىنىدۇ، بىراق دۇچ كەلگەن ئوقۇبەتكە باشتىن باشلاپ يۈزلىنىشنى خالىمايدۇ، ئۇلار ئۇزاقلىقتا ئولتۇراقلىشىدۇ (تەركىدۇنيا بولىدۇ) ياكى مۇناسىۋەتسىزلا بىر كەسىپنى ئۆگىنىدۇ. بۇ خىل رەسمىيەتلەشكەن ئەندىزىلەردىن ئايرىلىپ، يېڭىكرەك يولنى تاللاپ، دەرىجىدىن تاشقىرى مۇقەددەس دۇنياغا كىرىۋالىدۇ. بىراق ئۇلار باشتىن-ئاخىر ئۆزىنىڭ ئۇزاق يىللاردىن بېرى ئىزچىل سەبىيلىك باسقۇچىدا تۇرغانلىقىنى بايقىمايدۇ.

ئېھتىمال بەزىلەر بىيولوگىيەلىك ئىنكاس، ئۇنىسىز تەپەككۇر، ئىستىقامەت ۋە روھىي ئاالىزلارنى ئىنتىزامنىڭ بىر قىسمىمۇ دەپ سورىشى مۇمكىن، مەن ئۇلارنىڭ ھەممىسىنى قوشۇمچە جەريان دەپ قارايمەن، ھەقىقىي ئىنتىزام مەشىقى مەن باشتا تونۇشتۇرغان تۆت مۇھىم نۇقتىدۇر: يەنى ۋاقتىلىق خۇشاللىقتا بېرىلمەسلىك، مەسئۇلىيەتنى ئۈستىگە ئېلىش، چىنلىقتا سادىق بولۇش ۋە تەكپۇڭلۇقنى ساقلاش. پەقەت توختىماستىن ئەمەلىيەتكە يۈزلەنگەندىلا، ھەرقانداق ئادەم ئۆزلۈكسىز ئاڭ (قەلب) يۈكسەكلىكىگە كۆتۈرۈلىدۇ.

ئىككىنچى باب مۇھەببەت

مۇھەببەت ئۆزىنىڭ ۋە ئۆزگىنىڭ قەلبى مۇكەممەللىككە يېتىشىنى ئۈچۈن، سەمىمىي ئوي - ھەرىكىتىنى قوزغىتىدۇ. ئۇ تىرىشچانلىققا ۋە شىجائەتكە موھتاج ھەمدە بېغىشلىنىشنى ۋە ئەقلىنى شەرت قىلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

مۇھەببەتنىڭ ئېنىقلىمىسى

ئىنتىزام دەرۋەقە ئىنسانىيەت ئېڭى (قەلب) نىڭ تەرەققىياتىدىكى مۇھىم قورال بولسىمۇ، بىراق ئىنتىزامنىڭ قوزغاتقۇچىسى — مۇھەببەت توغرىسىدا سۆزلەش تېخىمۇ مۇھىمدۇر. مەن مۇھەببەتنىڭ ناھايىتى مىستىك تۈس ئالغىنىنى بىلىمەن. شۇڭا، مۇھەببەت توغرىسىدا سۆزلەش خۇددى تەتقىق قىلغىلى بولمايدىغان نەرسىنى تەتقىق قىلىشقا ۋە چۈشەنگىلى بولمايدىغان نەرسىنى چۈشىنىشكە ئۇرۇنغاندەك تۇيۇلىدۇ. مۇھەببەت ئاجايىپ بىر تەگسىزلىك بولسىمۇ، بىراق تىل ئۇنى ئىپادىلەشتە ھېچقانداق چەكلىمىگە ئۇچرىمايدۇ. ناۋادا، تىل ئارقىلىق ئۇنىڭ قىممىتىنى مۇئەييەنلەشتۈرگىلى بولمايدىغان بولسا ئىدى، مەن ھەرگىزمۇ بۇ بابنى يېزىپ يۈرمەيتتىم، بىراق مەن قەلەم تەۋرىتىشتىن ئىلگىرىلا، بۇ خىزمەتنىڭ قانچىلىك قىممىتى بولۇشىدىن قەتئىينەزەر، ئۇنى مۇكەممەل تاماملىغىلى بولمايدىغانلىقىنى بىلەتتىم.

مېنىڭ بىلىشىمچە، ھازىرغا قەدەر مۇھەببەتكە ھېچكىم ئادەمنى قانائەتلەندۈرگۈدەك ئېنىقلىما بەرگىنى يوق، مانا بۇ مۇھەببەتنىڭ مىستىك ئالاھىدىلىكىنىڭ ئەڭ مۇھىم ئىپادىسى. بەزىلەر مۇھەببەتنى سۆيگۈ، تۇغقانچىلىق مۇھەببىتى، جىنسىي مۇھەببەت، مۇكەممەللىك ۋە مۇكەممەلسىزلىك مۇھەببىتى دەپ ئايرىشىدۇ. مەن مۇھەببەتكە: «ئۆزىنىڭ ۋە ئۆزگىنىڭ قەلب مۇكەممەللىكىگە يېتىشى ئۈچۈن ئۆزىنى ئاكتىپلاشتۇرۇشىدۇر» دەپ تەبىر بېرىمەن.

بىر قانچە نۇقتىنى چوقۇم ئاۋۋال تەكىتلەش كېرەك. بىرىنچى، مەن ئېنىقلىمامدا ئىشلەتكەن «قەلب مۇكەممەللىكى» دېگەن بۇ سۆز،

ئېھتىمال ئادەمگە دىنىي تۇس بېرىشى مۇمكىن، ئەلۋەتتە بىر پەننى قوغدىغۇچىنىڭ دىنىي ئېتىقلىما بېرىشى مۇمكىن ئەمەس. مەن بۇ ئېتىقلىمغا دىنىي تەپەككۇر ئارقىلىق ئېرىشمىدىم. ئەكسىچە، ئۇ پىسخىكىلىق داۋالاشنىڭ كىلىنكىلىق تەجرىبىلىرى (ئۇزۇم ئۇستىدە ئويلىنىشىنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ) دىن شەكىللەنگەن. مۇھەببەت پىسخىكىلىق داۋالاشنىڭ ئەڭ مۇھىم ئورنىغا ئولتۇراقلاشقان، چۈنكى بىمارلار ھەممىشە مۇھەببەتنى ماھىيىتىدىن چۈشەنمەيدۇ. مەسىلەن ئىپتىساق، خاسلىقنى يوقاتقان بىر ياش ماگا: «ئاپام مېنى بەك ياخشى كۆرىدۇ، ھەتتا ئۇ مەن تولۇق 3- يىللىقتا چىققۇچە بولغان ئارىلىقتا مېنى بىر قېتىممۇ ئاپتوبۇسقا چىققىلى قويمىغانىدى. قاتتىق جېدەل قىلىپ تۇرۇۋالسام ئاندىن قوشۇلاتتى. ئۇ بىرەر ھادىسىگە ئۇچراپ قالماسلىقىم ئۈچۈن، ھەركۈنى ئۆزىنىڭ ماشىنىسىدا مېنى ئاپىرىپ قوياتتى. ئۇ بەك جاپا چەككەنىدى، ئۇ مېنى بەك ياخشى كۆرەتتى» دېدى. مەن ئۇنىڭ خاسلىقنى يوقىتىش بىنورماللىقنى داۋالاش جەريانىدا، ئاساسلىق خىزمىتىم ئانىسىنىڭ قىلغانلىرى بىلەن مۇھەببەتنىڭ مۇناسىۋەتسىز ئىكەنلىكىنى چۈشەندۈرۈش بولدى، سۆيۈش ۋە سۆيمەسلىكنىڭ ئەڭ چوڭ پەرقى ئاڭ ۋە يوشۇرۇن ئاڭ نىشانىنىڭ بىردەك ياكى ئەمەسلىكىدۇر. يەنە دىققەت قىلىشقا ئەرزىيدىغان بىر نۇقتا، مۇھەببەت دەۋرىيلىك تەكرارلىنىدىغان جەريان. ئۆزلۈكنى بېيىتىشمۇ بىر خىل مۇكەممەللىشىش. باشقىلارنىڭ ياردىمى ئاستىدا ئۆزلۈكمۇ پىشىپ يېتىلىدۇ. باشقىلارنىڭ تىرىشىپ ئالغا ئىلگىرىلىشىگە ئىلھام بەرسەك، ئىلگىرىلەش بىزنىڭ ئورنىمىزدىمۇ كۆرۈلىدۇ.

مەن كۆزدە تۇتۇۋاتقان سۆيگۈ (مۇھەببەت) ئۆزىنى سۆيۈش ۋە ئۆزگىنى سۆيۈشنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. بىز ئىنسانىيەتنىڭ قەلب مۇكەممەللىكىگە يېتىشىنى ئىستىسەك، ھەربىر ئادەم ئۇنىڭدىن پايدىغا ئېرىشىدۇ. ئالدىنقى بابتا كۆرسەتكىنىمدەك، ئۆزىنى سۆيمەيدىغان ئادەم باشقىلارنى سۆيۈشنىمۇ بىلمەيدۇ. ئىنتىزامسىز ئاتا-ئانا بالىلىرىغا ئىنتىزام ئۆگىتەلمەيدۇ، ھېچقانداق بىر قەلب ئۆزىنىڭ قەلبىنىڭ تەرەققىي قىلغىنى

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئۈچۈن چېكىنىپ كەتمەيدۇ. باشقىلارغا كۆڭۈل بۆلۈش ئارقىسىدا تىكلەنگەن ئىنتىزام بىزنىڭ ئىنتىزامىمىزغا زىت كەلمەيدۇ. ئۆزىمىزنى ئەڭ ياخشى تەربىيەلەيدىغان بىردىنبىر كۈچ باشقىلارغا ياردەم بېرەلەيدىغان كۈچتۇر. سۆيۈش ۋە سۆيۈلۈش جەريانى ئۈستىدە ئىزدەنگىنىمىزدە، چوقۇمكى، ئۆزىنى سۆيۈش بىلەن ئۆزگىنى سۆيۈش ئورتاق بېيىتىپ قالماستىن، بەلكى يەنە ئەڭ ئاخىرىدا ئىككىسى ئارىسىدىكى چېگرانىڭ تامامەن يوقىلىدىغانلىقىنى بايقايمىز.

ئۆزلۈكنى بېيىتىش ئىرىشىپ ئۆزلۈكنىڭ چەكلىمىسىدىن ھالقىپ، جانانىغا ئۆزىنىڭ مۇھەببىتىنى ئىپادىلەشنى كۆرسىتىدۇ. مۇھەببەت ساقلاپ ئولتۇرغان بىلەن رىشتىلەنمەيدۇ، مۇھەببەت ئۈزۈكسىز ئىرىشچانلىققا موھتاج.

ئەڭ ئاخىرقى بىر نۇقتا، مەن «پىكىر» دېگەن بۇ سۆزنى ئىشلىتىپ، مۇھەببەتنىڭ ئادەتتىكى ئىستەكلىك ئورنىدىن ھالقىپ كېتىشىنى ئۈمىد قىلىمەن. ئىستەك ھەرىكەتكە ئايلىنىشى ناتايىن، پىكىر بولسا ھەرىكەتكە ئايلىنىلايدىغان ئالىي ئىستەكتۇر. ئىككىسىنىڭ پەرقى، «مەن سۇ ئۈزگىلى بارايمىكىن» بىلەن «مەن سۇ ئۈزگىلى بارىمەن» ئارىسىدىكى پەرقتۇر. ھەرقانداق بىر ئادەمدە مەيلى كۈچلۈك بولسۇن، مەيلى سۇس بولسۇن جانان ئىستىكى بولىدۇ، بىراق نۇرغۇن ئادەم جانانغا ئېرىشەلمەيدۇ. مەسىلە شۇ يەردىكى، سۆيگۈنى خىيال قىلىش سۆيگەنگە باراۋەر ئەمەس. سۆيگۈ (مۇھەببەت) ھەرىكەتتۇر، پىكىرگە ئەگەشكەن ھەرىكەتتۇر. بىراۋنى ياخشى كۆرۈشنى قانچىلىك ئويلىشىمىزدىن قەتئىينەزەر، ئەمەلىيىتىمىزدە ئىپادىلىمىسەك، بۇ ياخشى كۆرمەسلىكنى تاللىغىنىمىز بىلەن پەرقسىزدۇر، نەتىجىدە بۇرۇنقى بارلىق ئۇرۇنۇشلىرىمىز نۆلگە تەڭ بولىدۇ. نىسپىي ھالدا، ناۋادا بىز ئۆزىمىز ۋە ئۆزگىلەرنىڭ مۇكەممەللىشىشى ئۈچۈن كۈچ قوشماقچى بولساق، چوقۇمكى، ئىستىخىيەلىك تاللاشتىن باشلىشىمىز كېرەك، بۇ دەل مۇھەببەت (سۆيگۈ) تاللىشىدۇر.

مۇھەببەتنىڭ مىستىك تۈسى نۇرغۇن خاتا قاراشلارنى پەيدا قىلغان. شۇڭا نۇرغۇن كىشىلەر مۇھەببەتنىڭ ماھىيىتىنى چۈشەنمەيدۇ. بۇ كىتابنى

يېزىشتىكى مەقسەت گەرچە مۇھەببەتنىڭ مىستىك تۈسىنى يېشىش بولمىسىمۇ، بىراق مەن مۇھەببەتكە بولغان بىر قىسىم خاتا قاراشلارنىڭ يوقىلىشىنى ئۈمىد قىلىمەن. شۇنداقلا، كىشىلەرنىڭ كۆڭۈلسىز تەجرىبىلىرىدىن ۋە شۇ سەۋەبلىك قالغان ئوقۇبەتلىرىدىن قۇتۇلۇشىنى ئىستەيمەن. ئۇنىڭ كەينىدىن، «مۇھەببەت بىر نەرسە ئەمەس» (مۇھەببەت ھېچنېمە) دىن باشلاپ، مۇھەببەتنىڭ ماھىيىتىنى مۇلاھىزە قىلىمەن.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ھېسسىيات تورىغا چۈشۈپ قېلىش

مۇھەببەتكە مۇناسىۋەتلىك خاتا قاراشلار ئىچىدە، ئەڭ «قايىل قىلارلىقى» ۋە كىشىلەر بىر قەدەر قوبۇل قىلغىنى «ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش»تۇر، ئۇنى مۇھەببەت دەپ قارىۋېلىش، ھېچبولمىغاندا ئۇنى بىر خىل مۇھەببەتنىڭ ئىپادىسى دەپ قارىۋېلىشتۇر. ھېسسىيات تورىغا چۈشۈپ قالغان ئادەم ھەمىشە: «ئۇنى سۆيىمەن» دەپ قارايدۇ، بۇ ئېنىقكى ئىككى خىل مەسىلىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بىرىنچى مەسىلە، ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش جىنسىيەت بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. ئۆز پەرزەنتلىرىمىزنى قانداق سۆيۈشىمىزدىن قەتئىينەزەر، ئۇلارنىڭ ھېسسىيات تورىغا چۈشۈپ قېلىشىمىز مۇمكىن ئەمەس. گەرچە نۇرغۇن كىشىلەر جىنسداش دوستلىرى بىلەن يېقىن ئۆتىسىمۇ، بىراق ئۇلارغا ھېسسىيات باغلىمايدۇ، ئەلۋەتتە ھەمجىنسلار بۇنىڭ سىرتىدا. ئاڭ ۋە يوشۇرۇن ئاڭ قاتلىمىدىن تەڭ ئورغۇغان جىنسىيەت قوزغىلىشى ئاندىن ھېسسىيات تورىغا چۈشۈشتۇر. ئىككىنچى مەسىلە، ھېسسىياتقا باغلانغان تەجرىبە ئۇزاققا داۋاملاشمايدۇ، ئوبيېكتنىڭ مەيلى قانداق بولۇشىدىن قەتئىينەزەر، بىز ھامان ھېسسىيات تورىدىن چىقالايمىز. بۇ ھەرگىزمۇ بىز بىلەن بىر تورغا چۈشكەن ئادەمنى ئەمدى ياخشى كۆرمەيدىغانلىقىمىزغا ۋەكىللىك قىلالمايدۇ. بىراق بىھوش سۆيگۈ ھامان بىر كۈن يوقىلىدۇ، خۇددى شېرىن ئايلارمۇ ھامان ئاخىرلاشقاندەك، رەڭگارەڭ گۈللەرمۇ ھامان توزىغاندەك.

ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش ۋە ئۇنىڭ ئاقىۋىتىنىڭ قانداقلىقىنى چۈشىنىش ئۈچۈن، چوقۇم پسىخولوگىيەدىكى ئاتالمىش «ئۆزلۈك چېكى»نى چۈشىنىش كېرەك. ئادەتتە بوۋاق تۇغۇلۇپ بىر قانچە ئايغىچە

ئۆزى بىلەن تاشقى دۇنيانى ئايرىۋالالمايدۇ دەپ قارىلىدۇ. ئۇ ئۆزىنىڭ پۈت-قولىنى مىدىرلاتقاندا، پۈتۈن دۇنيا مىدىرلاۋاتقاندەك بىلىدۇ. قورسىقى ئاچقاندا، دۇنيا ئۇنىڭغا ئوخشاش ئېچىرقىغاندەك ھېس قىلىدۇ، ئۇ ئانىسىنىڭ مېڭىۋاتقىنىنى كۆرسە، ئۆزىنىڭمۇ تەڭ مېڭىۋاتقىنىنى بىلىدۇ، ئانىسى ئەللەي ناخشىسى ئېيتسا، ئۆز ئاۋازى دەپ ئويلايدۇ. بوۋاقلارنىڭ قەلبىدە، بارچە جانلىق ۋە جانسىز، سىز ۋە مەن، شەخس ۋە دۇنيا قاتارلىقلارنىڭ ھېچقانداق پەرقى يوق.

تەجرىبىسىنىڭ كۆپىيىشىگە ئەگىشىپ، بوۋاقلار ئۆزى بىلەن تاشقى دۇنيا نەرسىلىرىنىڭ ئوخشىمايدىغانلىقىنى بايقايدۇ. قورسىقى ئاچقاندا، ئانىسى دەرھال ئوزۇقلۇق بەرمەيدۇ، ئۇ ئانىسىغا كۈلۈمسىرىسە، ئانىسى پەرۋاسىز تۇرغان بولىدۇ. ئۆز پىكرى بىلەن ئانىسىنىڭ ھەرىكىتىنىڭ تۈپتىن ئوخشىمايدىغان ئىككى خىل پائالىيەت ئىكەنلىكىنى بايقايدۇ، شۇنىڭ بىلەن «مەن» نىڭ ئېڭى تەرەققىي قىلىشقا باشلايدۇ. مەن ئانا-باللىق مۇناسىۋەتنىڭ ئۆزلۈك ئېڭىنى يېتىلدۈرىدىغان ئىللىق كارىۋات ئىكەنلىكىگە ئىشىنىمەن. ئىنچىكە كۆزەتكىنىمىزدە، ئانا-باللىق مۇناسىۋەت، ناۋادا بالىنىڭ ئانىسىدىن ئايرىلىشى ياكى ئانا تەربىيەسىگە ئېرىشەلمەسلىكى بىلەن بۇزغۇنچىلىققا ئۇچرىسا، بالىنىڭ ئۆزلۈك ئېڭىمۇ توسالغۇغا ئۇچرايدۇ.

بالا تۇغۇلۇپ بىرىنچى يىلى ئۆزى بىلەن تاشقى دۇنيانى ئايرىشنى ئۆگىنىدۇ. ئۆزىمىزنىڭ تېنىنىڭ چوڭ-كىچىكلىكى ۋە تەن ئىقتىدارىمىزنى چۈشىنىشتىكى چەكلىملىك دەل بىزنىڭ چېگرامىزدۇر. بۇ خىل تونۇش دەل ئاتالمىش «ئۆزلۈك چېكى»دۇر.

ئۆزلۈك چېكى تاكى ياشلىق دەۋرىمىزگىچە تەرەققىي قىلىپ داۋاملاشسا، ياكى قۇرامىغا يەتكەندىن كېيىنمۇ يوقالمىسا، ئۇنىڭغا ئادەتلىنىش ئەھۋالى كۆرۈلىدۇ. مەسىلەن: 2 — 3 ياش ئارىلىقىدا، بالا ئۆزىنىڭ ئىقتىدارىنىڭ چەكلىكلىكىنى ئېنىق تونۇشقا باشلايدۇ. ئۇنىڭدىن ئىلگىرى، بالا گەرچە ئۆزىنىڭ ۋە ئاتا-ئانىسىنىڭ ئوي-ھەرىكىتىنى بىلەلمىسىمۇ، بىراق يەنىلا ئۆزىنىڭ ئويى بىلەن ئانىسىنىڭ ھەرىكىتىنى ئارىلاشتۇرىۋېتىدۇ. شۇڭا، ئىشلار ئويلىغىنىدەك بولمىسا، جېدەل قىلىدۇ،

ئۆزىنى ئۆيىنىڭ پادىشاھى بىلىپ، ھەرقانداق ئىشقا ئارىلىشىدۇ ۋە غوۋغا كۆتۈرىدۇ.

ئۈچ ياشتىن باشلاپ بالىنىڭ پوزىتسىيەسى كۆرۈنەرلىك يۇمشاشقا باشلايدۇ. چۈنكى ئۇ ئۆزىدە ھوقۇقتىن ئىبارەت بىرەر نەرسىنىڭ يوقلۇقىنى قوبۇل قىلىدۇ. بىراق، ھەممىگە ئىگە بولسام، نېمىنى خالىسام شۇنى قىلسام دەيدىغان بۇ ئىستەك خېلى ۋاقىتقىچە، ياشلىق مەزگىلىگىچە داۋاملىشىدۇ. بۇنىڭدىن بۇرۇن بالا ھەمىشە چوش ئىچىدىكىدەك ياشىغاچقا ھالقىما ئادەم، ئۇچار ئادەم تۈرىدىكى چۆچەكلەر بۇ ياشتىكى بالىلارنىڭ ئالاھىدە قارشى ئېلىشىغا ئۇچرايدۇ.

بىراق بالا ياشلىق مەزگىلىگە بارغاندا ھالقىما ئادەم چۆچەكلىرى ئۇلارنىڭ تەلپىنىنى قاندۇرالمايدۇ، تەن ۋە ئىقتىدارنىڭ چەكلىمىلىكى سەۋەبلىك، بالىلار ھەرقانداق يەككىلىك جەمئىيەت دەپ ئاتىلىدىغان توپنىڭ ئىچىدە ئاندىن مەۋجۇتلۇقىنى ساقلىيالايدىغانلىقىنى چۈشىنىدۇ. ھەر بىر يەككىلىك توپتا ھېچقانچە ئالاھىدە ئەمەس، ئوخشاشلا، ئۇلار شەخسىنىڭ بىلىشى ۋە چەكلىمىلىكى سەۋەبلىك، باشقا ھەرقانداق يەككىلىكتىن ئايرىلىپ تۇرىدۇ.

ئۆزلۈك چېكىگە يېتىنىپ قالغانلار ناھايىتى جىمجىت بولىدۇ، بىر قىسىم كىشىلەر (بولۇپمۇ پىسخىك كېسەلگە گىرىپتارلار) بالىلىقتىكى ئوقۇبەتنى ۋە ئازار تەجرىبىسى سەۋەبلىك، تاشقى دۇنيانى خەتەرگە، ئۆچمەنلىككە، قالايمىقانچىلىققا ۋە ئەنسىزلىككە تولغان دەپ قارايدۇ. شۇڭا، بۇ خىل كىشىلەر ئۆزلۈك چېكىنى ئۆزىنى قوغداش دەپ قارايدۇ. جىمجىتلىق ئۇلارغا بىخەتەرلىك تۇيغۇسى بېرىدۇ. بىراق كۆپ قىسىم كىشىلەر جىمجىتلىقتىن زېرىكىدۇ، «ئۆزلۈك چېكى تۈرمىسى»دىن قېچىشنى ئويلايدۇ، تاشقى دۇنيا بىلەن تېخىمۇ يېقىن بىرلىشىشكە ئىنتىلىدۇ. ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش تەجرىبىسى بىزنى جىمجىتلىقتىن قۇتۇلدۇرىدۇ، ئەمما ئۇنىڭ ۋاقىتلىق ئىكەنلىكىنىمۇ ئەسكەرتىدۇ.

ئەسەبىيلىك توسقۇنسىز بولىدۇ

ھېسسىيات تورىغا چۈشكەندە، ئۆزلۈك چېكىنىشنىڭ بىر قىسمى تۈيۈقسىز بۇزۇلۇپ، بىر ئادەمنىڭ ئۆزلۈكى يەنە بىر ئادەمنىڭ ئۆزلۈكى بىلەن بىرلىشىدۇ. بىر ئادەم ئۆزلۈكىدىن تۈيۈقسىز قېچىپ چىقسا، دېڭىز سۈيى قىرغاقتا ئۇرۇلغان كەبى جانانىغا ئۆزىنى ئۇرىدۇ. بۇ مەزگىلدە، جىمجىتلىق يوقىلىدۇ، ئۇنىڭ ئورنىنى ئىگىلەيدىغىنى توسقۇنسىز ئەسەبىيلىكتۇر. جانانىمىز بىلەن بىللە بولغاندا، ئاللىقاچان جىمجىتلىقىمىزدىن ئايرىلغان بولىمىز.

مەلۇم مەنىدىن ئالغاندا، ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش بىر خىل رۇدىمېنتلىشىش (چېكىنىش) تۇر. جانان بىلەن بىللە بولغىنىمىزدا، بالىلىقىمىزدا ئانىمىز بىلەن بىرلەشكەندىكى ئەس قايتا قوزغىلىپ، خۇددى بالىلىقتىكى مەستخۇشلۇق سېزىمىنى قايتا تاپقاندەك بولىمىز. ھەممە نەرسە مۇمكىنچىلىككە ئۆزگىرىدۇ. جانان بىلەن ئورتاقلاشقان شۇ ۋاقىتتا، يەڭگىللى بولمايدىغان ئوقۇبەت يوقتەك ھېس قىلىمىز. بىز مۇھەببەت كۈچىنىڭ ھەممىگە تاقابىل تۇرالايدىغانلىقىغا ئىشىنىمىز. كەلگۈسىمىزنى شۇنچىلىك پارلاق ھېس قىلىمىز، بۇ خىل سېزىم بىلەن رېئاللىقنىڭ ئارىلىقى، ئەمەلىيەتتە، خۇددى ئىككى ياشلىق بالىنىڭ دۇنيانىڭ ھۆكۈمرانىمەن دېگىنى بىلەن ئەمەلىيەتنىڭ ئارىلىقى كەبىدۇر.

ھامان بىر كۈنى، رېئاللىق بىزنى «سۆيگۈ چۈشى»دىن ئويغىتىۋېتىدۇ. ھامان بىر كۈنى رېئال تۇرمۇشنىڭ قىيىنچىلىقى يەنە كۆرۈلىدۇ. ئەرنىڭ مۇھەببىتى ئايالغا بىكىرەك بولىدۇ. ئايالنىڭ كۆرگەن كىنوسى ئەرگە ماس كەلمەيدۇ. ئەر بانكىغا قويىدىغان پۇلغا ئايال كىرئالغۇ

ئالماقچى بولىدۇ. ئايال ئۆزىنىڭ خىزمىتىنى سۆزلەيدۇ، ئەر ئۆز كەسپىنىڭ گېپىنى قىلىدۇ. ئەڭ ئاخىرىدا ئىككى تەرەپ ناھايىتىمۇ ئېچىنىشلىق بىلەن شۇنى بايقايدۇكى، ئۇلار ھەقىقىي تۈردە بىر تەن-بىر روھقا ئايلانمىغان. ئىككىلا تەرەپنىڭ ئۆز ئالدىغا مۇستەقىل ئىستەك، ھۇزۇر، قاراش، ھەتتا ۋاقىت چۈشەنچىسى ساقلانغان، يەنە كېلىپ مەڭگۈ مۇشۇنداق بولىدۇ. شۇنىڭ بىلەن، ئۆزلۈك چېكى قايتىدىن ئەسلىگە كېلىدۇ. ئۇلار يەنە ئوخشىمايدىغان ئىككى يەككىلىكلىكنى ھېس قىلىدۇ. بۇ ۋاقىتتا ئەگەر ئۇلار ئايرىلىپ كېتىشنى خالىمىسا، قايتىدىن رېئال مۇھەببەتلىشىشنى ئۆگىنىشى كېرەك.

مەن بۇ يەردە «رېئال» سۆزىنى ئىشلەتتىم. چۈنكى، ھېسسىيات تورىغا چۈشۈپ قالغانلىكى سېزىم بىر خىل خىيالىي سېزىمدۇر. ئىشىنىمەنكى، ئاشىق-مەشۇقلار پەقەت ھېسسىيات تورىدىن قۇتۇلۇپ چىققاندىلا ئاندىن رېئال مۇھەببەتلىشەلەيدۇ. چۈنكى، ھەقىقىي مۇھەببەتنىڭ ئاساسى ھەرگىزمۇ مەپتۇنلۇقتا ئەمەس. ھەقىقىي مۇھەببەت شەكىللەنگەن ۋاقىتتا، ھېچقانداق مەپتۇنلۇق تۇيغۇسى بولماسلىقى مۇمكىن. مۇھەببەتلىشىش ھەرگىزمۇ ئۇ خىل تۇيغۇنى قالقان قىلمايدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

ئىشقىۋازلىقمۇ ياكى ھەقىقىي مۇھەببەتمۇ؟

«ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش» ئېھتىمال ۋاقىتلىق مەپتۇنلۇق بولۇشى مۇمكىن. ئۇنى ھەقىقىي مۇھەببەت دېگىلى بولمايدۇ. ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش ھەرگىزمۇ ئىستەك ۋە ئاشىقلىق تاللاشنى ئاساس قىلمىغان. مەيلى قانداق بولۇشىدىن قەتئىينەزەر، ئىنتىزارلىق چاغلاردا مۇھەببەتكە ئېرىشكىلى بولمايدۇ، ئۇ پەقەت ۋاز كەچكەن ياكى رىتىمسىز بىر چاغدا ئادەمگە قىيىن تاللاشنى ئېلىپ كېلىدۇ. بەلكىم بىز ئۆزىمىزگە قەتئىي ماس كەلمەيدىغان بىرىنى ياخشى كۆرۈپ قېلىشىمىز مۇمكىن، ھەتتا ئۇنى قىلچىلىك ياخشى كۆرمىسەكمۇ، بىراق ئىنتىزارلىق ئالدىدا ھەممە نېمىنى مۇمكىنچىلىككە ئايلاندۇرىۋېلىشىمىز مۇمكىن. بىز ئامالسىز ھالدا، سۆيۈشكە ئەرزىمەيدىغان بىرىگە باغلىنىپ قېلىشىمىزمۇ مۇمكىن.

بىراق بۇ ھەرگىزمۇ ئىنتىزام ئارقىلىق ھېسسىيات تورىغا چۈشۈپ قالغان ئۆتمۈشنى ئاخىرلاشتۇرغىلى بولمايدىغانلىقىدىن دېرەك بەرمەيدۇ. مەسىلەن: پىسخولوگلارمۇ بىمارلارنىڭ ھېسسىياتىغا باغلىنىپ قالىدىغان، بىمارمۇ پۈتۈن ھېسسىياتىنى پىسخولوگقىلا تاپشۇرۇپ بېرىدىغان ئەھۋاللار ناھايىتىمۇ كۆپ ئۇچرايدۇ. بىراق، بىمارغا بولغان مەسئۇلىيەت ۋە ئۆزىنىڭ كىملىكى نۇقتىسىدىن ئالغاندا، پىسخولوگلار تىرىشىپ، ئۆزىنىڭ ئۆزلۈك چېكىنى مۇكەممەللەشتۈرۈشى، بىمارلارنىڭ رومانتىك مۇھەببەت ئوبيېكتىغا ئايلىنىپ قالماسلىقى كېرەك. بۇ خىل ئىنتىزام جاپالىق ۋە ئوقۇبەتلىك جەريانىنى باشتىن كەچۈرىدۇ. بىراق، ئىنتىزام ۋە ئىرادە كۈچى پەقەت تەجرىبىنى تىزگىنلىيەلەيدۇكى، ھەرگىزمۇ ئۇنى قايتا ياراتمايدۇ. ھېسسىيات قوزغالغاندا، بىز قانداق ئۇسۇل ئارقىلىق ئىنكاس قايتۇرساق

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

بولىدۇ، بىراق بۇ خىل تەجرىبىنى قۇرۇقتىن-قۇرۇق پەيدا قىلىشقا بولمايدۇ.

ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش بىر ئادەمنىڭ ئۆزلۈك چېكىنى كېڭەيتمەيدۇ. پەقەت ئۆزلۈك چېكىنىڭ بىر قىسمىنى بۇزۇپ تاشلايدۇ. ئۆزلۈكنى مۇكەممەللەشتۈرۈش تىرىشچانلىققا تايىنىدۇ. ھېسسىيات تورىغا چۈشۈشكە ھېچقانداق كۈچ كەتمەيدۇ. ناۋادا ھېسسىيات تورىنىڭ ئالتۇن دەۋرى ئاخىرلاشسا، ئۆزلۈك چېكىمۇ ئەسلىي ھالىتىگە قايتىدۇ. ئادەم بىر خىل شېرىنلىكنى ھېس قىلغاندەك قىلىسىمۇ، بىراق قىلچىلىك مۇكەممەللىشىش بولمايدۇ.

ئۆزلۈك چېكى كېڭەيگەندىن كېيىن، قايتا تارايمايدۇ. ھەقىقىي مۇھەببەت ئۆزلۈكنىڭ ئەبەدىيلىك تولۇقلىغۇچىسىدۇر، ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش ئۇنداق ئەمەس.

ھېسسىيات تورىغا چۈشۈشنىڭ قەلب مۇكەممەللىكىگە پايدىسى يوق، ھېسسىيات تورىغا چۈشۈشتىكى بىردىنبىر مەقسەت، ھاياتىدىكى جىمجىتلىقنى يوقىتىش ئۈچۈندۇر. ئۇ نىكاھ ئارقىلىق ئۇزۇن مۇددەت داۋاملاشسىمۇ، ئەمما قەلب مۇكەممەللىكى بىلەن قىلچىلىك مۇناسىۋىتى يوق. ئەمەلىيەتتە، ھېسسىيات تورىغا چۈشكەن ۋاقىتلاردا، ئۆزىمىزنى مەلۇم خىل «ئەينەك» ئالدىدا تۇرغاندەك، مۇكەممەللىشىشىمىزنىڭ قىلچە ھاجىتى يوقتەك ھېس قىلىمىز ھەمدە شۇ خىل ھالىتىمىزدىن ناھايىتىمۇ رازى بولىمىز. ئۆزىمىزنىڭ قەلبىنى ناھايىتى تىنچ، جانانىمىزنىڭ قەلبىنى مۇكەممەللىشىشكە تېگىشلىكتەك ھېس قىلىمىز. نەزىرىمىزدە، جانانىمىز ناھايىتىمۇ مۇكەممەل بولسىمۇ، بىراق كىچىككىنە يېتەرسىزلىكى باردەك، ئەمما بۇ يېتەرسىزلىك ۋە غەيرىيلىك ئۇنىڭغا تېخىمۇ سېھرىي كۈچ ئاتا قىلغاندەك ھېس قىلىمىز.

ئەگەر ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش ھەقىقىي مۇھەببەت ھېسابلانمىسا، ئۇنداقتا ئۇنىڭ ئۆزلۈك چېكىمىزنى بۇزۇشتىن باشقا نېمە ئەھمىيىتى بار؟ بۇنىڭغا مەنمۇ بىر نەرسە دېيەلمەيمەن. ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش بىلەن جىنسىيەتنىڭ ئالاھىدە مۇناسىۋىتى بار، مېنىڭچە، ئۇ گېن تەقسىماتى ۋە بىيولوگىيەلىك تەقسىمات بىلەن باغلىنىشلىق بولسا

كېرەك. باشقىچە قىلىپ ئېيتقاندا، ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش ئىنسانلارنىڭ ئىچكى جىنسىيەت تەلپىي ۋە تاشقى جىنسىيەت غىدىقلىشىغا قايتۇرغان ئوبرازلىق ئىنكاسى، ئۇ كۆپىيىش پۇرسىتىنى ئاشۇرىدۇ، جانلىقلارنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ. ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش گېنىنىڭ ئەقلىمىزنى خىرەلەشتۈرۈپ، بىزنى نىكاھ قىلتىقىغا دەسسىتىشىنىڭ چارىسى بولۇشى مۇمكىن. ئەمما بۇ خىل ھېسسىيات بولمىغاندا، نىكاھتىن ئىلگىرى رومانتىك ياكى رومانتىكسىز ئۆتۈۋاتقان ئاشىق-مەشۇقلار نىكاھ مۇراسىمىغا بېرىشتىن بۇرۇنلا، بۇ خىل رېئاللىقتىن ئۆزىنى قاچۇرغان بولاتتى.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

مۇھەببەت يالغانچىلىقى

مۇھەببەتلىشىش تەجرىبىسىنىڭ نىكاھ مۇناسىۋىتىنى داۋاملاشتۇرۇشقا پايدىسى بار. چۈنكى، ئۇ پەيدا قىلغان مەڭگۈلۈكنىڭ خىيالىي سېزىمى ئۇزۇنغىچە داۋاملىشىدۇ. بۇ خىل سېزىم بالىلىقتىكى رومانتىك مۇھەببەت چۆچەكلىرىدىن كەلگەن، چۈنكى ئۇنىڭدا شاھزادە بىلەن مەلىكە ئەڭ ئاخىرى توي قىلىپ، ئەبەدىي خۇشاللىققا ئېرىشىدۇ. رومانتىك مۇھەببەت چۆچەكلىرى بىزگە، دۇنيادىكى ھەرقانداق ئادەمنىڭ ئۆز جۈپتى بولىدۇ، چۈنكى بىزنى خۇدا مۇشۇنداق ياراتقان دېگەن قاراشنى ئۆگەتتىدۇ، ئۇلار ئۆز جۈپتىنى ئىزدەپ تاپالمىغاندا، ھېسسىيات تورىغا چۈشۈپ قالىدۇ، يەنە كېلىپ بىر كۆرۈپلا ياخشى كۆرۈپ قالىدۇ. ئەگەر خۇدا بەلگىلەپ بەرگەن جۈپتىمىزنى ئۇچراتساق، تۇرمۇش ئورتاقلىقى ھاسىل قىلىشقا كۈچەيمىز، ئەگەر ئۆزئارا ئېھتىياجلىرىمىزنى قاندۇرساق، ئەبەدىي خاتىرجەملىككە ۋە خۇشاللىققا ئېرىشىمىز. مۇبادا ئىش بۇنداق بولماي سۈركىلىش پەيدا بولسا، ھېسسىيات يوقىلىدۇ، شۇنىڭ بىلەن ئېغىر خاتالىق كېلىپچىقىدۇ، بىز تەڭرىنىڭ ئىرادىسىگە خىلاپلىق قىلغان بولىمىز، ئۆزىمىزگە ئەڭ لايىق ئادەمدە خاتالىشىمىز. شۇڭا، بىز مۇھەببەت راست ئەمەس، ھەممە نەرسە نۇقسانلىق، پەقەت ئوقۇبەتلا ئۆمۈرلۈك، توي قىلماسلىق كېرەك دەپ قارايمىز.

چۆچەكلەرنىڭ ئۇلۇغۋارلىقى شۇ يەردىكى، ئۇ كائىناتنىڭ ئالەملىك ھەقىقىتىنى ئۆزىگە مۇجەسسەملىگەن، بىراق مۇھەببەت چۆچەكلىرى قورقۇنچلۇق ئالدامچىلىقتۇر. نۇرغۇن كىشىلەر تۇرمۇشىغا ئاشۇنداق چۆچەكسىمان تۇس بېرىش ئۈچۈن بىر ئۆمۈر ئوقۇبەت تارتىدۇ. A خانىمدا

بىر خىل گۇناھكارلىق تۇيغۇسى كۆرۈلگەن، ئۇ ھەرقانداق ئىشتا ئىپرىنسىپىنى توغرا دەيدىكەن. ئۇ ھەمىشە: «تويى قىلىدىغان ۋاقىتتا مەن ئۇنى ھەقىقىي ياخشى كۆرمىگەنىدىم، ساختا قىياپەتكە كىرىۋالغانىدىم، ئۇنىڭغا زىيانكەشلىك قىلىپ قويغاندەك ھېس قىلىمەن، شۇڭا ئۇنىڭ ھەرقانداق كەمچىلىكىدىن ئاغرىنىشقا ھوقۇقۇم يوق، مەن ئۇنىڭغا قەرز» دەيدۇ. B ئەپەندىم ئەپسۇسلانغان ھالدا: «C خانىمىز بىلەن تويى قىلمىغىنىمغا ناھايىتى پۇشايمەن قىلىمەن، شۇنداق بولغان بولسا، تۇرمۇشۇم ناھايىتى مەنىلىك بولاتتى. بىراق ئۇ ۋاقىتتا مەن ئۇنى ئۆلگۈدەك ياخشى كۆرمىگەنىدىم، ئۇنى مەن ئىزدەۋاتقان ئادەمدەك ھېس قىلمىغانىدىم» دەيدۇ. D خانىم ئېچىنىپ ھەسرەتلەنگەن ھالدا: «قانداق مەسىلە بارلىقىنى بىلمىدىم، مەندە ھەممە نېمە بار، رومانتىك بىر نىكاھمۇ بار، بىراق نېمىشقا ياخشى ئۆتمەيمىز» دەپ قاقشايدۇ. بىر نەچچە ئايدىن كېيىن، ئۇ ھېسسىيات تورىدىن قۇتۇلغانلىقىنى ئېتىراپ قىلىدۇ، ئەمەلىيەتتە بۇ ھېچقانداق خاتالىق ئەمەس.

E ئەپەندىم تويى قىلىپ ئىككى يىلدىن كېيىنكى ھاياتى ئازابلىق باسقۇچقا كىرىشكە باشلايدۇ، ئۇ بۇلارنىڭ نېمە سەۋەبتىن كېلىپچىققانلىقىنى بىلمەيدۇ: «ئائىلەمدە ھېچقانداق مەسىلە يوق، ئايالىمنى تويى قىلغان ۋاقىتتىكىدەك ياخشى كۆرىمەن، ئۇمۇ ئارزۇيىمدىكىدەك ئايال» دەيدۇ. بىراق بىر يىلدىن كېيىن ئېتىراپ قىلدۇكى: «ئۇ توختىماي مەندىن قاقشايدۇ، پۇل لازىم بولسا سورايدۇ، بىراق مائاشىمنىڭ قانچىلىكلىكى بىلەن كارى يوق» دەيدۇ. ناۋادا جۇرئەتلىك ھالدا بۇ ئادىتىنى ئۆزگەرتىشنى ئېيتسا، چوقۇمكى ئۇنىڭ ئوقۇبىتى ئېچىنىمۇ جىقلايدۇ.

F خانىم ئۆزلىرىنىڭ ئادەمنى قالايمىقان قىلىدىغان ھېسسىيات تورىدىن چىققانلىقىنى ئېتىراب قىلىدۇ. ئىككى تەرەپ توختىماستىن «ھەقىقىي ئائىلە» ئىزدەش ئۈچۈن ئۆزئارا ئاسىيلىق قىلىشىپ تۇرمۇشىنى ئۆزئارا قالايمىقان قىلىشىپ ئۆتكەنلىكىنى ئېيتىدۇ. ئۇلار ھېسسىيات تورىدىن قۇتۇلغاندىن كېيىنكى تۇرمۇشىنىڭ ئاخىرلىشىش ئەمەس، بەلكى

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ھەقىقىي نىكاھنىڭ باشلىنىش ئورنى ئىكەنلىكىنى بىلمەيدۇ. رومانتىك تۇرمۇشنى ئارزۇ قىلىدىغانلار ئىزچىل مەۋجۇت بولۇپ باقمىغان مۇھەببەت ئەپسانىسىنى ئىزدەيدۇ. تۇرمۇشنىمۇ مۇھەببەت تۇسىگە كىرگۈزۈشنى ئويلايدۇ، يوقىتىپ قويغان رومانتىك ئەسلىمىسىنى قايتۇرۇپ كېلىشنى ئۈمىد قىلىدۇ.

بۇلارنىڭ ھەممىسى ئەر-ئايالدىن ئىبارەت بىر يىپنى چىڭ تۇتىدۇ. ئۇلار نىكاھ مەسىلىسى ئۇچۇن كوللېكتىپ داۋالاشقا قاتناشقاندا، بىرگە ئولتۇرۇپ ئۆزئارا قەسەم قىلىشىدۇ، خاتىرىلىرىنى ئاقلىشىدۇ، ئوخشاش پوزىتسىيە بىلەن باشقا قاتناشچىلارغا يۈزلىنىدۇ، ياخشىلىنىشىمۇ بولىدۇ. كوللېكتىپ داۋالاشقا قاتناشقان ئەر-ئاياللارغا ئۆزئارا زىيادە يېقىنلىشىپ كەتمەسلىكنى، بىر-بىرىگە تايىنىۋالماسلىقنى دەپ قويۇشقا توغرا كېلىدۇ، چوقۇم پىسخىك جەھەتتىن ئازراق ئارىلىق قالدۇرۇش كېرەك، شۇندىلا ئۇلارنىڭ مەسىلىسى ئاشكارا بولىدۇ. ھەتتا بەزىدە ئۇلارنى ئايرىۋېتىش كېرەك، داۋالاش جەريانىدا ئۇلارنىڭ بىرگە ئولتۇرۇشىنى چەكلەش كېرەك. ئۇلارنىڭ بىر-بىرىنى ئاقلايدىغان ئادىتىنىمۇ چەكلەش كېرەك. ئەگەر بۇ ئەر-ئاياللار بۇ خىل ئورۇنلاشتۇرۇشنى قوبۇل قىلسا، ئاندىن داۋالاش ئېلىپ بېرىپ، ئۇلارغا ئۆزلىرىنىڭ مۇستەقىل، ئايرىم-ئايرىم ئادەم ئىكەنلىكىنى ئۆگىتىش كېرەك. بۇ خىل ئەمەلىيەتنى قوبۇل قىلىش ئەمەلىيەتتە، پىشقان نىكاھ چوققىسىغا چىقىشتىن دېرەك بېرىدۇ.

ئۆزلۈكنىڭ چېكىنى بۇزۇش

ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش گەرچە بىر خىل خىيالىي سېزىم بولسىمۇ، بىراق ئۇ شۇنىڭ ئۈچۈن كۆپ قىسىم كىشىلەرنى ئالدىيالىغانكى، ئۇ ھەقىقىي مۇھەببەت بىلەن ئىنتايىن ئوخشىشىپ كېتىدۇ.

ھەقىقىي مۇھەببەت ئۆزلۈكنى تاكامۇللاشتۇرۇش سەرگۈزەشتىسى بولغاچقا، ئۆزلۈك پاسلى (ئۆزلۈك چېكى) بىلەن ئىنتايىن زىچ مۇناسىۋىتى بار. مۇھەببىتىمىز چىن كۆڭلىمىزدىن سۆيگەن جانانغا چەكسىز سوزۇلىدۇ، ئۇنىڭ ھالىدىن خەۋەر ئېلىشنى، ئۇنىڭ ئۆسۈپ يېتىلىشىگە ياردەم بېرىشنى ئىستەيدۇ. بىراق بۇنىڭدىكى ھەل قىلغۇچ شەرت شۇكى، بىز چوقۇم ئۆزلۈك پاسلىمىزنىڭ سىرتىدىكى بىر ئوبيېكت تەرىپىدىن جەلپ قىلىنىشىمىز، ئۇنىڭغا ساپ قىزغىنلىق بىلەن بېرىلىشىمىز كېرەك. پسىخولوگلار ساپ مايىللىق ۋە بېرىلىش باسقۇچىنى «مەپتۇنلۇق» دەپ ئاتايدۇ، بۇ چاغدا بىز قەلبىمىزدىكى ئوبيېكتقا باغلانغان بولىمىز.

ئۆزىمىزدىن سىرت بىر ئوبيېكتقا باغلانغان ۋاقتىمىزدا، پسىخىكا جەھەتتە ئاللىبۇرۇن ئۇ جاناننى ئۆز ئىچىمىزگە سىغدۇرۇۋەتكەن بولىمىز. مەسىلەن: گۈلچىلىكنى ياخشى كۆرىدىغان بىر ئادەم بۇ قىزىقىشتىن تېپىلغۇسىز رازىمەنلىك ۋە خۇشاللىققا ئېرىشىدۇ، ئۇ گۈلچىلىككە «ئاشىق»، گۈللۈكنىڭ ئۇنىڭغا بولغان ئەھمىيىتى ناھايىتى چوڭ، شۇڭا ئۇنىڭ روھىيىتى گۈللۈككە باغلانغان. گۈللۈكنى پەرۋىش قىلىش ئۈچۈن يەكشەنبە كۈنىمۇ تاڭ سەھەردە گۈل تۈۋىنى بوشىتىدۇ، ساياھەتلەرنى رەت قىلىدۇ، ھەتتا ئايالىغىمۇ پەرۋا قىلمايدۇ. ئۇ پۈتۈن دىققىتى بىلەن گۈلچىلىككە بېرىلىشتىن نۇرغۇن نەرسىلەرنى، يەنى تۇپراق، ئوغۇت، گۈللەرنىڭ

ئۆسۈشى، ئۇلاش قاتارلىقلارنى بىلدۇ. گۈللۈكتىكى ھەر بىر تال گۈلنىڭ ئالاھىدىلىكى، گۈللۈكنىڭ يەر شەكلى، ياخشى-يامىنىنىڭ ھەممىسى ئۇنىڭغا بەش قولدەك ئايان. گۈللۈككە بولغان چۈشىنىش ئۇنىڭ خىسلىتى، تەجرىبىسى ۋە ئەقىل-پاراسىتىنىڭ بىر قىسمىغا سىڭىشىپ كېتىدۇ، مۇھەببەت ۋە باغلىنىشى ئۇنىڭ ئۆزلۈك پاسىلىغا تېخىمۇ يېقىنلىشىدۇ ۋە ئۇنى كېڭەيتىدۇ.

ئۆزىرىغان مۇھەببەت باغلىنىش جەريانىدا چەكلىمىلىرىمىزنى كېڭەيتىدىغان سىرتقى دۇنيا بىلەن باغلانغان تەدرىجىي ئىلگىرىلەش جەريانى. ئۆزلۈك چېكى سوزۇلۇپ تەدرىجىي يوقايدۇ، بىز ئۆسۈپ يېتىلىمىز. بۇ شەكىلدە بىز قانچە كۆپ ۋە قانچە ئۇزۇن تاكامۇللاشساق، شۇنچە چوڭقۇر سۆيىمىز، ئۆزلۈك بىلەن دۇنيانىڭ پەرقى شۇنچە سۇسلىشىدۇ. دۇنيانى قانچە ئېتىراپ قىلغانسېرى «ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش»تەك شۇ خىل ئۆزلۈك پاسىلىنىڭ باربات بولۇشى ئېلىپ كەلگەن چەكسىز خۇشاللىق داۋاملىق كۆرۈلۈپ تۇرىدۇ. بىراق بۇ قېتىم، بىز سىرتقى دۇنيا بىلەن ھەقىقىي ۋە مەڭگۈ سىڭىشىپ كەتتۇق. شۇنىڭغا ئەگىشىپ پەيدا بولغان شۇ خىل «سىرلىق بىرلىشىش» ھېسسىيات تورىغا چۈشۈشكە قارىغاندا ئىللىق كېلىشى ۋە ئازراقمۇ دىراملاشماسلىقى مۇمكىن، بىراق ئۇ تېخىمۇ مۇقىم ۋە ئۇزاق داۋاملىشىدۇ، تېخىمۇ كۆپ قانائەت ئېلىپ كېلىدۇ.

ئادەتتە ھەممىمىز بىلىمىز، جىنسىيەت بىلەن مۇھەببەت گەرچە بىر ۋاقىتتا يۈز بېرىشى مۇمكىن بولسىمۇ، بىراق كۆپىنچە ھاللاردا ئۇلار ئوخشاش بولمىغان ئىككى ئىش. جىنسىي قىلىق ئۆزلۈك پاسىلىنىڭ بەربات بولۇشى ۋە شۇ سەۋەبتىن پەيدا بولغان چەكسىز خۇشاللىقنىڭ ئاز-كۆپلۈكى بىلەن مۇناسىۋەتلىك. ئۆزلۈك پاسىلى كۆزنى يۇمۇپ-ئاچقۇچە غايىب بولىدىغانلىقى ئۈچۈن، بەزىلەر پاھىشە ئالدىدىمۇ «مەن سىزنى سۆيىمەن» دەپ تەلۋىلەرچە توۋلايدۇ، بىراق چەكسىز خۇشاللانغان شۇ دەقىقە ئۆتۈپ كەتكەندىن كېيىن ئۆزلۈك پاسىلى ئەسلىي ھالىتىگە قايتىپ، قىلچىلىك ھېسسىياتنىمۇ تىلغا ئالالماسلىقى، ھەتتا قارشى تەرەپنى ياخشى كۆرۈش دېگەنلەردىن ئېغىزمۇ ئاچالماسلىقى مۇمكىن. يۇقىرى

پەللىنىڭ چەكسىز خۇشاللىقىدىن ھۇزۇرلىنىش چوقۇم تەڭ ھۇزۇرلىنىدىغان ھەمراھىنىڭ بولۇشىنى شەرت قىلىشى ناتايىن، ئۇ خىل ئۆزلۈك پاسىلى غايىب بولغان تۇيغۇ ئۆزلىكىدىن شەكىللىنىدۇ، كۆزنى يۇمۇپ-ئاچقۇچىلىك بولغان شۇ دەقىقىدە بىز ئۆزىمىزنى ئۇنتۇيمىز، ۋاقىت بوشلۇقى ئىچىدە ئادىشىمىز، ئەرشئالادا سەيلە قىلىمىز. ئالەم بىلەن بىرلىشىپ كېتىمىز، بىراق ئۇ شۇ ۋاقىتلىق دەقىقە بىلەن چەكلىنىدۇ.

مەن ھەقىقىي مۇھەببەت پەيدا بولىدىغان شۇ ئۇزۇن ۋاقىت ۋە ئالەم بىلەن بىرلىشىپ كېتىدىغان تۇيغۇنى «سىرلىق بىرلىشىش» دەپ ئاتايمەن. چۈنكى مىستىكىزم ئالەمنىڭ بىر تۇتاش گەۋدىلىكىگە تۈپتىن ئىشەنگەچكە، ئادەتتىكى نەزەردە تۇرغۇن يۇلتۇز، سەييارە، ئۆي، دەرەخ، قۇش، ئۆز قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى ئەمەلىيەتتە خاتا سېزىم ياكى خىيالىي سېزىمدۇر. ھىندى دىنى مۇرىتلىرى بىلەن بۇددا دىنى مۇرىتلىرى بۇنى «ئاجايىپ تۇسكە كىرىش» دەپ ئاتىشىدۇ. ئۇلار ۋە باشقا مىستىكىزمچىلار پەقەت ئۆزلۈك پاسىلىدىن ۋاز كەچكەندىلا ئاندىن ھەقىقىي رېئاللىقنى تونۇپ يەتكىلى بولىدۇ دەپ ئىشىنىدۇ. بىر ئادەم ئۆزىنى ئىزچىل ئالەمدىكى مۇستەقىل بىر يەككىلىك دەپ ھېس قىلغاندا، ئالەمنىڭ بىر پۈتۈنلۈك ئىكەنلىكىنى چۈشىنەلىشى مۇمكىن ئەمەس. شۇڭا ھىندى دىنى مۇرىتلىرى ۋە بۇددا دىنى مۇرىتلىرىنىڭ ھەممىسى ئۆزلۈك پاسىلى تېخى تەرەققىي قىلمىغان بوۋاق بولۇپ، قۇرامىغا يەتكەنلەرگە قارىغاندا چۈشىنىشىنى تېخىمۇ ھەقىقىي دەپ قارايدۇ. ھەتتا بەزىلەر دەيدۇكى، پەقەت بوۋاقلىقتا يانغاندىلا ئاندىن ھەقىقىي بولغان بىرلىك تۇيغۇسىنى چۈشەنگىلى بولىدۇ. بۇ سەپسەتە تېخى قۇرامىغا يېتىشىنىڭ يۈكىنى ئۈستىگە ئېلىش تەييارلىقى بولمىغان ياش-ئۆسمۈرلەرنى ئۆزىگە رام قىلىۋالىدۇ. ئۇلار بەلكىم: «ئۇ قورقۇنچلۇق تەلەپلەرگە تاقابىل تۇرۇشۇمنىڭ ھاجىتى يوقكەن، مەن چوڭ بولمىسام تاكامۇللۇققا يېتەلەيدىكەنمەن» دەپ ئويلاپ قېلىشى مۇمكىن. بۇ ئوي ئۇلارنى ئەۋلىيالىققا يەتكۈزۈش ئۇياقتا تۇرسۇن، ئۇلارنىڭ ئېلىشىپ قېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ.

كۆپ ساندىكى مىستىكىزمچىلار بىز چوقۇم مەلۇم نەرسىلەرگە

ئېرىشكەندە ياكى ئۇنى تاماملىغاندىلا ئاندىن ئۇلاردىن ۋاز كېچىش سالاھىيىتىمىز بولىدۇ دەپ چۈشىنىدۇ. ئۆزلۈك پاسسىلىنى تېخى قۇرۇپ چىقمىغان بوۋاق بەلكىم ئاتا-ئانىسىغا قارىغاندا ھەقىقەتكە تېخىمۇ يېقىن بولۇشى مۇمكىن، بىراق ئاتا-ئانىسىنىڭ يار-يۆلىكىسىز ئۇ مەۋجۇت بولۇپ تۇرالمايدۇ ھەم ئىدراكىنى ئىپادىلەشكىمۇ ئامالسىز قالىدۇ. چوقۇم قۇرامىغا يېتىش باسقۇچىنى باشتىن كەچۈرگەندىلا ئاندىن ئەۋلىيالىققا يەتكىلى بولۇشى مۇمكىن. جىنسىي يۇقىرى پەللە ياكى مەستخۇش قىلىش دورىسىنىڭ ياردىمىمۇ بىزنى بىر ھازا دۇنيادىن خالىي قىلالىشى مۇمكىن، بىراق بۇ ھەرگىزمۇ خالىيلىقنىڭ ئۆزى ئەمەس. مەن تەكىتلىمەكچى بولغان خالىيلىق، ئەبەدىيلىكنىڭ قوزغىتىلىشى ياكى قەلبىنىڭ پىشىپ يېتىلىشىدۇر. ئۇ پەقەت قەتئىي بولغان مىسلىسىز مۇھەببەت ئارقىلىقلا ئاندىن ئەمەلگە ئاشىدۇ.

ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش بىلەن جىنسىيەت ھەقىقىي مۇھەببەتنىڭ مۇقەددىمىسى بولۇپلا قالماستىن ھەم يەنە ئۆمۈرلۈك مۇھەببەتنىڭ مەڭگۈلۈك لەززىتىنى يېتىش پۇرسىتىنى ئاتا قىلىشى مۇمكىن، ئۇلار پەيدا قىلغۇچى كۈچلۈك سەۋەبلەردۇر. شۇڭا، گەرچە ئۇنىڭ ئۆزى مۇھەببەت بولمىسىمۇ، بىراق مۇھەببەتنىڭ مۇستەھكەملىق قۇرۇلمىسىدىكى مۇھىم بىر شەرتتۇر.

بېقىندى ئىدىيەۋى ھالەت

مۇھەببەتكە بولغان دائىم كۆرۈلىدىغان ئىككىنچى خىل خاتا چۈشىنىش بېقىندىلىقنى مۇھەببەت دەپ قاراشتۇر. پسىخىكا دوختۇرلىرى كۆندە دېگۈدەك بۇ مەسىلىگە يولۇقىدۇ. ئۆلتۈرۈلۈشتىن قورقۇش، ئۆلتۈرۈلۈش بىلەن تەھدىت سېلىش، شۇنداقلا ھېسسىياتتىن رايى يېنىپ ئۈمىدسىزلىنىش چەكتىن ئېشىپ كەتكەن كىشىلەردە بۇ خىل خاتا چۈشىنىش ئەڭ كۆرۈنەرلىك بولىدۇ. ئۇلار: «جاندىن تويدۇم، ئېرىم (ئايالىم، ئوغۇل دوستۇم، قىز دوستۇم) بولمىسا، بۇنداق ياشىغىنىمنىڭ نېمە ئەھمىيىتى، مەن ئۇنى بەك ياخشى كۆرەتتىم.» دېيىشىدۇ. مەن ئۇلارغا: «سىز ھازىر دەپ ئۆتكەن ھالەت مۇھەببەت ئەمەس، بەلكى پارازىتلىق. سىز چوقۇم مەلۇم ئادەمگە تايىنىپ ئاندىن ھايات كەچۈرسىڭىز، سىز ئۇلارنىڭ تېنىدىكى پارازىت خالاس. سىلەرنىڭ ھېسسىياتىڭلاردا ئەركىنلىك يوق، سىلەرنىڭ بىرگە بولۇشۇڭلار پەقەتلا ئېھتىياج ئۈچۈن، مۇھەببەت ئەمەس. مۇھەببەت بىرخىل ئەركىن تاللاشتۇر. ياخشى كۆرۈشكەن ئادەملەر چوقۇم بىرگە ياشىشى ناتايىن، ئۇلار بىللە ياشاشنى تاللىغان خالاس» دېمەي تۇرالمايمەن.

بىر ئادەم باشقا بىرىنىڭ ھەقىقىي كۆڭۈل بۆلۈشىگە ئېرىشەلمەي، ئۆزىنى مۆكەممەلسىز چاغلاپ، نورمال تۇرمۇش كەچۈرەلمىگەن چاغدا بېقىندىلىق شەكىللىنىدۇ. قۇرامىغا يەتكەن ساغلام كىشىلەردىكى بېقىندىلىق پسىخىكىسىنى بىر خىل كېسەللىك ھالىتى دەپ قاراشقا بولىدۇ، بىراق بىز چوقۇم بېقىنىش بىلەن بېقىنىشقا ئىنتىلىشنى ئايرىۋېلىشىمىز كېرەك. ھەربىر ئادەمدە بېقىنىش ئېھتىياجى ۋە تەلپۈنۈشى

بولىدۇ، ھەر بىر ئادەم باشقىلارنىڭ كۆيۈنۈشىگە موھتاج، تېخىمۇ كۆچلۈك كىشىلەرنىڭ ئۆزىدىن خەۋەر ئېلىشىنى ئۈمىد قىلىدۇ؛ بىز قانچە كۈچلۈك، قانچە مەسئۇلىيەتچان بولۇپ كېتەيلى ھەم باشقىلارغا بېقىنىشقا موھتاج ئەمەستەك تاشقى قىياپەتكە كىرىۋېلىشقا قانچە تىرىشايلى، قەلبىمىزنىڭ چوڭقۇر قېتىدا هامان خاھىشىمىنى ئۆزگەرتىپ باقاي، باشقىلارغا تايىنىپ بېقىشمۇ يامان ئەمەسكەنغۇ دەپ ھېس قىلىمىز.

ياش ياكى پىشىش دەرىجىسىگە قارىماي، ھەر بىر ئادەم ھاياتىدا كىشىنى رازىمەنلىك ھېس قىلدۇرىدىغان ئاتا ياكى ئانا ئوبرازىنىڭ بولۇشىنى ئۈمىد قىلىدۇ، بىراق كۆپ ساندىكىلەر بۇ تۇيغۇنىڭ تۇرمۇشىغا ئىگىدارلىق قىلىشىنى خالىمايدۇ. بۇ تەرەپتىكى ئېھتىياج تۇرمۇشىنىڭ سۈپىتىنى شۇنداقلا كونترول قىلسا، ئۇ بىر خىل ساپ ئىنتىلىش بولماي قېلىپ، بېقىنىش مەسىلىسى كېلىپچىقىدۇ. پسىخولوگلار بېقىنىشنى پەيدا قىلىدىغان پىخسىك نورمالسىزلىقنى «پاسسىپ بېقىنىشچان مىجەز تەڭپۇڭسىزلىقى» دەپ ئاتايدۇ، بۇ بارلىق پسىخىك تەڭپۇڭسىزلىقلار ئىچىدە ئەڭ كۆپ كۆرۈلىدىغان بىر تۈرى. بېقىنىشچان ئادەم كۈنبويى ئالدىراش ھالدا باشقىلارنىڭ ئۆزىنى سۆيۈشىنى ئىزدەپ، باشقىلارنى پۈتۈن ۋۇجۇدى بىلەن سۆيمەيدىغان بوپقالىدۇ. بىر توپ ئاچ كىشىلەرگە ئوخشاش پەقەت باشقىلاردىن ئاشلىق تەلەپ قىلىدۇيۇ، ئۆزى ئازراقمۇ ئاشلىق چىقارمايدۇ. ئۇلارنىڭ قەلبىدە تەگسىز بىر ھاڭ بار، مەڭگۈ تولمايدۇ، مەڭگۈ قانائەت تۇيغۇسى بولمايدۇ، مەڭگۈ «ئاز بوپقالدى»لىق ھېس قىلىدۇ. ئۇلار غېرىبلىقتا بەرداشلىق بېرەلمەيدۇ، ئۆزىنى تېخىمۇ تونۇمايدۇ، پەقەت باشقىلار بىلەن بولغان مۇناسىۋەتكە تايىنىپ تۇرۇپ ئۆزىنى تەبىرلەيدۇ.

«مۇھەببەت ئېچىرقاقلىقى» كېسىلى

30 ياشلىق بىر ئەر، ئايالى ئىككى بالىسىنى ئېلىپ ئايرىلىپ كەتكەندىن كېيىن، ئۈچىنچى كۈنى ماڭا كۆرۈنگىلى كەپتۇ. ئايالى ئىلگىرى ئۇنىڭ ئۆزى ۋە بالىلىرىغا كۆڭۈل بۆلمىگەنلىكى ئۈچۈن ئۇنىڭغا ئايرىلىپ كېتىمەن دەپ ئۈچ قېتىم دەھدىت سالغانىكەن. ھەر قېتىم ئۇ ئۆتۈنۈپ، خاتالىقىنى ئۆزگەرتىشكە ۋەدە بېرىپ ئۇنىڭ قېپقېلىشىنى تىلەيدىكەن. بىراق ئۇنىڭ خاتالىقىنى تونۇتۇشى ئەزەلدىن بىر كۈنىڭ ئۇ تەرىپىگە ئۆتەلمەپتۇ، شۇڭا ئايالى بۇ قېتىم راستلا كېتىپتۇ.

ئۇ ئىككى كېچە-كۈندۈز ئۇخلىيالمىغان بولۇپ، غەمدىن تىترەپ، ياشلىرى توختىماي ئېقىپ، ئۆلۈۋېلىشنى ئويلىغان. ئۇششۇك تارتىپ تۇرۇپ: «ئائىلەمدىكىلەر بولمىسا ياشىيالمايمەن، مەن ئۇلارنى تولىمۇ سۆيەتتىم» دېدى.

مەن: «چۈشەنمىدىمغۇ، ئايالىڭىزنىڭ ئاغرىنىشلىرىنىڭ ھەممىسىنىڭ ئەمەلىيەت ئىكەنلىكىنى، سىزنىڭ ئەزەلدىن ئۇنىڭ ئۈچۈن ھېچقانداق ئىش قىلىشنى خالىمايدىغانلىقىڭىزنى دېدىڭىزغۇ، سىز خۇشال ھالدا ئۆيىڭىزگە قايتسىڭىز توغرا بولىدۇ، جىنسىيەت ۋە ھېسسىيات جەھەتتە سىز ئۇنىڭغا قەتئىي كۆڭۈل بۆلمەيدىكەنسىز، بىر نەچچە ئاي بالىڭىز بىلەن پاراڭلاشمايدىكەنسىز ھەم ئەزەلدىن ئۇلارغا ھەمراھ بولۇپ ئويناپ باقمىغانىكەنسىز. بۇنىڭدىن قارىغاندا، سىز بىلەن ئائىلىڭىزدىكىلەر ئوتتۇرىسىدا ھەقىقەتەن ھېسسىيات يوقكەن، ئۇلارنىڭ ئايرىلىپ كېتىشى سىزگە قىلچە تەسىرى بولمىسا ئاندىن توغرا بولاتتى» دېدىم.

ئۇ جاۋاب بېرىپ مۇنداق دېدى: «بىراق سىز چۈشەنمەمسىز؟ مەن

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
www.uyghurkitap.com

هازىر ھېچنېمە ئەمەس. مېنىڭ ئايالىم، بالام يوق، مەن ئۆزۈمنىڭ كىملىكىنى بىلمەيمەن. مەن بەلكىم ئۇلارغا كۆڭۈل بۆلمىگەن بولۇشۇم مۇمكىن، بىراق مەن ئۇلارنى سۆيىمەن، ئۇلار بولمىسا مەن ھېچنېمە ئەمەس.»

ئۇ ئۆزىگە بولغان بىلىشنى يوقاتقان ئەھۋال ئاستىدا، قاتتىق ئۈمىدسىزلەنگەندى، مەن ئۇنىڭغا ئىككى كۈندىن كېيىن كېلىشنى ئېيتتىم. مەن ئۇنىڭدا بۇنچە قىسقا ۋاقىت ئىچىدە ياخشىلىنىش بولۇشىنى كۈتمىگەندىم، لېكىن ئۇ قايتا كەلگەن چاغدا، خۇشاللىقىدىن سەكرىگەن پېتى ئىشخانامغا كىرىپ: «ھەممىسى ياخشى بولۇپ كەتتى!» دېدى.

مەن «ئايالىڭىز قايتىپ كەلدىما؟» دەپ سورىدىم.

ئۇ خۇشال ھالدا: «ياق تېخى، ئۇلاردىن خەۋەر يوق، بىراق مەن تۈنۈگۈن كەچتە قاۋاقخانىدا بىر ئايال بىلەن ئۇچرىشىپ قالدىم، ئۇ ماڭا ئۆزىنىڭ مېنى ياخشى كۆرىدىغانلىقىنى، يېقىندىلا ئېرىدىن ئاجرىشىپ كەتكەنلىكىنى ئېيتتى. بىزنىڭ بۈگۈن كەچتە ئۇچرىششىمىز بار. مەن ئۆزۈمنى يەنە مۇكەممەل ئادەمدەك ھېس قىلدىم، ئەمدى يېنىڭىزغا كېلىپ كۆرۈنۈشۈمنىڭ ھاجىتى قالمىدى» دېدى.

بۇ خىل سېھىرگەردەك ئۆزگىرىش پاسسىپ بېقىنىشقا گىرىپتار بولغۇچىلارنىڭ ئالاھىدىلىكى، ئۇلار بېقىنغىنىنىڭ كىم ئىكەنلىكىگە پەرۋا قىلمايدۇ، پەقەت بېقىنغۇدەك ئادەم بولسىلا بولىدۇ. باشقىلار ئۇلارغا بىر سالاھىيەت بەرسىلا، ئۇنىڭ نېمىلىكىگە دىققەت قىلمايدۇ. ئۇلارنىڭ ھېسسىيات مۇناسىۋىتى قارىماققا ناھايىتى قىزغىنىدەك كۆرۈنسىمۇ، ئەمەلىيەتتە تولىمۇ يۈزەكىدۇر. ئۇلار ئىچكى دۇنياسىدىكى بوشلۇقنى تولدۇرۇشقا ئالدىرايدۇ، كەلگەلەرنى رەت قىلمايدۇ.

ياش، چىرايلىق، ئەقىللىق ھەم باشقا جەھەتلەردىمۇ ناھايىتى ساغلام بىر قىز بولۇپ، 17 يېشىدىن 21 يېشىغىچە ئۆزىگە مۇناسىپ كەلمەيدىغان نۇرغۇن ئەرلەر بىلەن ئارقىمۇئارقا جىنسىي مۇناسىۋەتتە بولۇپتۇ، ئۇ شاللىنىشى بېكىتىلىپ بولغان ئەرلەرنى بىردىن-بىردىن ئالماشتۇرۇپتۇ. مەسىلە ئۇنىڭ ئۆزىگە ھەقىقىي ماس كېلىدىغان جۈپتىنىڭ

كۆرۈلۈشكە قەدەر تاقەت قىلالمىغانلىقىدا، ھەتتا ئۇنىڭغا قىزىقىدىغان بىر توپ ئەرلەرنىڭ ئىچىدىن تاللاش ئېلىپ بارالمىغانلىقىدا ئىدى. ئالدىنقى بىرى بىلەن ئەمدىلا ئايرىلغاندىن كېيىن، 24 سائەت ئىچىدە يەنە باشقا بىر ئەر بىلەن ئۇچراشقان. يېنىمغا داۋالانغىلى كەلگەندىمۇ: «ئۇ ئىشنى قىلىپ ھاراققا بېرىلىپ كەتتى، بىراق قابىلىيىتى ھەقىقەتەن ئۈستۈن ئىدى، يەنە كېلىپ مېنى بەك ئاسرايتتى، ئەمما بۇ قېتىم ھەممە ئاخىرلاشتى» دەپ سۆزلەپ كەتتى.

بىراق ئۇ ئەزەلدىن مۇۋەپپەقىيەت قازىنىپ باقمىغان. چۈنكى ئۇ ئوبيېكتنى توغرا تاللىمىغان، يەنە كېلىپ، قارشى تەرەپ ئاڭا بەك كىرىشىۋېلىپ، ھېسسىياتىنى ئىپادىلەشكە قىستىغان، كۈنبويى ئۇنىڭ بىلەن بىللىلا يۈرگەن. ئۇ ھەمىشە: «سىزنى ياخشى كۆرىمەن، سىزدىن ئايرىلالمايمەن» دەپ ئىشلىشكە دەخلى يەتكۈزگەن. ئۇنىڭ بۇ خىل ئىسكەنجىسىدىن ھەرقانداق ئەر زېرىكىدىكەن. ھەممە نەرسە بىر چۈقان بىلەنلا ئاخىرلاشقان، بىراق ئىككىنچى كۈنى باشتىن باشلانغان.

ئۈچ يىل داۋالاش ئارقىلىق بۇ ئايالدا ياخشىلىنىش بولدى. ئۇ ئۆزىنىڭ قابىلىيىتى ۋە ئىقتىدارىنى بايقىدى، مۇھەببەت ئېچىرقىشى بىلەن ھەقىقىي مۇھەببەتنى پەرقلەندۈردى. ئۇ ئۆزىنىڭ ئەنسىزلىكىنى تىزگىنلەپ، جىنسىيەت بىلەن ھېسسىياتنىڭ مۇناسىۋىتىنى توغرا تونىدى ھەم ئۆزىنىڭ ئېچىرقاش ۋە ئەنسىزلىك تۇيغۇسىنىڭ ئاخىرلاشقانلىقىنى، ئەمدى ئۆزىنىڭ ئىقتىدارىنى جارى قىلدۇرۇشنىڭ پۇرستى كەلگەنلىكىنى ئېتىراپ قىلدى.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى www.uyghurkitap.com

پاسسىپ بېقىندى خاراكتېر

بۇ خىل كېسەللىك ھالىتى «پاسسىپ» دېگەن سۆزگە بېقىنىدۇ. سەۋەبى شۇكى، بىمار باشقىلارنىڭ نېمە قىلغانلىقىنى ئويلايدۇ، ھالبۇكى، ئۆزىنىڭ نېمە قىلىۋاتقانلىقى ئۈستىدە ئويلانمايدۇ. بىر قېتىم مەن مۇشۇنداق بىمارلار ئۈمىكىگە رىياسەتچىلىك قىلغانىدىم، شۇ چاغدا ئۇلارنىڭ بەش يىلدىن كېيىنكى تۇرمۇش نىشانىنى سۆزلەپ بېقىشىنى تەلەپ قىلدىم. بىر قانچىسى ھېچكىم تىلغا ئېلىپ باقمىغان خىزمەت، سەنئەت ئىجادىيىتى، ئىجتىمائىيەت مۇلازىمىتى، لايىھە ۋە باللار مائارىپى توغرىسىدا سۆزلىدى. ئۇلارنىڭ لۇغىتىدە «تىرىشىش» دېگەن خەت يوق ئىدى. ئۇلار تەييارغا ئېرىشىشنىلا ئويلىغان. مەن ئۇلارغا: «سۆيۈلۈشنى نىشان قىلغانلار مۇۋەپپەقىيەت قازىنالمايدۇ، باشقىلارنىڭ سىزنى سۆيۈشى ئۈچۈن بىرلا ئۇسۇل بار، ئۇ بولسىمۇ سۆيۈشكە ئەرزىگۈدەك ئادەم بولۇش. ئەگەر ھاياتىڭىزدىكى ئەڭ چوڭ نىشان سۆيۈلۈش بولسا، ئۇنداقتا سىزنىڭ سۆيۈشكە ئەرزىگۈدەك ئادەم بولۇشىڭىز مۇمكىن ئەمەس» دېدىم. بۇ، بۇنداق بېقىندى كىشلەر ئەزەلدىن باشقىلار ئۈچۈن بىرەر ئىش قىلمايدۇ دېگەنلىكمۇ ئەمەس. بىراق ئۇلارنىڭ بىرەرسىگە يېقىنلىششى مەنپەئەتنى ئاساس قىلىدۇ، ھەرگىزمۇ ئۇلارغا كۆيۈنۈش ئۈچۈن ئەمەس. ئەگەر بۇنىڭ بىلەن مۇناسىۋەتسىز بولسا، ئىش ئاشۇنداق تەسلىشىپ كېتىدۇ. مەسىلەن: ئۇلار باشتا تىلغا ئېلىپ ئۆتكەن ئۆي سېتىۋېلىش، ئاتا-ئانىسىدىن ئايرىلىپ تۇرمۇش كەچۈرۈش، خىزمەت تېپىش، رازى بولمىغان خىزمەتتىن ئايرىلىش ياكى بىر خىل قىزىقىش بىلەن مەشغۇل بولۇشنىڭ ھەممىسىنى بەسى مۇشكۇل ئىش دەپ قارايدۇ.

نىكاھتا، ئەر-ئايال ئىش تەقسىماتىنىڭ بولۇشى تەبىئىي ئىش. تاماق ئېتىش، ئۆي يىغىشتۇرۇش، نەرسە-كېرەك سېتىۋېلىش ھەم بالىلارنىڭ ھالىدىن خەۋەر ئېلىشقا ئايال كىشى مەسئۇل بولىدۇ؛ پۇل تېپىش، ھېسابات باشقۇرۇش، چىملىقنى قىرقىش، كاشىلا چىققاننى رېمونت قىلىشقا ئەر كىشى مەسئۇل بولىدۇ. مۇكەممەل ماسلاشقانلارنىڭ ئوينايدىغان رولى بەزىدە تەبىئىيلا ئالمىشىدۇ. ئەر گاھىدا تاماق ئېتىپ، بالىلارغا ھەمراھ بولۇپ، ئۆي تازىلاپ، ئايالنى تۇيۇقسىز خۇشال قىلىۋەتسە، ئايالمۇ سىرتتا قوشۇمچە كىرىم قىلىش، يولدىشىنىڭ توغۇلغان كۈنىدە چىملىقنى قىرقىش ئارقىلىق ئېرىنى مەمنۇن قىلىدۇ. ئۇلار رول ئالماشتۇرۇشنى بىر مەيدان ئويۇندەك ھېس قىلىپ، تۇرمۇشقا خۇشاللىق قوشىدۇ. بىراق مۇھىم بولغىنى قانداق قىلىپ بىلىپ-بىلمەستىنلا ئۇلارنىڭ ئۆزئارا يۆلىنىۋېلىشنى ئازايتىش، مەلۇم مەنىدىن ئېيتقاندا، ئۇلار ئۆزلىرىنى چېنىقتۇرۇۋاتقاندا مۇبادا قارشى تەرەپنى يوقىتىپ قويسا قانداق ياشاشتۇر.

بىراق پاسسىپ يۆلىنىۋالىدىغان كىشى قارشى تەرەپنى يوقىتىپ قويۇشنى بىر قورقۇنچلۇق ئىش دەپ قارىۋالىدۇ، ئۇلارنىڭ ئەزەلدىن بۇنداق ئىشقا تەييارلىق قىلىشقا ئامالى يوق، ھەتتا ھەرقانداق يۆلىنىۋېلىش دەرىجىسىنىڭ تۆۋەنلەپ كېتىشىنى ھەم قارشى تەرەپكە تېخىمۇ كۆپ ئەركىنلىك بېرىشنى قوبۇل قىلالمايدۇ. شۇڭا پاسسىپ يۆلىنىۋېلىش شەكلىدىكى نىكاھتا، رولنىڭ بۆلۈنۈشى ئىنتايىن قاتتىق، ئۆزئارا يۆلىنىشنى كۈچەيتىشنى مەقسەت قىلىشلا بولىدىكەن، نىكاھنى چۈشەپ قويىدۇ. بۇنداق بولغاندا، ئېغىزدىن چۈشۈرمەيۋاتقان «مۇھەببەت» ئەمەلىيەتتە «يۆلىنىش»تىن باشقا نەرسە ئەمەس، ئەركىنلىك ۋە مۇستەقىللىق ئاساسەن مەۋجۇت بولمايدۇ. بەزى پاسسىپ يۆلىنىۋالىدىغانلار نىكاھتىن كېيىن ئۇلار توي قىلىشتىن بۇرۇن ئۆگەنگەن ماھارەتلىرىنى پۈتۈنلەي تاشلايدۇ. ئايالنىڭ ماشىنا ھەيدىسە «بولمايدىغان»لىقى مۇشۇ خىل ئەھۋال ئاستىدا دائىم كۆرۈلىدىغان ئەگەشمە كېسەللىكتۇر. ئۇنىڭ ئەزەلدىن ماشىنا ھەيدەشنى ئۆگىنىپ باقمىغانلىقى بىر ئەھۋال، كىچىككىنە بىر كۆتۈلمىگەن ۋەقەدىن كېيىن، ماشىنا ھەيدەشتىن

www.uyghurkitap.com

قورقىدىغان بولۇپ قېلىشى، شۇنىڭ بىلەن قايتا ماشىنا ھەيدىمەسلىكى يەنە بىر خىل ئەھۋال. شەھەر ئەتراپىدىكى ئائىلىلەرگە نىسبەتەن ئېيتقاندا، بۇ خىل قورقۇش ئەرنى پۈتۈنلەي ئايالىغا باغلاپ قويۇشقا يېتەرلىك، چۈنكى ئۇ بولمىسا، ئايالى ھېچيەرگە بارالمايدۇ. ئەر چوقۇم مال سېتىۋېلىش مەسئۇلىيىتىنى ئۈستىگە ئېلىشى ياكى ئۇنىڭ شوپۇرى بولۇشى كېرەك. بۇ خىل شەكىلدىكى ئەندىزە ھەمىشە ئىككى تەرەپنىڭ تايىنىش ئېھتىياجىنى قاندۇرالىغاچقا، ئۇلارنىڭ بۇنى بىر خىل كېسەللىك ھالىتى دەپ قاراپ ئۇنى بىر تەرەپ قىلىشى يوق گەپ.

مەن ئىلگىرى خېلى ئوقۇمۇشلۇق بىر بانكىرغا، ئۇنىڭ ئايالىنىڭ 46 ياشقا كىرگەندە تۇيۇقسىز قورقۇش سەۋەبلىك قايتا ماشىنا ھەيدىمەس بولۇپ قالغانلىقىغا قارىتا، بۇنىڭدا تەكشۈرۈشكە ئەرزىگۇدەك بىر پسىخىكا ئامىلى بولۇشى مۇمكىن دەپ تەكلىپ بەرگەن. ئۇ جاۋاب بېرىپ: «ئۇنداق ئەمەس، دوختۇرنىڭ دېيىشىچە، بۇ ھەيز توختاش بىلەن مۇناسىۋەتلىك ئىكەن، بۇنىڭغا نېمە ئامال» دېدى. بۇ ئايال ئېرى ئىشتىن چۈشكەندىن كېيىن، ئۇنىڭ يەنە ئۆزى ۋە باللارنى ئېلىپ كېتىشكە ببېرىشى كېرەكلىكىنى، بۇنىڭ بىلەن ئۇنىڭ ئالدىراش بولۇپ كېتىپ، ئاشنا تېپىۋېلىشى ياكى ئۆزىگە يۈزسىزلىك قىلىشقا ۋاقتى قالمايدىغانلىقىنى بىلىدۇ. بۇ ئۇنىڭغا ناھايىتى چوڭ بىخەتەرلىك تۇيغۇسى بېرىدۇ. يەنە بىر تەرەپتىن، ئەرمۇ ئۆزى بولمىسا ئايالىنىڭ قىيىن ئەھۋالغا چۈشۈپ قالىدىغانلىقىنى، شۇڭا ئايالىنىڭمۇ ئېرىنى تاشلىۋېتىشكە پۇرسەت يوقلۇقىنى بىلىدۇ-دە، ئۆزىمۇ ناھايىتى بىخەتەر ھېس قىلىدۇ. گەرچە پاسسىپ يۆلىنىۋالىدىغان نىكاھ ئۆزئۆن داۋاملاشسىمۇ ھەم كاپالەتلىك بولسىمۇ، بىراق بۇ مۇكەممەللىكتىن دېرەك بەرمەيدۇ، ئۇنىڭدا ھەقىقىي مۇھەببەتنىڭ بولۇشىمۇ ناتايىن. ئەركىنلىكنى بىخەتەرلىك تۇيغۇسىنىڭ بەدىلى قىلىۋالسا، نىكاھ مۇناسىۋىتى ئەكسىچە ھەرقايسى ئەزالارنىڭ ئۆسۈپ يېتىلىش پۇرسىتىنى ۋەيران قىلىۋېتىدۇ. ئەر-ئايال بىمارىمغا: «پەقەت كۆچلۈك ھەم مۇستەقىل ئىككى شەخس بولغاندىلا ئاندىن گۈزەل نىكاھنى قۇرۇپ چىققىلى بولىدۇ» دەپ كۆپ قېتىم نەسىھەت قىلدىم.

سۆيۈش ئىقتىدارىنىڭ كەملىكى

پاسسىپ يۆلىنىۋېلىش سەۋەبى مۇھەببەتنىڭ كەملىكىدۇر. بۇنىداق ئادەملەر بالىلىق چاغلىرىدا، ئاتا-ئانىسى ئۇلارغا يېتەرلىك غەمخورلۇق قىلماي، ئۇلارنىڭ ئىچكى دۇنياسىدا زور بوشلۇق تۇيغۇسى شەكىللەندۈرۈپ قويغان. ئۆسۈپ يېتىلىش مەزگىلىدىكى كەملىك ۋە مۇكەممەلسىزلىكنى بېشىدىن كەچۈرۈش ئۇلارنىڭ ئىچكى دۇنياسىنىڭ چوڭقۇر يېرىدە «مېنىڭ ئېرىشكىنىم تېخى يېتەرلىك ئەمەس» دېگەن تۇيغۇنى پەيدا قىلىدۇ، بۇنداق ئادەملەر دۇنيانىڭ پىخسىقلىقىنى پەرەز قىلغىلى بولمايدۇ دەپ قارايدۇ، يەنە تېخى ئۆزىنىڭ سۆيۈلۈش سالاھىيىتىنىڭ بار-يوقلۇقىدىن گۇمانلىنىدۇ. شۇڭا ئۇلار تەخىرسىزلىك بىلەن مۇھەببەت تەلەپ قىلىدۇ ۋە ۋاستە تاللىماستىن بارلىق كىشىلىك مۇناسىۋەتنى ساقلايدۇ ۋە تىزگىنلەيدۇ، نەتىجىدە مۇھەببەتنىڭ ئېھتىماللىقىنى يوققا چىقىرىدۇ.

مۇھەببەت بىلەن ئۆزىنى كونترول قىلىش تەڭ مەۋجۇت بولۇشى كېرەك، پەرزەنتلىك ئەر-ئاياللاردا ئۆزىنى كونترول قىلىش كەمچىل بولسا بولمايدۇ، ئۇلارنىڭ پەرزەنتلىرىدىمۇ ھەمىشە ئۆزىنى كونترول قىلىشنى ئۆگىنىش پۇرسىتى بولمايدۇ، پاسسىپ يۆلىنىۋالغۇچىلارنىڭ زىيادە يۆلىنىۋالىدىغان خاھىشىنى بىر خىل خاراكتېر نورمالسىزلىقىنىڭ ئالامىتى دەپ قاراشقا بولىدۇ. پاسسىپ تايىنىۋالغۇچىلار پەقەت قاندۇرۇشقا ئېرىشىشنىلا تەلەپ قىلىدۇ، سەمىمىيەتنى ھېچنېمىگە تەڭ قىلمايدۇ، بىر بۆلەك ھېسسىياتى يىمىرىلىش گىردابىغا بېرىپ قالسىمۇ ۋاز كەچمەيدۇ. تېخىمۇ يامان بولغىنى، ئۇلار ئۆزىگە مەسئۇل بولۇشنى خالىمايدۇ، ھەتتا پەرزەنتلىرىنىڭ مەسئۇل بولۇشنى تەلەپ قىلىشقا قارىماي ئۆزىنى خۇش

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
www.uyghurkitap.com

قىلىدۇ ۋە قانائەت تاپقۇزىدۇ. چۈنكى ئۇلار ھەممىنى باشقىلارنىڭ مەسئۇلىيىتى دەپ تونۇيدۇ، شۇڭا ئۇلار دائىم ئۈمىدسىزلىك ھېس قىلىدۇ، باشقىلارنىڭ ئۇلارنى خۇش قىلىش ۋە قانائەت تاپقۇزۇش مەسئۇلىيىتىنى ئادا قىلماسلىقى ئۇلارنىڭ نەپرىتىنى قوزغايدۇ.

بىر خىزمەتدىشىم بولۇپ دائىم:«باشقىلارغا يۆلىنىۋېلىش ئەڭ چاتاق ئىش، ئۇنداق قىلغاندىن كۆرە خىروئىنغا يۆلەنگەن ياخشى. پەقەت مال مەنبەسى ئۈزۈلۈپ قالمىسىلا، ئۇ مەڭگۈ سىزنى ئۈمىدسىزلەندۈرمەيدۇ، ئۇ چوقۇم سىزنى خۇشاللاندۇرىدۇ. بىراق باشقىلاردىن ئۆزىڭىزنى خۇشال قىلىشنى تەلەپ قىلسىڭىز، ھامان سىزنى ئۈمىدسىزلەندۈرىدۇ» دەيتتى. ئەمەلىيەتتە نۇرغۇن پاسسىپ يۆلىنىۋالغۇچىلارنىڭ زەھەر ياكى ھاراق خۇمارى بولىدۇ. ئۇلاردا بىرخىل «خۇمارلىق خاراكتېر» بار. ئۇلار باشقىلارغا خۇمار بولسا، مەڭگۈ قانائەت تاپماستىن باشقىلاردىن ئۆزىگە كېرەكلىك بولغان نەرسىلەرنى سۈمۈرىدۇ، باشقىلار تەمىنلەشنى شۇنداقلا رەت قىلسا، ئۇلار دائىم ھاراق بوتۇلكىسى ياكى ئىشپىرىسقا يۈزلىنىپ، ئۇلارنى ئادەمنىڭ ئورنىدىكى سەپلىمە بۇيۇم قىلىۋالىدۇ.

خۇلاسىلىسەك، گەرچە يۆلىنىۋېلىش ئادەمنى كۆچلۈك ھالدا باشقا بىر ئادەمگە يېقىنلاشتۇرۇپ، قارىماققا مۇھەببەتتەك كۆرۈنسىمۇ، ئەمەلىيەتتە ئىككىسىنىڭ ئاسمان-زېمىن پەرقى بار. يۆلىنىۋېلىش ئاتا-ئانىنىڭ مۇھەببەت ئىقتىدارىنىڭ كەم بولۇشىدىن كېلىدۇ ھەمدە بۇ خىل مەغلۇبىيەتنى داۋاملاشتۇرىدۇ. ئېلىشىنىلا ئويلاش، بەرگۈسى كەلمەسلىك پىسخىكىنى بوۋاقلىق مەزگىلىدىلا توختىتىپ قويىدۇ، يېتىلمەيدۇ. ئۇ چەكلەش ۋە بوغۇشتىن ھاسىل بولغان بولۇپ، ئەركىنلىكنى ئۆلتۈرۈپ تاشلايدۇ. ئۇ پەقەت كىشىلىك مۇناسىۋەتكە بۇزغۇنچىلىق قىلىدۇ، ئورناتمايدۇ، ئۇ بۇنىڭ ئىچىگە كىرگەن بارلىق ئادەمنى نابۇت قىلىدۇ.

مۇھەببەت بىر خىل باغلىنىشتۇر

بىز دائىم مەلۇم كىشى جىنى يوق جىسىم ياكى ھەرىكەتلەرگە ئاشىق دەيمىز، مەسىلەن: «ئۇ ھوقۇققا ئاشىق»، «ئۇ گۈلچىلىكنى سۆيىدۇ»، «ئۇ پۇلغا ئامراق»، «ئۇ گولف توپ ئويناشنى ياخشى كۆرىدۇ» دېگەندەك. ئەگەر بىر ئادەم ھەر ھەپتىدە ھەر 70 — 80 سائەت خىزمەت قىلسا پۈتۈن نىيىتى بىلەن تېخىمۇ كۆپ پۇل ۋە ئىمتىيازغا ئېرىشىشنى ئويلىسا، ئەلۋەتتە بۇ جەھەتتە ئادەتتىكى سەۋىيەدىن يۇقىرى بولغان نەتىجىگە ئېرىشىشى مۇمكىن، بىراق پۇل ۋە ئىمتىيازنىڭ جۇغلىنىشى ھەرگىزمۇ ئۆزىنى مۇكەممەللەشتۈرگەنگە باراۋەر ئەمەس. بىز يەنىلا بىر قۇرۇق قول ئىگىلىك تىكلىگەن كارخانا ماگناتىنى «بۇرنىنىڭ ئۇچىنىلا كۆرىدىغان پىخسىق» دەپ تەنقىدلىشىمىز مۇمكىن. ئۇ پۇل ۋە ھوقۇقنى قانچە ياخشى كۆرۈشىدىن قەتئىينەزەر، ھېچكىم ئۇنى مېھرىلىك دەپ قارىمايدۇ، چۈنكى بۇنداق ئادەملەرگە نىسبەتەن ئېيتقاندا، بايلىق ۋە ئىمتىياز ئەڭ ئاخىرقى نىشان، ھەرگىزمۇ قەلبنىڭ يېتىلىشىنى قوغلىشىدىغان ۋاستە ئەمەس.

مۇھەببەتنىڭ بىردىنبىر ھەقىقىي نىشانى قەلبنىڭ يېتىلىشى ياكى ئىنسانىيەتنىڭ ئىلگىرىلىشىدۇر.

قىزىقىشقا كىرىشىش بولسا ئۆزىنى پەرۋىش قىلىدىغان بىر خىل پائالىيەت. ئۆزىنى سۆيۈش بىلەن بىرگە، ئۆزىگە قەلب بىلەن مۇناسىۋىتى بولمىغان تەركىبلەرنى ھەم بېرىشى كېرەك. ئاۋۋال ئۆزىمىزنىڭ جىسمىنى ياخشى ئاسرىشىمىز، تاماق ۋە كىيىم-كېچەكلەرنى ياخشى بىر تەرەپ قىلىشىمىز كېرەك؛ قەلبنى تەرەققىي قىلدۇرۇشتىن سىرت يەنە ئارام

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئېلىشىمىز ۋە سەگەكلىكىمىز، ھەرىكەت قىلىشىمىز، دىققىتىمىزنى چېچىشىمىز كېرەك. ئەۋلىيا بولسىمۇ ئۇيقۇغا موھتاج بولىدۇ، شۇڭا قىزىقىشنى يېتىلدۈرۈشمۇ ئۆزىنى سۆيۈشىنىڭ بىر خىل شەكلى. ئەگەر قىزىقىش ئۆزىنى مۇكەممەللەشتۈرۈش نىشانىنىڭ ئورنىنى ئالسا، ئۇنىڭ ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

بەزىدە قىزىقىشنىڭ ياخشى كۆرۈشىنىڭ سەۋەبى بولۇپ قېلىشى، ئۇنىڭ ئۆزىنى تەرەققىي قىلدۇرۇشنىڭ ئورنىنى ئالالايدىغانلىقىدا كۆرۈلىدۇ. گولف توپ ئويناشنى ئېلىپ ئېيتساق، بەزىدە بايقايمىزكى، ياشتا چوڭلار كېيىنكى ئۆمرىنىڭ ئەڭ يۇكسەك نىشانىنى تېخىمۇ ئاز كالتەك سانى بىلەن بىر مەيدان ئويۇننى ئويناپ بولۇش قىلىپ بېكىتىدۇ. ئۇلار ئىشىنىدۇكى، تەنھەرىكەت جەھەتتىكى ئىلگىرىلىشى ئۇلارنىڭ ئادەم بولۇش جەھەتتە ئاللىقاچان توختاپ قالغانلىقىدەك ئەمەلىيەتنى ئاغدۇرۇپ تاشلايدۇ. ئەگەر ئۆزىنى كۆپرەك سۆيسە، بۇنداق يۈزەكى نىشان بىلەن ئۆزىنى ئالدىمايدۇ.

يەنە بىر جەھەتتە، پۇل ۋە ھوقۇق ئارقىلىق مۇھەببەتنى چىقىش نۇقتىسى قىلغان نىشانغا يېتىش مۇمكىن ئەمەس دېگىلىمۇ بولمايدۇ. بەزىلەر سىياسىيغا كىرىشىپ، ئۆزىنىڭ سىياسىي تەسىرىگە تايىنىپ، ئىنسانىيەتنىڭ بەخت-سائادىتىنى قولغا كەلتۈرۈشىنى ئۈمىد قىلىدۇ. بەزىلەر جان تىكىپ پۇل تېپىپ، پەرزەنتلىرىنى ئالىي مەكتەپتە ئوقۇتۇش ياكى تېخىمۇ كۆپ ئەركىنلىك ۋە ۋاقىتنى سېتىۋېلىپ، ئۆگىنىش ياكى تەپەككۇرغا كىرىشىپ، قەلبىنىڭ يېتىلىشىگە ئوقايلىق يارىتىدۇ. بۇ ئادەملەر ھوقۇق ياكى پۇلنىلا سۆيمەستىن يەنە ئادەمنىمۇ سۆيىدۇ.

مۇھەببەتتىن ئىبارەت مەنىسى چىگىش بۇ سۆزنى قالايمىقان ئىشلىتىش بىزنىڭ مۇھەببەتنىڭ ھەقىقىي مەنىسىنى چۈشىنىشىمىزگە توسقۇنلۇق قىلىدۇ. مەن تىلدا بۇ خىل ئۆزگىرىش بولۇشىنى پەرەز قىلالمايمەن، بىراق پەقەت ئادەتتىكى كىشىلەر مۇھەببەت ئارقىلىق داۋاملىق ئۆزى بىلەن ئۆزى قەدىرلەيدىغان ئىش ئوتتۇرىسىدىكى مۇناسىۋەتنى سۈپەتلەپ ئادەتلىنىپ، مۇناسىۋەت سۈپىتىنى ئويلاشمىسا، ئاقىللىق بىلەن نادانلىق، ئاق كۆڭۈللۈك بىلەن رەزىللىك، ئېسىللىك بىلەن

پەسلىكنى پەرقلەندۈرۈش ئىزچىل قىيىن بولىدۇ.

بۇ بابتا تىلغا ئېلىنغان ئېنىقلىمىنى ئېلىپ ئېيتساق، ناھايىتى ئېنىقكى، بىز سۆيىدىغان ئوبيېكت چوقۇم *ئادەم*، چۈنكى ئادەمتىنكى بويىچە چۈشەنگەندە پەقەت ئىنسان قەلبىنىڭلا يېتىلىش ئىقتىدارى بولىدۇ، بۇ خۇددى بىر ئىت باققانغا ئوخشايدۇ. ئۇنى ئادەم ئورنىدا كۆرۈپ، قورسىقىنى باقىمىز، يۇيۇندۇرىمىز، ئەركىلىتىمىز، ئويۇن ئۆگىتىمىز؛ ئاغرىپ قالغاندا ھەممە ئىشنى تاشلاپ، ھايۋاناتلار دوختۇرىغا ئاپىرىپ كۆرسىتىمىز؛ مۇبادا ئۆلۈپ قالسا ياكى يوقاپ كەتسە، بىر ئائىلە كىشىلىرى ئاتا-ئانىسىدىن ئايرىلىپ قالغاندەك قايغۇغا چۆمىمىز. دەرۋەقە، مەلۇم يەككە-يېگانە ئادەملەرگە نىسبەتەن ئېيتقاندا، ئۇلارنىڭ ياشىشىنىڭ نىشانى ئەرمەك ھايۋاندۇر، ئەگەر بۇنى مۇھەببەت دېمىسەك، ئۇنداقتا نېمىنى مۇھەببەت دەيمىز؟

بىراق ئادەم بىلەن ئادەم ئارىسىدىكى مۇناسىۋەت ھەرگىزمۇ ئادەم بىلەن ئەرمەك ھايۋان ئارىسىدىكى مۇناسىۋەتكە ئوخشىمايدۇ. بىرىنچىدىن، بىزنىڭ ئەرمەك ھايۋان بىلەن ئالاقىلىشىشىمىز تولىمۇ چەكلىك بولۇپ، ئۇنىڭ نېمىنى ئويلاۋاتقانلىقىنى بىلمەيمىز. بەزىلەر دائىم ئۆزىنىڭ ئويى ياكى تۇيغۇسىنى ئەرمەك ھايۋان ئۈستىگە قويۇپ، ئۇلارنى سىرداش قىلماقچى بولىدۇ، بىراق ئەمەلىيەتتە بۇنداق بولمايدۇ. ئىككىنچىدىن، بىز پەقەت ئۇلار ئىتائەتمەن بولغاندىلا ئاندىن ئۇلارنى ياخشى كۆرىمىز، ئەگەر ئۇلار بىز بىلەن قارشىلاشسا، ھەتتا خىرىس قىلسا، شۇ زامان ئۇنىڭ بىلەن كارىمىز بولمايدۇ. ئۇلارنىڭ سەزگۈرلۈكىنى ئاشۇرماقچى بولساق، كۆندۈرۈش مەكتىپىگە ئاپىرىپ بېرىشتىن باشقا ئامالىمىز يوق. بىراق ئادەملەرگە نىسبەتەن، ئۇلاردا مۇستەقىل ئىرادىنىڭ بولۇشىغا يول قويۇشىمىز كېرەك، ھەقىقىي مۇھەببەتنىڭ بىر چوڭ ئالاھىدىلىكى قارشى تەرەپنىڭ ئۆزىگە ئىگە بولۇش خاراكتېرىنى تەرەققىي قىلدۇرۇشنى ئۈمىد قىلىشتۇر. ئەڭ ئاخىرقى بىر نۇقتا، ئەرمەك ھايۋاننى بېقىشىمىزدىكى چىقىش نۇقتىمىز ئۇنىڭ مەڭگۈ چوڭ بولماي بىزگە ھەمراھ بولۇشىنى ئۈمىد قىلىش، ئەھمىيەت بېرىدىغىنىمىز ئۇلارنىڭ بىزگە

يۈلىنىش دەرىجىسىدۇر.

نۇرغۇن ئادەمنىڭ باشقىلارنى ھەقىقىي سۆيگۈدەك ئىقتىدارى يوق، ئۇلار پەقەت ئەرمەك ھايۋانىنىلا «سۆيۈش»نى بىلىدۇ. ئىلگىرى ئامېرىكىلىق ئەسكەرلەر گېرمانىيەلىك، ئىتالىيەلىك، ياپونىيەلىك «ئۇلجا كېلىنلەر»گە ئۆيلەنگەن، ئاڭلىماققا ناھايىتى رومانتىك بىلىنىدىغان دۆلەت ھالقىغان نىكاھتا، ئوغۇل-قىز ئىككى تەرەپ ئىلگىرى ھەقىقىي تىل بىلەن پىكىر ئالماشتۇرۇپ باقمىغان، كېلىن ئىنگلىزچە سۆزلەشنى ئۆگەنگەندىن كېيىن، نىكاھ يىمىرىلىشكە باشلايدۇ. ھەربىي ئەر ئۆزىنىڭ ئۆيى، تويغۇسى، ئىستىكىنى ئايالىنىڭ ئۇستىگە قويسا بولمايدۇ. بەلكى ئەرمەك ھايۋانغا مۇئامىلە قىلغاندەك ئۇلارنى ئۆزى بىلەن قەلبداش ھېس قىلىدۇ. ئايالى ئىنگلىز تىلىنى ئۆگەنگەندە، ئەر ئاندىن ئۇلارنىڭ ئۆز قارىشى ۋە چۈشەنچىسى بارلىقىنى بايقايدۇ، ھايات نىشانى بەلكىم ئۇنىڭكى بىلەن قىلچە ئوخشاش بولماسلىقى مۇمكىن. بەزىلەر مۇشۇ پەيتتىن باشلاپ ھېسسىيات يېتىلدۈرۈشكە باشلايدۇ، بىراق كۆپ ساندىكى كىشىلەرگە نىسبەتەن ئېيتقاندا، بۇ ھەممىنىڭ ئاخىرلاشقانلىقىدۇر.

ئازادلىقنى تەشەببۇس قىلىدىغان ئايال ئەرنىڭ ئەرمەك ھايۋانى چاقىرىدىغان نامنى ئىشلىتىپ ئۇلار بىلەن سۆزلىشىشكە كۈچلۈك قارشى تۇرىدۇ، چۈنكى ئۇنىڭ ھېسسىياتى بەلكىم راستلا پۈتۈنلەي ئايالنى ئەرمەك ھايۋان دەپ كۆرۈش ئاساسىغا قۇرۇلغان بولۇشى، ئايالنىڭ ھەقىقىي قابىلىيىتى ۋە مۇستەقىل خاراكتېرىگە قىلچە ھۆرمەت قىلماسلىقى مۇمكىن.

تېيىز «ئانا مۇھەببىتى»

نۇرغۇن ئانىنىڭ بالىسىنى پەقەت بوۋاق ئورنىدا كۆرۈپ سۆيۈشى ئەڭ ئېچىنىشلىق مىسالدۇر. بۇنداق ئانىلار ئىنتايىن كۆپ كۆرۈلىدۇ. ئۇلار بالىسى ئىككى ياشقا كىرىشتىن بۇرۇن لاياقەتلىك ئانا، بالىلارغا ھەسسىلەپ كۆيۈنىدۇ، بالىلارنىڭ ھالىدىن خەۋەر ئېلىشتا ئازراقمۇ بىپەرۋالىق قىلمايدۇ. بىراق ئەھۋال ناھايىتى تېزلا پۈتۈنلەي ئۆزگىرىدۇ، بالىدا شۇنداقلا ئۆزىنىڭ ئىرادىسى پەيدا بولسا، گەپ ئاڭلىماسلىقا باشلايدۇ، خالىغانچە جېدەل قىلىدۇ، باشقىلارغا قىلىق كۆرسىتىشكە باشلايدۇ، سىرتتىن ئۆزگىچە تەۋە دۇنيانى ئىزدەيدۇ، بۇ ۋاقىتتا ئانىنىڭ مۇھەببىتى چېپپىدە توختايدۇ، يەنە پۈتۈن دىققەت-نەزىرىنى ئۇنىڭغا قاراتمايدۇ، ھەتتا ئۇنىڭدىن بىزار بولىدۇ. ئادەتتە بۇ چاغدا ئۇ قايتا قورساق كۆتۈرۈشكە، باشقا بىر بوۋاقى، باشقا بىر ئەرمەك ھايۋىنى بولۇشقا ئىنتىلىدۇ. ئەگەر مۇۋەپپەقىيەت قازانسا، پۈتۈن جەريان يەنە قايتا كېلىدۇ. بولمىسا، ئۇ قوشنىسىغا ياردەملىشىپ بوۋاقىدىن خەۋەر ئېلىشىپ بېرىشكە رازىكى، ئۆزىنىڭ بالىسىنى چۈشىنىشكە ھۇرۇنلۇق قىلىدۇ. ئانىسىنىڭ ئەركىلىتىشىدىن مەھرۇم بولغان بۇنداق چوڭ بالىلار خۇشال بولمايدۇ، باشقىلارنىڭ بوۋاقىغا نەزىرىنى بېرىۋاتقان ئانىلار بولسا بۇنىڭدىن بىخەۋەر. بۇ خىل ھادىسە قۇرامىغا يەتكەندىن كېيىن ئۇمىدسىزلىك ۋە پاسسىپ يۆلىنىۋېلىش خاراكتېرىنىڭ پەيدا بولۇشىدىكى ئاساسلىق سەۋەب. بوۋاققا، ئەرمەك ھايۋانغا ياكى نېمە دېسە ماقۇل دەيدىغان جۈپتىگە بولغان مۇھەببەتنى ئاتىلىق ياكى ئانىلىقتا بولىدىغان تەبئىي ئىقتىدار دېيىشكە بولىدۇ، بۇ خىل قىلىق «ھېسسىيات تورىغا چۈشۈش» كە بەك ئوخشايدۇ.

ئۇ تىرىشىشقا موھتاج ئەمەس، بىر خىل ئىرادىنىڭ تاللىشىدىن ئۆتكەن قىلىق ئەمەس، قەلبنىڭ يېتىلىشىگىمۇ قىلچە پايدىسى يوق، شۇڭا ھەقىقىي مۇھەببەت دەپ ھېسابلاشقا بولمايدۇ. گەرچە بۇ خىل ھېسسىيات تەرىپىدىنمۇ يېقىن بولغان كىشىلىك مۇناسىۋەتنى تۇرغۇزۇلۇپ، ھەقىقىي مۇھەببەتنىڭ تەرەققىي قىلىش ئاساسى بولسىمۇ، بىراق مۇكەممەل ھەم يارىتىش كۈچىگە باي نىكاھ، ساغلام ھەم پىسخىكىسى پىشقان پەرزەنتنى تەربىيەلەش ياكى ئىنسانىيەتنى ئىلگىرىلىتىش قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى تېخىمۇ كۆپ باشقا نەرسىلەرگە موھتاج.

بالىسىنى مەكتەپ ماشىنىسىدا ئولتۇرغۇزمايدىغان ئانىنى مىسالغا ئالساق، ئۇ بالىسىنى ماشىنا بىلەن ئۆزى ئاپىرىپ-ئەكېلىشتە چىڭ تۇرىدۇ، بۇنى ئەلۋەتتە مېھرىبانلىق دېيىشكە بولمايدۇ، بىراق بۇ مېھرىبانلىق پايدىسىز بولۇپلا قالماستىن، ئەكسىچە ئۇنىڭ قەلب يېتىلىشىگە زىيانلىق. يەنە مەسىلەن: زىيادە سەمرىپ كەتكەن بالىغا يېمەكلىكنى زورلاپ بېرىش، بىر سېۋەت ئويۇنچۇق ياكى بىر ئىشكاپ كىيىم-كېچەك ئېلىپ بېرىش، بارلىق ئاتا-ئانىلار بالىسىنىڭ ھەرقانداق تەلىپىنى قاندۇرۇشلارنىڭ ھەممىسى چاپىقنى ئالىمەن دەپ قارىغۇ قىلىپ قويۇشتىن باشقا نەرسە ئەمەس. مۇھەببەت پەقەت بېرىشلا ئەمەس، ئۇ بېرىش ۋە بەرمەسلىك مۇۋاپىق بولۇش بولۇپ، مۇۋاپىق ماختاش ۋە مۇۋاپىق تەنقىد قىلىش؛ مۇۋاپىق تالىشىش، قارشىلىشىش، ئىلھاملاندۇرۇش، ئۈندەش، تەسەللى بېرىش بولۇپ، بۇلار توغرا رەھبەرلىك تاكتىكىسىدۇر. ئاتالمىش مۇۋاپىقلىق بىر خىل ھۆكۈم قىلىش، پەقەت بىۋاسىتە سېزىمىغىلا تايىنىشقا بولمايدۇ، چوقۇم ئويلىنىش ۋە قىسمەن ھاللاردا بىئاراملىق كەلتۈرگەن تەقدىردىمۇ بەزى قارارلاردىن ۋاز كېچىش كېرەك.

ئۆزلۈكنىڭ قۇربان بولۇشى

ناموۋاپىق ياكى بۇزغۇنچىلىق خاراكتېرىدىكى مېھرىبانلىقنىڭ ئارقا كۆرۈنۈشى، غەرىزى ۋە تۈرلىرى ناھايىتى كۆپ، بىراق ھەممىسى بىر ئورتاق ئالاھىدىلىككە ئىگە: «بەرگۈچى» مۇھەببەتنىڭ ساختا نىقابى ئاستىدا، پەقەت ئۆزىنىڭكىنى قاندۇرۇشنى تەلەپ قىلىدۇ، قارشى تەرەپنىڭ قەلبىنىڭ ھەقىقىي ئېھتىياجىغا ئەسلا ئېرەن قىلمايدۇ.

بىر باستىر ماڭا كۆرۈنگىلى كەلدى، ئايالى ئاستا خاراكتېرلىك چۈشكۈنلىشىشكە گىرىپتار بولۇپ، ئىككى بالىسىمۇ ئالىي مەكتەپتىن چېكىنىپ، ھېچ ئىش قىلماي پىسخىكىلىق داۋالىنىۋېتىپتۇ. گەرچە ئائىلىدىكى ھەممەيلەننىڭ «كېسەللى بار» بولسىمۇ، ئۇ دەسپىلىدە، ئۇلارنىڭ كېسەللىنىڭ ئۆزى بىلەن مۇناسىۋىتى بار دەپ قارىمايتتى. ئۇ دەيدۇكى:«مەن قولۇمدىن كېلىشىچە ئۇلارنىڭ ھالىدىن خەۋەر ئالىمەن، ئۇلارغا ياردەملىشىپ مەسىلىنى ھەل قىلىمەن، ئويغاقلا بولىدىكەنمەن ئۇلارغا كۆڭۈل بۆلىمەن.»

ئىگىلىشىمىزچە، ئۇ گەرچە ئۇلار چوقۇم مۇستەقىللىقنى ئۆگىنىشى كېرەك دەپ قارىسىمۇ، ھەقىقەتەن ئايالى ۋە بالىلىرىنىڭ تەلەپلىرى ئۈچۈن پايپېتەك بولىدىكەن. بىراق يەنىلا ئىككى ئوغلىغا يېڭى ماشىنا ئېلىپ بېرىپتۇ ھەمدە يەنە ئۇلار ئۈچۈن سۇغۇرتا ھەققى تاپشۇرۇپتۇ. ئۇ شەھەرگە كىرىشتىن ئىنتايىن بىزار، ئوپېرانى ئاڭلىغان ھامان مۈگدەك باسىدىغان بولسىمۇ، بىراق ھەر ھەپتە ئايالىنى ئېلىپ شەھەرگە كىرىپ، ئوپېرا ياكى ئويۇن كۆرىدىكەن. ئۇنىڭ خىزمەت بېسىمى خېلى ئېغىر بولسىمۇ، بىراق ئۇلارنىڭ ئۆي يىغىشتۇرۇش، تازىلاش بىلەن كارى بولمىغاچقا، ئۇ ئۆيگە

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

قايتقان ھامان ئۆي يىغىشتۇرۇش بىلەن بولۇپ كېتىدىكەن.

مەن ئۇنىڭدىن سورىدىم:«سىز پۈتۈن كۈن ئۇلار ئۈچۈن ھېلى بۇنى ھېلى ئۇنى قىلىدىكەنسىز، چارچىمامسىز؟» ئۇ: «ئەلۋەتتە چارچايمەن، بىراق مېنىڭ يەنە قانداق تاللىشىم بار؟ مەن بەك چوڭقۇر سۆيگەچكە ئۇلار بىلەن كارىم بولمىسا بولمايدۇ. ئۇلارنىڭ ئېھتىياجىلا بولىدىكەن، مەن چوقۇم ئامال قىلىپ قاندۇرىمەن. بەلكىم ئەقىللىق ئەمەستۇرمەن، لېكىن ھېچبولمىدى دېگەندىمۇ يېتەرلىك مۇھەببەت ۋە غەمخورلۇقۇم بار» دەپ جاۋاب بەردى.

قىزىقى، ئۇنىڭ دادىسى بەلگىلىك نام-ئابرويغا ئىگە ئىلىم ئەھلى، لېكىن ھەممە يەردە باشقىلارغا قانات سۆرەپ يۈرىدىغان، ھاراقكەش، ئائىلىسىدىكىلەرنىڭ ئۆلۈپ تىرىلىشى بىلەن كارى بولمايدىغان ئادەم ئىكەن. بىمارىم ئاستا-ئاستا كىچىك ۋاقتىدا دادامغا قەتئىي ئوخشىمايدىغان، مېھىر-شەپقەتلىك بىر ئائىلە باشلىقى بولىمەن دېگەن ۋەدىسىنى ئېسىگە ئالدى. ئۆزىنىڭ بۇ ئوبرازىنى ساقلاپ قېلىش ئۈچۈن ئىنتايىن ئوبيېكتىپ بەدەللەرنى تۆلىگەنلىكىنى بايقىدى، ئۇنىڭ بارلىق قىلمىشى، باستىر بولۇش قاتارلىقلاردىن تارتىپ ھەممىسى مۇشۇ ئوبرازنى مەركەز قىلىدۇ. بىراق ئۇ ئائىلىسىدىكىلەرنى ئىقتىدارسىز قىلىپ قويغىنىغا ھېچ ئەقلى يەتمەيدۇ. ئۇ ئايالىنى ئىزچىل «ئاسلىنىم»، قۇرامىغا يەتكەن ئوغۇللىرىنى «قوزام» دەپ چاقىراتتى. ئۇ گاڭگىرىغان ھالدا: «مېنىڭ مۇھەببىتىم دادامغا بولغان قارشىلىقىم ئاساسىغا شەكىللەنگەن بولسا نېمە بوپتۇ؟ بۇ مېنىڭ ئۇنىڭغا ئوخشاش رەھىمسىز، مەسئۇلىيەتسىز بولۇشۇم كېرەكلىكىنى بىلدۈرمەيدۇ-دە!»

ئەمما ئۇ چوقۇم مۇھەببەتنىڭ ئەمەلىيەتتە بىر خىل ئىنتايىن مۇرەككەپ پائالىيەت ئىكەنلىكىنى، ھېسسىياتنىلا ئەمەس كاللىنىمۇ ئىشلىتىش كېرەكلىكىنى چۈشىنىۋېلىشى كېرەك. ئۇ دادامغا ئوخشىمايدىغان ئادەم بولىمەن دېگەن ئوي بىلەن مۇھەببەتنىڭ ئېلاستىكلىقىدىن پۈتۈنلەي ۋاز كەچكەن. ئۇ چوقۇم بەزىدە بەدەل تۆلىمەسلىكنىڭ خاتا پەيتتە بېرىشكە قارىغاندا تېخىمۇ مۇۋاپىق بولىدىغانلىقىنى، ئائىلىدىكىلەرنىڭ

مۇستەقىللىق ئىقتىدارىنى يېتىلدۈرۈشنىڭ ئەمەلىيەتتە ئۆزلىرىنىڭ ھالىدىن خەۋەر ئېلىش ئىقتىدارى بار بولغان ئۇلاردىن ئىنچىكە خەۋەر ئېلىشقا سېلىشتۇرغاندا، تېخىمۇ كۆپ مېھرىبانلىققا موھتاج ئىكەنلىكىنى چۈشىنىشى كېرەك. ئۇ تەلىپىنى، غەزىپىنى، نارازىلىقى ياكى ئارزۇسىنى بىلدۈرۈشنىڭ ئائىلىسىدىكىلەرنىڭ پىسخىكا ساغلاملىقىغا بولغان مۇھىملىقىنىڭ ئۆزىنى قۇربان قىلىشتىن قېلىشمايدىغانلىقىنى ئايدىڭلاشتۇرۇۋېلىشى كېرەك. مۇھەببەت شەرتسىز قوبۇل قىلىشلا ئەمەس بەلكى يەنە توقۇنۇش ۋە مەنپەئەتنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

ئۇ ئۆزگىرىشكە باشلىدى، ئەمدى بالىسىنىڭ ئارقىسىدىن شاپاشلاپ يۈرمەيدۇ، ئۇلارنىڭ ئائىلە ئىشلىرىغا ياردەملەشمىگەنلىكىگىمۇ ئاشكارا ھالدا خۇيلىنىدۇ؛ ئەمدى ئۇلارنىڭ ئورنىدا سۇغۇرتا ھەققى تاپشۇرماي، ئۆزىنىڭ يۈكىنى ئۆزى كۆتۈرۈشنى تەلەپ قىلىدۇ؛ نيۇيورك بازىرىغا بېرىپ تىياتىر كۆرۈشكە ئايالىنى يالغۇز بېرىشقا بۇيرۇيدۇ. ئۇ ئەمدى ھەممىگە يار-يۆلەك بولماستىن، تەلەپلا بولسا بەجا كەلتۈرۈۋەرمەستىن، «ئەسكى ئادەم» بولۇشقا باشلايدۇ. تەلەيگە يارىشا ئۇنىڭ بۇرۇنقى قىلمىشلىرى گەرچە ئۆزىنى قاندۇرۇشنى چىقىش نۇقتىسى قىلىشنى مۇددىئا قىلغان بولسىمۇ، بىراق مۇھەببەت ئىقتىدارىنى تېخى يوقاتقىنى يوق، بۇ ئىقتىدار ئۇنىڭ ئۆزگىرىشىنىڭ ھەرىكەتلەندۈرگۈچ كۈچى. باشلىنىپلا ئايالى نارازى بولغان، بىراق ئۇزۇن ئۆتمەي، بىر ئوغلى ئالىي مەكتەپكە قايتىپ ئوقۇدى، يەنە بىرى خىزمەت تېپىپ، سىرتتىن ئۆزى ئىجارە ئالغان ئۆيىگە كۆچۈپ كەتتى. ئايالىمۇ مۇستەقىللىقنىڭ ياخشى تەرىپىنى بايقاپ، ئۆزىنىڭ شەكلى بىلەن قايتىدىن يېتىلىشكە باشلىدى. باستىرىنىڭ خىزمەت ئۈنۈمى يۇقىرىلاپلا قالماستىن تۇرمۇشىمۇ خۇشاللىققا چۆمدى.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

خارلاش ۋە خارلىنىشنىڭ ئارىسىدا

ئازغان مۇھەببەت بۇ باستىرنى خارلىنىش ئەسەبىيلىكىنىڭ گىرۋىكىگە ئاپىرىپ قويىدى. خارلاش ئەسەبىيلىكى بىلەن خارلىنىش ئەسەبىيلىكى ئادەتتە جىنسىي بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ، گىرىپتار بولغۇچى باشقىلارنى ئازابلىغاندا ياكى ئازابلانغاندا، جىنسىي ھوزۇرلىنىش پەيدا بولىدۇ، بىراق جىنسىي خورلاش بىلەن خارلىنىش ئەسەبىيلىكى روھىي پاتولوگىيەدە ناھايىتى ئاز كۆرۈلىدۇ، بىر قەدەر كۆپ كۆرۈلىدىغىنى ئىجتىمائىي تىپتىكى خارلاش ۋە خارلىنىش ئەسەبىيلىكى بولۇپ، كېسەللىك ئەھۋالىمۇ تېخىمۇ ئېغىر بولىدۇ. گىرىپتار بولغۇچى ئىختىيارسىز ھالدا جىنسىي بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولغان كىشىلىك مۇناسىۋەتتە قارشى تەرەپكە زىيانكەشلىك قىلىشنى ئۈمىد قىلىدۇ ياكى زىيانكەشلىككە ئۇچرايدۇ.

تېپىك ئەھۋال ئاستىدا، بىر ئايال ئېرىنىڭ تاشلىۋېتىشى بىلەن تولىمۇ چۈشكۈنلۈك ھېس قىلىپ، پىسخىك دوختۇرلىرىدىن ياردەم سورايدۇ. توختىماستىن ئېرىنىڭ توگىمەس خارلاشلىرىدىن، ئۆزىگە كۆڭۈل بۆلمەي، سىرتتا باشقا ئاياللار بىلەن ئاپاق-چاپاق بولغانلىقىدىن، كۆكتات سېتىۋالىدىغان پۇلنى ئۆتتۈرىۋەتكەنلىكىدىن، خۇشال بولسا ئاندىن ئۆيگە قايتىدىغانلىقىدىن، مەست پېتى ئۆيگە قايتقاندا ئۇنى ئۇرىدىغانلىقىدىن، ھازىر ئاخىرى روژدېستۋا بايرىمىنىڭ ھارپا كۈنىدە ئۇ ۋە بالىلىرىنى تاشلاپ، بولۇپمۇ مۇشۇ كۈنى تاللاپ چىقىپ كەتكەنلىكىدىن باتنايدۇ.

يېڭىياچى پىسخىك دوختۇر ئادەتتە بۇ تۈردىكى ھېكايىلەرگە ئالاھىدە ھېسداشلىق قىلىدۇ، لېكىن ئىچكىرىلىگەن ھالدا بىلىش

ھېسداشلىقلارنى ئاللىقاياقلارغا تارقىتىۋېتىدۇ. ئاۋۋال، دوختۇر خارلاش ھالىتىنىڭ 20 يىلدىن ئۇزاقراق داۋاملاشقانلىقىنى، ئاردا، بۇ ئايال ئېرى بىلەن ئىككى قېتىم ئاجرىشىپ، ئىككى قېتىم ياراشقانلىقىنى، بۇنىڭدىن سىرت سان-ساناقسىز جېدەللىشىشلەر ۋە ئەپلىشىپ قېلىشلارنىڭ بولغانلىقىنى بايقايدۇ. بىر ئىككى ئاي ئۇنىڭ قايتىدىن ئورنىدىن دەس تۇرۇشىغا ياردەم بەرگەن تىرىشچانلىقىدىن كېيىن، مەلۇم كۈنى ئەتىگەندە، بىمار خۇشلۇقىدىن قىن-قىنىغا پاتماي دوختۇرنىڭ ئىشخانىسىغا يۈگۈرۈپ كىرىپ: «ئېرىم قايتىپ كەلدى. تۈنۈگۈن كەچتە ئۇ ماڭا تېلېفون قىلىپ، مەن بىلەن كۆرۈشمەكچى ئىكەنلىكىنى ئېيتتى، ئاخىرى مەندىن ئۇنى قايتۇرۇپ كېتىشىمنى تەلەپ قىلدى، ئۇ خاتالىقىنى تۈزىتىپ قايتىدىن ئادەم بوپتۇ، شۇڭا مەن ئۇنىڭ قايتىپ كېلىشىگە قوشۇلدۇم» دېدى. دوختۇر بۇ ئەھۋالنى ئاللىبۇرۇن مۆلچەرلەپ بولغانىدى، بۇنداق ئەھۋالنى كۆرۈپ شۇنى ھېس قىلدىكى، ھەممىنىڭ ئۆتمۈشتىكى خاتالىقنى قايتىلاش خالاس ئىكەنلىكىنى كۆرسىتىپ ئۆتتى، ئۇنىڭ ئۈستىگە ئۇ يالغۇز تۇرمۇش كەچۈرۈشنىڭ ناھايىتى ياخشى ئىكەنلىكىنى ئەمدىلا ھېس قىلغان ئەمەسمۇ؟ بىمار:«بىراق مەن ئۇنى سۆيىمەن. سىز مۇھەببەتنى ئىنكار قىلسىڭىز بولمايدۇ-دە!» دەپ جاۋاب بەردى. ئەگەر دوختۇر ئۇنىڭدىن ئاتالمىش «مۇھەببەت»نىڭ خاراكتېرىنى ئېچكىرىلىگەن ھالدا مۇنازىرە قىلىشنى تەلەپ قىلسا، داۋالاش شۇ يەردىلا توختاپ قالىدۇ.

بۇ قانداق بولغىنى؟ ھەرقانچە ئويلاپمۇ ئۇنى چۈشىنەلمەيدىغان دوختۇر داۋالاشنىڭ ھەر بىر كىچىك باسقۇچلىرىنى ئەسلەپ باقىدۇ، ئۇ ئايالنى كۆپ يىللاردىن بېرى ئېرىنىڭ خارلىشىغا ئۇچرىغاندىكى ھېسسىياتنى ئەسكە ئالدۇرماقچى بولىدۇ، خۇددى ئۇنىڭدىن بىر ھۇزۇرغا ئېرىشىدىغاندەك. تۇيۇقسىز ئۇنىڭ كۆڭلىدە بىر غەلىتە ئوي پەيدا بولدى: بۇ ئايالنىڭ ئېرىنىڭ ئۇنى بۇنچە خورلىشىغا چىدىشى، ھەتتا ئۆزىنى شۇ تورغا تاشلىشى پۈتۈنلەي ئۇنى ياخشى كۆرگەنلىكى سەۋەبىدىنمىدۇ؟ لېكىن قانداق مۇددىئا ئاساسىدا بولغاندۇ؟ ئۇنىڭ خارلىنىشتىن خۇش بولۇشىنىڭ سەۋەبى ئۇمۇرۋايەت ئەخلاق جەھەتتىكى بىر خىل ئەۋزەللىك تۇيغۇسىنى

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئىزدەۋاتقانلىقىدىنمىدۇ؟ ئۇنىڭ قىلىق ھالىتى ئاللىقاچان شۇنى ئاشكارىلىدى: ئۇ ئازابلىق مۇھىتتىن ئەۋزەللىك تۇيغۇسىنى قوبۇل قىلىدۇ، ئەڭ ئاخىرىدا ئىبرى قايتىپ كېلىپ ئۇنىڭ قېلىشىنى تەلەپ قىلغاندا، يەنە ئەكسىچە بىر خىل خورلانغان ھوزۇرغا ئېرىشىدۇ، ئۇنىڭ تۆۋەن تۇرقى ئۇنىڭ ئەۋزەللىكلىكىنى بەلگىلىگەن، ئۇ ئىبرىنىڭ كۆچۈكلىنىشىدىن جاۋاب قايتۇرۇشىنىڭ خۇشاللىقىدىن ھوزۇرلىنىدۇ.

ئادەتتە بۇ خىلدىكى ئاياللار باللىق دەۋرىدىن باشلاپلا ئاھانەتكە تويۇپ كەتكەچكە، بۇ ئۆزلىرىنى ئەخلاقتا باشقىلاردىن ئۈستۈن تۇتۇشقا مەجبۇرلاپ قويىدۇ، ئۇلار شۇنىڭدىن ئاQچە روھىي غالىبىيەتچىلىك ھوزۇرىغا ئېرىشىدۇ. ئەكسىچە، بۇ روھىي ھالەت ئېغىر كۆپ ئۇۋالچىلىق ۋە خارلاشنىڭ ھەسسىلەپ پەرۋىش قىلىشىغا موھتاج. بۇنىيا بىرگە كۆلۈپ باققاندا جاۋاب قايتۇرۇش پىسخىكىسى قۇرۇلمايدۇ، جاۋاب قايتۇرۇشنى تۇرمۇشنىڭ نىشانى قىلغۇزۇش ئۈچۈن چوقۇم زىيانكەشلىككە ئۇچرىغان تۇيغۇنى قايتا-قايتا كۆچەيتىپ، ئۆچ ئېلىش روھىي ھالىتىنى داۋاملاشتۇرۇش كېرەك. خارلىنىش ئەسەبىيلىكى خارلاشقا چىداشنى مۇھەببەتنىڭ بىر ئىپادىسى دەپ قارايدۇ، بىراق ئەمەلىيەتتە بۇ ئۇلارنىڭ جاۋاب قايتۇرۇش ھوزۇرىنى ئىزدىشىنىڭ زۆرۈر شەرتى بولۇپ، ئۇنىڭ غەرىزى مۇھەببەت ئەمەس نەپرەت.

خارلاشقا ئۇچرىغان ئەسەبىينىڭ مەسىلىسى مۇھەببەت بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولغان، ئۆزىنى قۇربان قىلىشنى مۇھەببەت دەپ قاراشتىن ئىبارەت خاتا قاراشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. تىپىك بولغان خارلانغان ئەسەبىي بۇ قاراشقا ئاساسەن خارلاشقا چىداشنى ئۆزىنى قۇربان قىلىش دەپ قارايدۇ، مۇنداقچە ئېيتقاندا مۇھەببەت دەپ بىلىدۇ. ئۇنىڭدىكى ئۆچمەنلىكنى بولسا تامامەن يوققا چىقىرىدۇ.

ھېلىقى ئائىلىسى ئۈچۈن ھەممىنى قۇربان قىلغان باسترەدەك، ئۆزىنىڭ غەرىزىنى ئىزچىل ئائىلىسىدىكىلەر ئۈچۈن ياخشى دەپ قارايدۇ، ئۆزىنىڭ قىلىقلىرىنىڭ ئۆزلۈك ئوبرازىغا ھەقىقىي باغلانغانلىقىنى پۈتۈنلەي بىلمەيدۇ. بىز مەلۇم ئىشنى قىلغىنىمىزنى «باشقىلار ئۈچۈن ياخشى

بولسىكەن» دەۋالىمىز، مەلۇم خىل شەكىل ئارقىلىق ئۆزىمىزنىڭ مەسئۇلىيىتىدىن قاچىمىز. بۇنداق قىلىشىمىزنىڭ سەۋەبى ئۇ بىزنى ئەڭ بەك قانائەتلەندۇرەلەيدۇ. بىز باشقىلار ئۈچۈن نېمىلا ئىش قىلمايلى، ھەممىسى ئۆزىمىزنىڭ ئېھتىياجىنى قاندۇرۇش ئۈچۈن.

بىز باشقىلارنى چىن كۆڭلىمىزدىن سۆيىمىز، چۈنكى بىز سۆيۈشىمىز كېرەك. بىزنىڭ پەرزەنت تەربىيەلىگەنكىمىز بالىغا موھتاج بولغانلىقىمىزدىن، ئۇلارنى سۆيۈشىمىز قەلبىگە مۇھەببەت-تولۇپ تاشقان ئاتا-ئانىغا ئايلىنىشىمىز كېرەكلىكىدىن. مۇھەببەت ھەقىقەتەن بىر ئادەمنى ئۆزگەرتەلەيدۇ، لېكىن ئۇ ئۆزلۈكنى قۇربان قىلىش ئەمەس، بەلكى ئۆزىنى مۇكەممەللەشتۇرۇشتۇر. ھەقىقىي مۇھەببەت ئۆزلۈكنى تېخىمۇ تولۇقلايدۇ. مەلۇم مەنىدىن ئېيتقاندا، مۇھەببەتمۇ ناھايىتى شەخسىيەتچى، چۈنكى ئۇنىڭ قوغلىشىدىغىنى ئۆزلۈكنىڭ كېڭىيىشى. شەخسىيەتچىلىك ۋە ئىنكار ھەقىقىي مۇھەببەتكە ھۆكۈم قىلىدىغان ئۆلچەم ئەمەس. ھەقىقىي مۇھەببەت مەڭگۈ قەلبنىڭ يېتىلىشىنى قوغلىشىدۇ، مۇشۇلا بىردىنبىر ئۆلچەم، ئۇنىڭدىن باشقىسى ھەقىقىي مۇھەببەت ئەمەس.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

مۇھەببەت ھەرىكەتلىنىشتۇر

مۇھەببەت تۇيغۇ ئەمەس، ھەرىكەتتۇر. نۇرغۇن ئادەم مۇھەببەت تۇيغۇسىغا ئەگىشىپ ماڭىدۇ، قىلغان ئىشىدا بولسا مۇھەببەتكە تەۋە ھېچنېمە يوق، ھەتتا تېخى بۇزغۇنچىلىققا ئىگە. لېكىن ھەقىقىي بىر مۇھەببەتلىك ئادەم ئۆزى ياخشى كۆرمەيدىغان ياكى بىزار بولىدىغان ئادەمگە يۈزلەنسىمۇ، مۇھەببەتكە تولۇپ-تاشالايدۇ ۋە قۇرۇلۇشچان پوزىتسىيەنى ساقلىيالايدۇ.

مۇھەببەت تۇيغۇسى بىلەن «مەپتۇنلۇق» ئەگىشىپلا كېلىدۇ. مەپتۇنلۇق سىرتقى ئوبيېكتنىڭ بىزگە نىسبەتەن تەدرىجىي مۇھىملىشىش جەريانى ئىكەنلىكىنى ئېيتىپ ئۆتكەن. بىز باغلىنىشتىن ئاتالمىش «مۇھەببەت ئوبيېكتى»غا زېھنىمىزنى بېرىش ئارقىلىق ئۇنى بىزنىڭ بىرقىسمىمىز ئورنىدا كۆرۈۋالىمىز. مۇھەببەت شۇنىڭ ئۈچۈن خاتا ھالدا تۇيغۇ دەپ خاتا چۈشىنىلىپ قالىدۇكى، بىز بەزىدە پۈتۈنلەي مەپتۇن بولۇشنى مۇھەببەت دەپ قارىۋالىمىز.

ئىككىسىنىڭ ئوتتۇرىسىدا ناھايىتى كۆپ ئوخشاشلىق بولغاچقا، ئايرىلاشتۇرىۋېتىشتىن ساقلىنىش قىيىن، لېكىن يەنە ئېنىق پەرقىمۇ بار. بىرىنچىدىن، مەپتۇن بولۇش ئوبيېكتى نوقۇل جانلىقلا بولمايدۇ، شۇڭا قەلبىنىڭ بولۇشىمۇ ناتايىن. بىر ئادەم پۈتۈن ۋۇجۇدى بىلەن پاي چېكىگە ياكى ئۈنچە-مەرۋايىتقا بېرىلىش مۇمكىن، بىراق چىقىش نۇقتىسى مۇھەببەت ئەمەس. ئىككىنچىدىن، بىز باشقا يەنە بىر ئادەمگە مەپتۇن بولغاندا، ئۇنىڭ قەلب تەرەققىياتىغا كۆڭۈل بۆلۈشىمىزنىڭ زۆرۈرىيىتى يوق. يۆلىنىۋالغۇچى ئەكسىچە ئوبيېكتنىڭ ئۆسۈپ يېتىلىشىگە باغلىنىپ

قىلىشتىن قورقىدۇ. ئوغلىنى تولۇق ئوتتۇرىغا چىققۇچە ماشىنىدا ئاپىرىپ قويىدىغان ھېلىقى ئانىغا ئوخشاش ئېنىقكى، پۈتۈن دىققىتى بالىسىغا مەركەزلەشكەن. ئۇنىڭغا ناھايىتى ئەھمىيەت بېرىدۇ-يۇ، ئۇنىڭ قەلب يېتىلىشىگە سەل قارايدۇ. ئۇچىنچىدىن، باغلىنىش دەرىجىسى ئادەتتە ئەقىل ۋە بېغىشلاش بىلەن مۇناسىۋەتسىز. قاۋاقخانىدا تۇنجى قېتىم ئۇچراشقان ناتونۇش ئەر بىلەن ئايالمۇ ئۆزئارا باغلىنىپ قېلىشى مۇمكىن، بىراق ئۇلار شۇ چاغدا پۈتۈنلەي جىنسىي قاندۇرۇشنى تەلەپ قىلىشنى مەقسەت قىلغان بولۇشى مۇمكىن. ئەڭ ئاخىرىدا، باغلىنىش تۈتۈرۇقسىز بولغاچقا، ئۇزۇن داۋاملىشالمايدۇ، قاۋاقخانىدا تاسادىپىي ئۇچرىشىپ قالغانلار ئىشتىن كېيىن قارشى تەرەپنىڭ ھېچقانداق جەلپ قىلىش كۈچىنىڭ يوقلۇقىنى ھېس قىلىشى مۇمكىن. باغلىنىش خالىغان چاغدا تۈيۈقسىز غايىب بولۇشى مۇمكىن.

www.uyghurkitap.com

غەمخورلۇق ۋە بېغىشلاش

بىز مۇھەببەت دەپ خاتا چۈشىنىۋېلىنغان نۇرغۇن نەرسىلەرنى مۇھاكىمە قىلدۇق، ئەمدى مۇھەببەتنىڭ نېمە ئىكەنلىكىنى مۇنازىرە قىلىمىز.

مۇھەببەت تېرىشچانلىقا موھتاج. ئۆزىنى مۇكەممەللەشتۈرۈش بىر قەدەم ئارتۇق ياكى بىر ئىنگلىز مىلى كۆپ يول ماڭغانغا ئوخشاش، ھەممىسى تۇغما بولىدىغان ئېرىنچەكلىك ۋە قورقۇنچنى چىقىش قىلغان ئۆزىنى قاچۇرۇش پسىخىكىسىغا خىلاپتۇر. ئۆزىنى مۇكەممەللەشتۈرۈش ياكى ھورۇنلۇقنى تاشلاش ئۈچۈن تىرىشىش، قورقۇنچنىڭ ئالدىدا يەنىلا تىك تۇرۇش ئۈچۈن جاسارەت كېرەك بولىدۇ. شۇڭا مۇھەببەتنى تېرىشىش ياكى جاسارەتنىڭ بىر خىل شەكلى دېيىشكە بولىدۇ. ئۇ ئۆزىمىز ياكى باشقىلارنىڭ قەلب يېتىلىشى ئۈچۈن كۆرسەتكەن تىرىشىش ھەم ئىپادىلىنىپ چىققان جاسارەتتۇر.

بىز مۇھەببەتتىن باشقا نىشانلىرىمىز ئۈچۈن تىرىشساق ياكى جاسارىتىمىزنى جارى قىلدۇرساق بولىدۇ، شۇڭلاشقا بارلىق تىرىشىش ياكى جاسارەتنىڭ ھەممىسىنىلا مۇھەببەت دەپ كەتكىلى بولمايدۇ، بىراق مۇھەببەتتە چوقۇم تىرىشىش ۋە جاسارەتنىڭ تۈسى بولىدۇ. بۇ ئىككى تۈرلۈك ئامىلنى ئۆزىدە ھازىرلىمىغان ئىشنىڭ مۇھەببەت بولۇشى ناتايىن.

مۇھەببەتتىكى ئەڭ ئاساسلىق تىرىشىش غەمخورلۇق قىلىش، بىز باشقا بىر ئادەمنى سۆيگەن ۋاقتىمىزدا قارشى تەرەپكە كۆڭۈل بۆلىمىز، ئۇنىڭ ھالىدىن تەپسىلىي خەۋەر ئالىمىز، ئۇسۇپ يېتىلىشىگە ياردەم بېرىمىز. بۇنداق قىلىشتا چوقۇم غەرەزلىرىمىزنى بىر ياققا قايرىپ قويۇپ،

تەشەببۇسكارلىق بىلەن پىسخىك ھالىتىمىزنى تەڭشىشىمىز كېرەك.

غەمخورلۇق ئىستەكنى چىقىش قىلغان ئىچكى ئېرىنچەكلىكنى يىلتىزىدىن يوقىتىدىغان بىر خىل ھەرىكەتتۇر. داڭلىق پىسخولوگ روللومېي ئىلگىرى مۇنداق دېگەن: «ئەگەر بىز بارلىق زامانىۋى پىسخىك ئانالىزى قورالىنى ئىشلىتىپ، ‹ئادەمنىڭ ئىستىكى› دىن ئىبارەت بۇ نەرسىنى ئانالىز قىلساق، ئىستەك ئاساسىنىڭ غەمخورلۇق ياكى ئۆزۈنۈش ئىكەنلىكىنى بايقايمىز. ئىستەكنى ئىجرا قىلىش ئېھتىياجلىق بولغان تىرىشچانلىق ئەمەلىيەتتە بەدەل ۋە غەمخورلۇق قىلىشتۇر. ئەمەلىي ئىستەكتە ئەڭ مۇھىم بولغىنى قەلبىنىڭ روشەنلىكىنى ساقلاش، يەنى غەمخورلۇقنىڭ فوكۇس نۇقتىسىنى ساقلاشتۇر.

غەمخورلۇقنىڭ ئەڭ كۆپ كۆرۈلىدىغان مۇھىم شەكلى كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلاشتۇر. بىز نۇرغۇن ۋاقتىمىزنى سەرپ قىلىپ باشقىلارنىڭ گېپىنى ئاڭلايمىز، لېكىن كۆپ قىسمى ئىسراپچىلىق، چۈنكى كۆپ ساندىكى كىشىلەر كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلاشنى ئۆگىنەلمەيدۇ. بىر كارخانا پىسخولوگى ئىلگىرى ماڭا مەكتەپ بالىلىرىغا تۇرلۇك پەنلەرنى ئۆگىتىشكە سەرپ قىلىنغان ۋاقىت ئۇلار چوڭ بولغاندىن كېيىن ئۆگەنگەن شۇ بىلىملىرىنى ئىشلىتىش پۇرسىتى بىلەن تەتۈر تاناسىپ بولۇپ قالىدۇ، دېگەنىدى. مەسىلەن: بىر كارخانا مەسئۇلى ھەر كۈنى ماتېرىيال كۆرۈشكە بىر سائەت، باشقىلار بىلەن پاراڭلىشىشقا ئىككى سائەت، باشقىلارنىڭ گېپىنى ئاڭلاشقا سەككىز سائەت ۋاقىت سەرپ قىلىدۇ، بىراق مەكتەپتە بولسا كۆپ قىسىم ۋاقىت بالىلارغا ئوقۇشنى ئۆگىتىدىغان ۋاقىت كۆپ بولۇپ، سۆزلەشنى ئۆگىتىدىغان ۋاقىت ئىنتايىن ئاز، كۆڭۈل قويۇپ قانداق ئاڭلاشنى بولسا ئاساسەن ئۆگەتمەيدۇ.

مەن مەكتەپنى دەرسلەرنى چوقۇم قورامىغا يەتكەندىن كېيىنكى ئىشلىتىش پۇرسىتىگە ئاساسەن ئورۇنلاشتۇرۇشى كېرەك دەپ قارىمايمەن، بىراق كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلاش ماھارىتىنى ئۆگىتىشنىڭ ئاقىلانىلىك ئىكەنلىكىگە ئىشىنىمەن، چۈنكى ئۇ كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلاشنى تېخىمۇ ئوڭايلاشتۇرۇشى ناتايىن، بىراق ھېچبولمىغاندا بالىلارغا باشقىلارنىڭ

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

گېپىنى ئوبدان ئاڭلاشنىڭ ئاسان ئىش ئەمەسلىكىنى چۈشەندۈرۈپ قويىدۇ. كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلاش غەمخورلۇقنىڭ ئىپادىسى بولۇپ، پۈتۈن زېھىن بىلەن بېرىلىش كېرەك. كۆپ ساندىكى كىشىلەر مۇشۇ نۇقتىنى چۈشەنمىگەچكە ياكى ئەجىر قىلىشنى خالىمىغاچقا، باشقىلارنىڭ گېپىنى ئەستايىدىللىق بىلەن ئاڭلاشقا قادىر بولالمايدۇ.

يېقىندا مەشھۇر بىر كىشىنىڭ دىن بىلەن پسىخولوگىيەنىڭ مۇناسىۋىتىنى مۇھاكىمە قىلغان لېكسىيەسىنى ئاڭلىغىلى باردىم. مەن بۇ تېمىغا بەك قىزىققاچقا ھەم ئاز-تولا خەۋىرىم بولغاچقا، بۇ كىشىنىڭ مۇپەسسەل ئىستېداتقا ئىگە ئىكەنلىكىنى دەرھال ئاڭلاپ ئۇلگۇردۇم. ئۇ تەمىنلىگەن ھەر خىل مىساللاردىن ئۇ كىشىنىڭ ھەقىقەتەن تىرىشچان، ناھايىتى كۆپ ئابستراكت ئۇقۇملارنى ئاڭلىغۇچىلارغا يەتكۈزۈشنى ئۈمىد قىلىدىغان ئادەم ئىكەنلىكىنى ھېس قىلىپ يەتتىم. مەن ئالاھىدە ئىشتىياق بىلەن ئاڭلىدىم، ئۇ بىر يېرىم سائەت سۆزلىدى، ئۇنىڭ گەپلىرىنى ئاڭلاپ سوغۇق زالدىمۇ چىلىق-چىلىق تەرلەپ كەتتىم. ئۇ سۆزلەپ بولغاندىن كېيىن، ئۆزۈمگە كەلگۈدەك بولسام، بوينۇم ئۇيۇشۇپ، بېشىم لوقۇلداپ ئاغرىپ كەتكەن ئىدى، گەرچە مۆلچەرىمچە، ئۇ سۆزلىگەننىڭ يېرىمىنىمۇ قوبۇل قىلالمىغان بولسداممۇ، بىراق مېنى ئاز بولمىغان ھاسىلاتقا ئېرىشتۈرگەنىدى.

مەن زىيارەتتىن كېيىنكى زىياپەتكە داخىل بولدۇم، مەيدانغا لىق تولغان مەدىنىيەتكە قىزىقىدىغان مۆتىۋەرلەرنى ئارىلاپ يۈرۈپ، ئۇلارنىڭ پىكىرلىگە قۇلاق سالدىم. كۆپ ساندىكىلىرى ئۇنىڭ نام-شەرىپىگە ھەۋەس قىلىپ كەلگەن، بىراق قىلچىمۇ نەپكە ئېرىشەلمىگەنلىكىدىن ئۈمىدسىزلىنىشكەنىدى؛ ئۇلار ئۇنىڭ گېپىنى ئاڭقىرالماپتۇ، ئۇ ئۇلار ئالدىن پەرەز قىلىشقاندەك قالتىس ناتىق ئەمەسكەن. بىر خانىم: «ئۇ ھېچنېمە دېمىدىغۇ!» دېگەنىدى، ئەتراپتىكىلەرنىڭ ھەممىسى باشلىرىنى لىڭشىتىشتى.

بۇ قالتىس كىشىنىڭ سۆزلىگەن كۆپ قىسىم مەزمۇنلىرىنى شۇنچە خەق ئارىسىدا يالغۇز مەنلا ئاڭقىرالىغانىدىم، بۇ ئاساسلىقى مېنىڭ كۆڭۈل

قويۇپ ئاڭلىغىنىمدىن بولغان ئىدى. مېنىڭ كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلىشىمدا مۇنداق ئىككى خىل سەۋەب بار. بىرىنچىسى، مەن ئۇ ئادەمنىڭ ناھايىتى قالتىس ئىكەنلىكىگە ھەم سۆزلىگەنلىرىنىڭ تولىمۇ قىممەتلىك مەزمۇنلار ئىكەنلىكىگە ئىشەندىم؛ مېنىڭ ئۇ سۆزلىگەن تېمىغا بولغان قىزىقىشىم، ئۇنىڭ سۆزلىرىنىڭ بىلىمىمنى چوڭقۇرلاشتۇرۇشنى چىن كۆڭلۈمدىن ئۈمىد قىلىشىم، مېنىڭ قەلب يېتىلىشىمگە تۈرتكە بولدى-دە، ئۇنىڭ گېپىنى بىر خىل مۇھەببەتنىڭ ھەرىكەتلىنىشىگە ئوخشاش ئەستايىدىل ئاڭلىدىم. مەن ئۇنى بىر غەمخورلۇق قىلىشقا ئەرزىيدىغان ئادەم دەپ قارىغاچقا سۆيدۇم، ئۆزۈمنى ئۆزۈمنىڭ يېتىلىشىگە زور تىرىشچانلىق كۆرسەتكەچكە سۆيدۇم. ئۇ ماڭا بىلىم ئۆگەتتى، قوبۇل قىلىشىمغا بەدەل تۆلىدى.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

بالىنىڭ سۆزىنى كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلاش

ئاڭلاش پائالىيىتىدە، بىز كۆپىنچە قوبۇللىغۇچى ئەمەس، بەلكى بىلدۈرگۈچى بولۇۋالىمىز، بولۇپمۇ بالىلار سۆزلەۋاتقاندا شۇنداق بولۇۋالىمىز. بالىلارنىڭ گېپىگە قۇلاق سېلىش شەكلى ئۇلارنىڭ يېشىغا ئەگىشىپ ئۆزگىرىشى كېرەك. باشلانغۇچ بىرىنچى سىنىپنىڭ بالىلىرىنى مىسال قىلساق، شۇنچە چوڭ بولۇپ قالغان بالىمۇ، پۇرسەت تاپسىلا، تىنىم تاپماي گەپ قىلىدۇ، ئاتا-ئانىلار قانداق قىلىشى كېرەك؟

ئەڭ ياخشى ئۇسۇل بالىلارنى گەپ قىلغىلى قويماسلىق بولۇشى مۇمكىن، ئىشىنىڭكى، بەزى ئائىلىلەردە، كىچىك بالىلارنىڭ گەپ قىلىشىغا قەتئىي يول قويۇلمايدۇ. بۇنداق ئائىلىلەردە «بالىلارنىڭ سۆز ئەركىنلىكى»نىڭ بولۇشى مۇمكىن ئەمەس.

ئىككىنچى خىل ئۇسۇل، ئۇلارنى سۆزلىگىلى قويۇش، بىراق قەتئىي دىققەت قىلماسلىق. بالىلار ئۆز ئىختىيارىچە ھاۋاغا سۆزلەيدۇ، چوڭلار بىلەن دىيالوگ مۇناسىۋىتى بولمايدۇ.

ئۈچىنچى خىل ئۇسۇل، يالغاندىن دىققەت قىلغان بولۇۋېلىش، ئەمەلىيەتتە ئۆزىنىڭ ئالدىراش ئىشلىرىنى قىلىۋېرىشتۇر. بىر ئېغىزلا «ھەئە» ياكى «ياق» دەپ قويۇشتۇر.

تۆتىنچى خىل ئۇسۇل تاللاش خاراكتېرلىك دىققەت قىلىشتۇر، بالىلارنىڭ مۇھىم ئىشلىرىغا تاللاپ دىققەت قىلىش ۋە ئىنكاس قايتۇرۇش، بالىلارنىڭ گېپىدىكى مەنىنى پەرقلەندۈرۈشتۇر.

ھالبۇكى، شۇنداق بىر مەسىلە باركى، نۇرغۇن كىشىلەرنىڭ تاللاش ئىقتىدارى ئانچە ياخشى ئەمەس، پەرقلەندۈرۈش نىسبىتى بەك تۆۋەن.

ئەڭ ئاخىرقى بىر ئۇسۇل، پۈتۈن دىققىتى بىلەن باللارنىڭ سۆزىنى ئاڭلاشتۇر، ھەر بىر سۆز ۋە قارىشىنى شەرھلەشتۇر.

بەش خىل ئۇسۇلنىڭ ھەممىسىدە ئاتا-ئانىلارنىڭ خورايدىغان زېھنى بىر-بىرىدىن كۆپ، ساددا ئوقۇرمەنلەر ئېھتىمال مەن زېھنى ئەڭ بەك خورايدىغان ئاخىرقى ئۇسۇلنى قوللىنىمەن دېيىشى مۇمكىن، ئەمەلىيەتتە ئەھۋال ئۇنداق ئەمەس. بىرىنچىدىن، ئالتە ياشلىق باللارنىڭ گېپى ھەقىقەتەن كۆپ، ھەممىسى ئاڭلاشقا تېگىشلىك گەپلەر، ئاتا-ئانىلارغىمۇ ئۆز ئىشىنى قىلغۇدەك ۋاقىت قالمايدۇ؛ ئىككىنچىدىن، باللارنىڭ سۆزىنى پۈتۈن دىققەت بىلەن ئاڭلىغاندا كېرەكلىك زېھنىنى ئاتا-ئانىلار بېرىپ بولالمايدۇ. ئۈچىنچىدىن، ئالتە ياشلىق باللارنىڭ سۆزىدە قاراتمىلىق بولغاچقا، ئۇلارنىڭ گېپى بەك زېرىكىشلىك. شۇڭلاشقا، ئەڭ ياخشى ئۇسۇل بەش خىل شەكىلنى ئۇنىۋېرسال قوللىنىپ، تەكچۈگلۈقنى ساقلاشتۇر.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

تاللاش ۋە قوبۇل قىلىش

بەزىدە بالىلارنى جىملەشنىڭمۇ زۆرۈرىيىتى بار، بولۇپمۇ، توختىماي سۆزلەپ زېھىن چېچىۋاتقىنىدا، چوڭلارنىڭ گېپىگە ئارىلىشىۋالغاندا ۋە ئاقساقاللىق قىلغان ۋاقىتلىرىدا ئۇلارغا تەربىيە بېرىش مۇھىم. كۆپىنچە ئەھۋاللاردا، ئالتە ياشلىق بالىلار ھەمىشە «سۆزلەش ئۈچۈن سۆزلەيدۇ»، باشقىلارنىڭ دىققەت قىلىشىنى ئۈمىد قىلمايدۇ، ئۆزىچە خۇشال بولۇۋېرىدۇ. بىراق بەزىدە بالىلار ئاتا-ئانىسىغا تېخىمۇ يېقىنلىشىشنى ئويلايدۇ ھەمدە ئاتا-ئانىسىنىڭ ۋاقىت چىقىرىپ ئۆز گېپىگە دىققەت قىلىشىنى ئۈمىد قىلىدۇ. بۇنداق ۋاقىتلاردا، بالىلارنىڭ تەلەپ قىلىدىغىنى ئالاقە ئەمەس مۇھەببەتتۇر، يالغاندىن دىققەت قىلغان بولۇۋالسا، چاتاق چىقىدۇ. ئەمەلىيەتتە، بالىلار ئاتا-ئانىسىنىڭ تاللاش شەكلىدىكى دىققىتىنى چۈشىنەلەيدۇ، بۇ خىل ئالاقە ئۇلارنى رازى قىلىشى مۇمكىن. ئالتە ياشلىق بالىلار بۇ خىل ئويۇن قائىدىسىنى ياخشى ئىگىلىگەن بولىدۇ، ئۇلار سوئالىنىڭ ئاز بىر قىسمىنىڭ دىققەتكە ۋە ئىنكاسقا ئېرىشىدىغىنىنى بىلىدۇ. ئاتا-ئانا بولۇش مۇرەككەپ خىزمەتلەرنىڭ بىرى، قانداق ئاڭلاش ۋە ئاڭلىماسلىق ئارىسىدا، بىر غايىۋى مۇۋازىنەت نۇقتىسىنى بېكىتىش ۋە مۇۋاپىق ئۇسۇلدا بالىلارنىڭ ئېھتىياجىنى قاندۇرۇش كېرەك. بالىلارنىڭ يېشىنىڭ چوڭىيىشىغا ئەگىشىپ، مۇۋازىنەت نۇقتىسىمۇ ئۆزگىرىدۇ، بىراق ئاساسىي قائىدە ئۆزگەرمەيدۇ. يېشى قانچىلىك چوڭ ئادەم بولسۇن، چوقۇمكى ئۆز سۆزىنى ئاتا-ئانىسىنىڭ قۇلاق سېلىپ ئاڭلىشىنى ئۈمىد قىلىدۇ.

كەسپىدە ئۇتۇق قازانغان 30 ياشلاردىكى بىر يىگىت ئۆزىگە

ئىشىنىش تۇيغۇسىنىڭ ئاجىزلىشىشى سەۋەبلىك داۋالانغىلى كەلگەنىدى. ئاتا-ئانىسى مۇتەۋەر كىشىلەر بولغاچقا، باشقىلارنىڭ گېپىگە قۇلاق سالمايدىكەن ھەمدە بىر خىل زورۇرىيەتسىز ئىشلار دەپ قارايدىكەن. ئۇنىڭ ئەڭ ئازابلىق بىر ئىشى 20 يېشىدا يۈز بەرگەنىدى. ئۇ ئالىي مەكتەپتە يازغان ماقالىسى زور ئىختىلاپلىق تېما بولۇپ، بەس-مۇنازىرە قوزغىغان ۋە ئۇنىۋېرسىتېتنى ئەلا نەتىجە بىلەن پۈتكۈزگەن. ئاتا-ئانىسى بۇنىڭدىن پەخىرلەنگەن، بىراق ئۇ ماقالىنىڭ كۆپەيتىلگەن نۇسخىسىنى ئۆيگە قالدۇرۇپ، ئاتا-ئانىسىنىڭ كۆرۈشىنى ئۈمىد قىلغان بولسىمۇ، بىر يىلغىچە ئاتا-ئانىسى قولىغىمۇ ئېلىپ قويمىغان.

ئۇ داۋالاش ئاخىرلاشقاندا: «ئەينى چاغدا بىۋاسىتىلا ئۇلاردىن ماقالەمنى كۆرۈشنى، ئۆز ئىدىيەمنى چۈشىنىپ بېقىشىنى تەلەپ قىلسام بولاتتى، بىراق بۇ ئۇلارغا يېلىنغاندەك بىر ئىشتەك تۇيۇلغانىدى، 22 ياشقا كىرگەندىمۇ ئۇلاردىن ماڭا دىققەت قىلىشنى ئۈتۈنسەم بولمايدۇ-دە، ھېسداشلىق ئارقىلىق بىر نەرسىگە ئېرىشىش ئەرزىمدۇ؟» دېگەنىدى.

بىر ئادەمنىڭ گېپىنى دىققەت بىلەن ئاڭلاش مۇھەببەتنىڭ ئىپادىسى. دىققەت بىلەن ئاڭلاشمۇ مەلۇم خىل تەربىيەۋى مەزمۇننى ئۆز ئىچىگە ئالغان بولىدۇ، شەخسىنىڭ ھەۋەس ۋە ئىستەكلىرىنى قايرىپ قويۇپ، سۆزلىگۈچى بىلەن ئاڭلىغۇچىنىڭ ئىچكى دۇنياسى ۋە تەسىراتى ئۆزئارا ئۆتىشىدۇ. ئاڭلىغۇچى ۋە سۆزلىگۈچى بىرىكىدۇ، ئەمەلىيەتتە بولسا ئۆزلۈك تاكامۇللىشىدۇ، ئۇنىڭدىن بىلىمگە ئېرىشىمىز. بولۇپمۇ، قۇلاق سېلىش ۋاقتى ئارقىلىق ئاڭلىغۇچى قارشى تەرەپنى ئۇزۇل-كېسىل قوبۇل قىلىدۇ، سۆزلىگۈچى شۇنداق تەسىراتنى ھېس قىلىدۇ. ئالاقە تېخىمۇ چەكسىز ۋە ئوچۇق ھالەتكە ئۆزگىرىدۇ، سۆزلىگۈچىنىڭ ئەڭ مېھرىلىك بىر تەرىپى ئاڭلىغۇچىغا ئېچىلىدۇ. ئىككى تەرەپ ئۆزئارا چۈشىنىشىدۇ، تونۇشىدۇ، مۇھەببەت ئىككى قىرغاق ئارىسىغا لىق تولىدۇ. مانا بۇ زېھىن ھەقىقىي خورايدىغان جەرياندۇر، پەقەت مۇھەببەتنى باشلىنىش نۇقتىسى قىلغاندىلا، ئاندىن ئورتاق ھالدا مۇكەممەللەشكىلى، ئۆزلۈكنى تاكامۇللاشتۇرغىلى، مەنزىلگە يەتكىلى بولىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلاش مۇھەببەتنىڭ ئىپادىسى

ئاڭلاش پائالىيىتىمۇ مۇھەببەتنىڭ ئىپادىسى، نىكاھ بۇ خىل ئىپادىنىڭ ئەڭ مۇنەۋۋەر ئىپادىلىنىش سورۇنى، ئەپسۇسكى، نۇرغۇن ئاشىق-مەشۇقلار قارشى تەرەپنىڭ گېپىنى دىققەت بىلەن ئاڭلىمايدۇ. نىكاھ مەسىلىسىدە ئازارلىشىپ قالغانلارنى داۋالاشقا دۇچ كەلگەن پسىخولوگلارنىڭ ئەڭ مۇھىم خىزمىتى ئۇلارغا بىر-بىرىنىڭ سۆزىنى ئاڭلاشنى ئۆگىتىشتۇر. بىراق بۇ خىل ئېھتىياج بەك زور زېھىن تەلەپ قىلىدىغانلىقتىن، كۈچلۈك ئىنتىزامغا موھتاج، ئۇلار بۇنى خالىمىغانلىقى ئۈچۈن كۆپىنچە مەغلۇپ بولىدۇ.

نۇرغۇن ئەر-ئاياللارغا سۆزلەش ۋاقتىنى بېكىتىپ قويۇپ پاراڭلىشىش تەكلىپىنى بەرسە، ھەيران قالىدۇ ۋە قوبۇل قىلالمايدۇ. ئۇلار بۇنداق قىلىشنى چىدىماسلىق، رومانتىك ئەمەس، سۈنئىي دەپ قارايدۇ، ئالاھىدە ۋاقىت ۋە تەرتىپ شەرتىنى قويمىسا، ئۇنداقتا كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلاش خىزمىتىنى ھەقىقىي ئىشقا ئاشۇرغىلى بولمايدۇ. بىر تەرەپ ماشىنا ھەيدەۋاتقاندا، تاماق ئېتىۋاتقاندا، ئۇخلاۋاتقاندا پاراڭنىڭ تولۇق بولۇشى تەس. بىر قانچە مۇۋەپپەقىيەتلىك ئاخىرلاشقان پاراڭدا بىز ھەمىشە خۇشاللىق ھېس قىلىمىز. بەلكىم: «توي قىلغان 20 يىلدىن بۇيان سېنى تۇنجى قېتىم خېلى ياخشى چۈشەندىم» دېيىشىمىزمۇ مۇمكىن. بۇ ۋاقىتتا نىكاھ يېتىلىشكە قاراپ يۈزلىنىدۇ.

گەرچە ئاڭلاش سەنئىتىنى ئۆستۈرگىلى بولسىمۇ، بىراق ئۇمۇ كۈچلۈك تىرىشچانلىققا موھتاج. پسىخولوگلار ئۈچۈن ئىنتىلىش بىلەن

بېرىلىش ناھايىتى مۇھىم بولسىمۇ، بىراق ئۆزۈمدىمۇ بىمارلارنىڭ گېپىنى كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلىمىغان ئەھۋاللار بولغان. ھەتتا بەزىدە ئۇلارنىڭ زادى نېمە دەۋاتقانلىقىنى بىرئازمۇ چۈشەنمەيتتىم، بۇ ۋاقىتتا پەقەت: «كەچۈرۈڭ، ھازىر باشقا بىر نەرسىنى ئويلاپ كېتىپتىمەن، گېپىڭىزنى قايتا دېسىڭىز» دەيمەن، خالاس.

قىزىقارلىقى شۇكى، بىمارلار ھەمىشە بۇنىڭدىن ئاغرىنمايدۇ. ئۇلار ئېھتىمال گېپىمنى بەك ياخشى سۆزلىگىنىم ئۈچۈن، ئۇ ئىچىگە كىرىپ كېتىپتۇ دەپ ئويلىسا كېرەك. مەن دىققەتنىڭ چېچىلىشىنى ئېتىراپ قىلىمەن، بىراق كۆپ قىسىم چاغلاردا بىمارلارنىڭ سۆزىنى دىققەت بىلەن ئاڭلىغىنىمغا ۋەدە بېرەلەيمەن. بۇ خىل ئادەمنىڭ دىققىتىنى تارتىدىغان ئاڭلاشنىڭ ئۆزى داۋالاشنىڭ ئۈنۈمىدۇر. چوڭ-كىچىك بولسۇن، تۆتتىن بىر ئەھۋالدا، بىمارلارغا بىر ئاي ئىچىدە دىياگنوز قويغىلى بولىدۇ، ھەتتا ئۇلارنىڭ كېسىلىدە تۇيۇقسىز ياخشىلىنىش بولۇپ كېتىدۇ. مېنىڭچە بۇنىڭدىكى ئەڭ مۇھىم مەسىلە، بىمارلار ئۆز گېپىنى دىققەت بىلەن ئاڭلايدىغان ئادەمنى تونجى قېتىم ئۇچراتقاندەك ھېس قىلغانلىقى ۋە بۇ خىل پوزىتسىيەگە بىرىنچى قېتىم دۇچ كەلگەنلىكى ئۈچۈن بولسا كېرەك.

ئاڭلاش كۆيۈنۈشنىڭ ئاساسىي شەكلى، بىراق باشقا شەكىلدىكى كۆيۈنۈشلەرمۇ مۇھەببەت مۇناسىۋىتىدە ناھايىتى مۇھىم، بولۇپمۇ بالىلار ئۈچۈن ئېيتقاندا شۇنداق. ئويۇنمۇ بىر خىل كۆيۈنۈش، چاۋاكلىشىش، مارىشىش، سېھىرگەرلىك، بىلىق تۇتۇش، مۇكۇشمەك، پەيتوپ قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى مۇھىم ئەھمىيەتكە ئىگە. بالىلارغا كىتاب ئوقۇپ بېرىشمۇ كۆيۈنۈشتۇر، تېلېۋىزور كۆرۈش، داستىخان يىغىش، ماشىنىدا ئايلىنىش، ساياھەت، توپ مۇسابىقىسى كۆرۈشمۇ شۇنداق. بەزى كۆيۈنۈش شەكىللىرى تېخىمۇ ساپ بولىدۇ، مەسىلەن: تۆت ياشلىق بالىسىنى قۇملۇقتا ماڭدۇرۇش، باشلانغۇچتىكى بالىسىنى ھەرقايسى شەھەرلەرگە ئېلىپ بېرىش قاتارلىقلار. بۇلاردىكى ئورتاق بىر تەرەپ شۇكى (ئاڭلاشقا ئوخشاش)، بالا ئۈچۈن ۋاقىت ئاجرىتىشتۇر. مەلۇم جەھەتتىن ئالغاندا، كۆيۈنۈش ۋاقىت ئاجرىتىش بىلەن مەنىداشلىقتا ئىگە، كۆيۈنۈش ۋە ۋاقىت

ئاجرىتىش روھنى بېغىشلاش دەرىجىسى بىلەن ئوڭ تاناسىپ بولىدۇ.

ئەگەر باللارغا ھەمراھ بولىدىغان ۋاقىت مۇۋاپىق ئورۇنلاشتۇرۇلسا، ئاتا-ئانىلار ئۇچۇن بالىسىنى چۈشىنىدىغان ۋە كۆزىتىدىغان پۇرسەت چەكسىزدۇر. باللار مەغلۇبىيەتكە قانداق يۈزلىنىدۇ، دەرسنى قانداق تەكرار قىلىدۇ، قانداق ئۆگىنىش قىلىدۇ، نېمىنى ياخشى كۆرىدۇ، نېمىنى ياقتۇرمايدۇ، قانداق ۋاقىتتا ئۆزىنى ئىپادىلەيدۇ، قانداق ۋاقىتتا جىم بولىدۇ، بۇلار مۇھەببەتلىك ئاتا-ئانىلار ئۇچۇن ئېيتقاندا، يەتكۈزمىسە ۋە بىلدۈرمىسە بولمايدىغان ئۇچۇرلاردۇر.

باللارغا كۆپ ھەمراھ بولۇش ئاتا-ئانىلارغا بالىسىنىڭ تۇرمۇشىنى چۈشىنىش، ئىنتىزامچان قىلىپ تەربىيەلەش پۇرستى يارىتىپ بېرىدۇ. بۇ جەرياندىكى كۆزىتىش ۋە تەربىيەلەش ئەمەلىيەتتە ئويۇن ئارقىلىق داۋالاشنىڭ مۇھىم قائىدىسىدۇر. مول تەجرىبىگە ئىگە پىسخولوگلار بالا بىمارلارنىڭ ئويۇنىغا قېتىلىش ئارقىلىق ئۇلارنى داۋالىسا ئۈنۈمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ.

Don't lose your Personality

ئۆزلۈكنى يوقىتىش خەۋپى

ئۆزلۈكنىڭ تولۇقلىنىشى (تاكامۇللۇقى) دېگەندە، ئۇنىڭ پۈتۈنلەي ناتونۇش بىر ساھەگە كىرگىنىنى ۋە يېڭى بىر ئادەمنىڭ پەيدا بولغىنىنى كۆزدە تۇتقان بولىمىز. ئۆزىمىزدىن ياتلىشىمىز، ئۆزگىرىمىز. ئۆزگىرىش، ياتلىشىش پائالىيىتى، ناتونۇش مۇھىت ۋە باشقا شەكىللەر ھەققەتەن ئادەمنى چۆچۈتىدۇ. شۇڭا ئۆزلۈك بۇ ۋەھىمىدىن قورقماسلىقى، مەجھۇل كەلگۈسىگە دادىل ئاتلىنىشى كېرەك.

ئەگەر چېركاۋغا بارىدىغان ئادىتىڭىز بولۇپ، ئۇ يەردە بىر ئايالغا كۆزىڭىز چۈشۈپ قالغان بولسا، ئېھتىمال ھەر ھەپتىدە بەش مىنۇت بالدۇر بېرىپ، شۇ ئايالنىڭ كەينىدىكى ئورۇندا تۇرۇشىڭىز مۇمكىن. ئىبادەت ئاخىرلاشقاندا، ئۇ چاقچاقلىق بىلەن ئىشىك تۈۋىگە بېرىۋالىدۇ-دە، سىز باستىر بىلەن سالاملىشىپ بولغۇچە غايىب بولىدۇ. ئەگەر ئامال قىلىپ ئاڭا يېقىنلىشىپ، ئۇنى قەھۋە ئىچىشكە تەكلىپ قىلسىڭىز، ئۇ جىددىيلەشكەن ھالدا باشقا ئۇچرىشىشى بارلىقىنى ئېيتىپ، رەھمەت بىلەن رەت قىلىدۇ، بايقايسىزكى، ئۇ ئەمەلىيەتتە ئۇدۇل ئۆيىگە قايتىدۇ. ئۇ ئاشۇ سىرلىق قەسىر ئىچىدە غايىب بولىدىمۇ، كېلەركى ھەپتە بولغىچە ئۇنىڭ سايىسىنىمۇ كۆرەلمەيسىز.

ئۇنى يەنە بىر قەدەم ئىلگىرىلىگەن ھالدا كۆزەتسىڭىز، ئۇ ئەسلىدە بىر چوڭ شىركەتنىڭ خەت بېسىش تۈرىدىكى خىزمىتىنى قىلىدىغان بولۇپ چىقىدۇ. ئۇنىسىز ھالدا ۋەزىپىسىنى ئىشلەيدۇ، ھېچقانداق خاتالىق ئۆتكۈزمەيدۇ، ئەزەلدىن ئۆزىنىڭ ھېسسىياتىنى ئىپادىلىمەيدۇ، چۈشلۈك تاماق ۋاقتىدىمۇ ئىش ئورنىدىن ئايرىلمايدۇ، دوستى يوق، ئۆيىگە پىيادە

قايتىدۇ، تاللا بازىرىدىن تەييار نەرسىلەرنى سېتىۋېلىپ تاماق ئېتىدۇ، ئۆيىگە بىر كىرىپ كەتسە، ئىككىنچى كۈنى ئىشقا بارغىلى ئاندىن سىرتقا چىقىدۇ.

ھەپتىنىڭ ئاخىرىدا، ئۆزى يالغۇز كىنو كۆرگىلى بارىدۇ، تېلېۋىزورى بار، بىراق تېلېفونى يوق، خەت-چەكمۇ تاپشۇرۇۋالمايدۇ. ئەگەر پۇرسەت چىقىرىپ ئۇنىڭغا گەپ قىلسىڭىز، ناھايىتى جىمجىت كۆرۈنىدۇ ھەم شۇنداق قىلىشنى ياقتۇرىدىغانلىقىنى ئېيتىدۇ. ئەگەر ئەرمەك ھايۋان باققان-باقمىغانلىقىنى سورىسىڭىز، بىرەر ئىت باققانلىقىنى ھەم ئۇنى بەك ياقتۇرىدىغانلىقىنى، ئەپسۇسكى، سەككىز يىل بۇرۇن ئۆلۈپ كېتىپ، ئۇنىڭ ئورنىنى ئالغۇدەك ئىت چىقمىغانلىقىنى ئېيتىشى مۇمكىن.

بۇ ئايال كىم؟ ئۇنىڭ قەلبىدىكى مەخپىيىتىنى بىلمەيمىز، بىراق ئۇنىڭ بارلىق تىرىشچانلىقلىرى بىر-بىرلەپ بىزگە ئايان بولىدۇ. بۇ جەرياندا ئۆزلۈكى تاكامۇللىششقا ھېچقانداق پۇرسەت تاپالمىغان، ھەتتا بارغانچە تارىيىپ، ئۆز مەۋجۇتلۇقىنى يوقىتىشقا ئاز قالغان، ئۇ ئەزەلدىن ھېچقانداق بىر شەيئىگە زېھنىنى بېرىپ باققان ئەمەس.

ياشاشنىڭ ماھىيىتى «ئۆزگىرىش»تۇر

ئەلۋەتتە، مەن زېھنىنى بېرىشنى مۇھەببەت دېمەكچى ئەمەس، بىراق زېھنىنى بېرىش مۇھەببەتنىڭ باشلىنىش نۇقتىسىدۇر. رەت قىلىش ۋە ئايرىلىشمۇ زېھنىنى بېرىشتىن كېلىپچىقىدۇ. بىر ئادەمگە يېقىنلىشىشنى ئويلىغاندا، ئۇنىڭ تاشلاپ كېتىشىدەك خەتەرگە ۋە ئەسلىدىكى تەنھالىق تۇرالغۇسىغا قايتىشتەك تەقدىرگە تەييارلىنىش كېرەك.

ھەرقانداق جانىدارنى ياخشى كۆرسىڭىز، مەيلى ئادەم، ئەرمەك ھايۋان ياكى گۈل بولسۇن، ئۇلار چوقۇم ئۆلۈپ كېتىدۇ. ھەرقانداق ئادەمگە ئىشەنچ باغلىغىنىڭىزدا، چوقۇمكى ئازابقا دۇچ كېلىسىز. ھەرقانداق ئادەمگە تايىنىشنى ئويلىسىڭىز، چوقۇمكى ئۈمىدسىزلىنىسىز. زېھىن بېرىشنىڭ بەدىلى ئوقۇبەتتۇر. ئەگەر بىر ئادەم ئوقۇبەتنىڭ خەۋپىگە تەۋەككۈل قىلالمىسا، چوقۇمكى تۇرمۇشىدىن نۇرغۇن نەرسىلەرنى يوقىتىپ قويىدۇ. پەرزەنت، نىكاھ، جىنسىيەت شادلىقى، يامان نىيەت، دوستلۇق قاتارلىقلار ھاياتنى رەڭدار ۋە مەنىدار قىلىدۇ. تاكامۇللىشىش ۋە تەرەققىيات ئوقۇبەتتىن باشقا يەنە شادلىقنىمۇ ئېلىپ كېلىدۇ. مۇكەممەل ھايات ئوقۇبەتكە تولغان بولىدۇ، بىراق بۇنىڭ ئۇچۇن ھايات ئىگىسىنىڭ ياشاشنى تاللىماسلىقىقا ھېچقانداق ئاساسى يوق.

ھاياتنىڭ ماھىيىتى ئۆزگىرىشتۇر، توختىماستىن تاكامۇللىشىش ۋە يېڭىلىنىشتۇر. ياشاش ۋە تاكامۇللىشىشنى تاللاش ئۆزگىرىش ۋە ئۆلۈمنى تاللاش دېمەكتۇر. يۇقىرىدا سۆزلەپ ئۆتكەن تەنھا ئايالنىڭ بېكىنمە تۇرمۇشقا پېتىپ قېلىشىنىڭ سەۋەبى ئېھتىمال ئۆلۈم ۋەھىمىسىنىڭ ئۇنى

www.uyghurkitap.com

ئازابلىغانلىقى بولسا كېرەك، ئۇ ئۆلۈمگە قايتا يېقىنلىششتىن قورققان ۋە ياشاشنىڭ قەدرىنى ھېس قىلالمىغان. ئۇ ئەزەلدىن مۇكەممەللىششىنى ۋە ئۆزگىرىشنى خالىمىغان. نەتىجىدە، ھايات نوپۇس سۈپىتىدە ھېچقانداق يۈزلىنىشكە جەڭ ئېلان قىلالمىغان.

ياشاشنىڭ ئوقۇبىتىدىن ئۆزىنى قاچۇرۇش پىسخىك كېسەللىكنىڭ مەنبەسىدۇر. ئەلۋەتتە كۆپ قىسىم بىمارلارنىڭ ئۆلۈمگە بىۋاستە يۈزلىنىشى ناھايىتى قىيىن. ھەيران قالارلىقى شۇكى، پىسخىك داۋالاش بۇ ھادىسىلەرنىڭ مۇھىملىقىغا ئەمدى دىققەت قىلىشقا باشلىدى. ئەگەر ئۆلۈمنىڭ مەڭگۈلۈك ھەمراھىمىز ئىكەنلىكىنى قوبۇل قىلساق، ئۇ ھاياتىمىزدىكى قەدىناسىمىز بولاتتى. گەرچە ئۇ ۋەھىملىك بولسىمۇ، بىراق ھېكمەتلەرگە تويۇنغان. ئۆلۈمنىڭ بېشارىتى ئارقىسىدا، بىز ھاياتنىڭ ۋە سۆيۈش ۋاقتىنىڭ چەكلىكلىكىنى ھېس قىلىمىز. شۇڭا ھاياتنى ۋە مۇھەببەتنى يەرۈشلىشىمىز كېرەك بولىدۇ. بىراق ئۆلۈمنىڭ مەۋجۇدىيىتىگە يۈزلىنىشنى خالىمىساق، ھايات ۋە مۇھەببەت مەجھۇل نەرسىگە ئايلىنىپ قالىدۇ. ئەگەر مەۋجۇداتلارنىڭ مەڭگۈلۈك ئۆزگىرىشىدەك ماھىيەتتىن ۋە ئۆلۈمدىن ئۆزىمىزنى قاچۇرساق، ئۇنداقتا ھاياتىمىز تېخىمۇ زور خاتالىق ئىچىگە كىرىپ قالىدۇ.

ھايات تەۋەككۇل قىلىشتۇر، بېغىشلىغان مۇھەببەت قانچە كۈچلۈك بولسا، تەۋەككۈل قىلىدىغان خەتەرمۇ شۇنچە چوڭ بولىدۇ. ھاياتىمىزدا تەۋەككۈل قىلىدىغان خەتەر مىليون ياكى مىليارد بولۇشى مۇمكىن، ئەڭ تەس بولغىنى مۇكەممەللىششتۇر. مۇكەممەللىشىش ئۇسسۇمۇرلۇقتىن يىراقلىشىپ چوڭىيىش (ئارىپلىق) قا يۈرۈش دېمەكتۇر. ئەمەلىيەتتە ئۇ سەكرەپ ئىلگىرىلەش دېمەكتۇر، بىراق ئۇ نەچچە قەدەم ئارقىلىق تاماملانمايدۇ. بەزى كىشىلەر ھاياتىدا بىر قەدەممۇ ئىلىپ باقمايدۇ. سىرتىدىن قارىماققا دانىشمەنلەردەك كۆرۈنىدۇ، ھەتتا ئۇتۇقمۇ قازىنىدۇ، بىراق كۆپ سانلىق كىشىلەر ئۆلگەنلىدىمۇ مۇكەممەللىككە يېتەلمەيدۇ، پىسخىكا جەھەتتىن بەئەينى كىچىك بالىغا ئوخشايدۇ، ئاتا-ئانىسىغا تايىنىپ ياشايدۇ، مۇستەقىللىقتىن ئەسەرمۇ بولمايدۇ.

make a independent life

مۇستەقىللىق شىجائىتى

تەلىيمگە يارىشا، 15 يېشىمدىلا بۇ مەنە سەپىرگە ئاتلانغانمەن. ئەينى ۋاقىتتا مۇكەممەللىشىشنىڭ ماھىيىتى ۋە خەۋپىي ماڭا ئۇنتۇلماس تەسىراتلارنى قالدۇرغانىدى، ھازىرغىچە ئېسىمدىن چىقمايدۇ. گەرچە بۇ ئۆزۈمنىڭ قارارى بولسىمۇ، بىراق مۇشۇنداق قىلىشىمنىڭ مۇكەممەللىك بولىدىغان-بولمايدىغانلىقىنى بىلمەيتتىم، بىلىدىغىنىم پەقەت بىلىشسىز، چەكسىز ۋە مەجھۇل بىر دۇنياغا ئاتلانغانلىقىم ئىدى.

13 ياش ۋاقتىمدا، ئۆيدىن ئايرىلىپ داڭدار پىلىپ ئەكستىر ئوتتۇرا مەكتىپىگە ئوقۇشقا كىردىم، ئاكاممۇ شۇ مەكتەپتە ئوقۇيتتى. ئۆزۈمنى بەختلىك ھېس قىلاتتىم، چۈنكى ئەكستىر ئوتتۇرا مەكتىپى داڭلىق مەكتەپ ئىدى، بۇ مەكتەپنى پۈتكۈزگەنلەر ئاساسەن داڭلىق ئۇنىۋېرسىتېتلارغا قوبۇل قىلىناتتى ھەمدە ئوڭۇشلۇق ھالدا جەمئىيەتنىڭ ھەرقايسى قاتلاملىرىغا سىڭىپ كېتەتتى. ئېھتىمال مۇۋەپپەقىيەتنىڭ دەرۋازىسى مەندەك ئوقۇش تارىخىغا ئىگە ئادەملەرگە ئېچىلماي قالمايدىغان ئوخشايدۇ.

باي ئائىلىدە تۇغۇلغانلىقىمدىن خۇشال ئىدىم، چۈنكى «مائارىپنى پۇلغا سېتىۋالغىلى بولاتتى»، بۇ خىل گۈزەل مەنزىرە مېنى بەختەرلىك تۇيغۇسىغا تويۇندۇرغانىدى. بىردىنبىر مەسىلە شۇ ئىدىكى، ھېچنېمىگە رايىم يوق ئىدى. ھازىرغىچە نېمىشقا بۇنداق تۇيغۇغا كەلگەنلىكىمنى بىلمەيمەن. بىراق پەقەتلا ئوقۇتقۇچىلارغا، ساۋاقداشلىرىمغا، دەرسلىككە، بىنالارغا ۋە مەكتەپ تۇرمۇشىغا كۆنەلمىدىم، تىرىشىپ ئۆزۈمنىڭ بۇ كەمچىلىكىنى ئۆزگەرتەي دېسەم، ئىستىقبال ئۈچۈن ئىلگىرىلەشتىن باشقا

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئامالىم يوق ئىدى.

ئىككى يىللىق تىرىشچانلىق ئارقىلىق تۇرمۇشۇمنى مەنسگە ئىگە قىلدىم ھەم شادلىققا تولدۇردۇم. ئەڭ ئاخىرقى بىر يىلى ئۇخلاشتىن باشقا ھېچ ئىش قىلمىدىم. چۈنكى ئۇخلىغان ۋاقىتلىرىمدىلا شۇنچىلىك ئازادە ھېس قىلاتتىم. ھازىر ئويلىسام، ئۇيقۇ ئىچىدە، ھاياتتىكى سەكرەشلەرگە يوشۇرۇن ئېگىم ئارقىلىق تەييارلىق قىلغاندەك ھېس قىلىمەن. ئۈچىنچى يىلى ئۆيگە قايتىپ، يازلىق تەتىل ئۆتكۈزگىنىمدە مەكتەپكە قايتىشقا ئۇنىمىغانىدىم. ئاتام: «ۋاز كەچسەڭ بولمايدۇ، پۇل ئارقىلىقمۇ سېتىۋېلىش تەس بولغان بۇ مائارىپتىن بىكارلا ۋاز كېچەمسەن؟» دېگەنىدى.

مەن: «ئۇنىڭ ياخشى مەكتەپلىكىنى بىلىمەن، بىراق مېنىڭ بارغۇم يوق» دەپ جاۋاب بەردىم. ئاتام نارازىلىق بىلەن: « نېمىشقا بۇنداق ئويلايسەن، يەنە بىر قېتىم سىناپ باق» دېدى.

مەن ھەسرەتلىك ھالدا: «بىلمەيمەن، ھەتتا مەكتەپتىن نېمىشقا زېرىككىنىمنىمۇ بىلمەيمەن، راستلا بەرداشلىق بېرەلمىدىم» دېدىم.

ئاتام: «بوپتۇ، ئەمىسە سەن قانداق قىلماقچى، ئەجەبا كەلگۈسۈڭ بىلەن كارىڭ يوقمۇ، كېيىن قانداق پىلانىڭ بار» دەپ سورىدى.

مەن: «بىلمەيمەن، مەن پەقەت مەكتەپكە قايتمايدىغانلىقىمنىلا بىلىمەن» دېدىم. كەچتە شۇنى ھېس قىلدىمكى، ئاتا-ئانام قاتتىق چۆچۈپ كېتىشىپتۇ، ئۇلار مېنى پسىخولوگقا كۆرسەتمەكچى بولۇشقانىدى. دوختۇر مېنى پەرىشان دېدى، بىر ئاي داۋالىنىشقا بۇيرۇدى ھەمدە بىر كۈن ئىچىدە قارار قىلىشىمنى ئېيتتى.

ئۇ كۈنى كەچتە، تۇنجى قېتىم ئۆلۈۋېلىشنى ئويلىدىم. دوختۇر مېنى پەرىشان دېگەنىكەن، دوختۇرخانىدا يېتىشىم ئەڭ مۇۋاپىق ئىدى. ئاكام ماسلاشقان مەكتەپتە نېمىشقا مەن ماسلىشالمايمەن، مەن خاتا قىلدىممۇ، بەلكىم مەن ئىقتىدارسىز، دۆت ۋە ئەرزىمەس بولسام كېرەك. شۇلارنى ئويلىدىم. ساراڭ بولايلا دېگەنىدىم. ئاتام: «بۇنداق ياخشى مائارىپتىن ۋاز كەچكەن ئادەم ئېنىقكى ساراڭ» دەيتتى.

ئەكسىچە ئوتتۇرا مەكتەپكە قايتتىم، خەتەرسىز، مۇۋاپىق،

جەمئىيەت ئورتاق ئېتىراپ قىلغان ھەقىقەتكە قايتتىم. بىراق قەلبىمنىڭ چوڭقۇر يېرىدە ئۇنىڭ ئۆز يولۇم ئەمەسلىكىنى بىلەتتىم. كۆز ئالدىم مەجھۇل، نائېنىق، ئەنسىز، بېشارەتسىز ۋە پەرەز قىلغىلى بولمايدىغان دەرىجىدە ئىدى. مۇشۇنداق بىر يولنى تاللىغان ئادەم ئېنىقكى ئەقىلسىز ئىدى، ناھايىتى قورققاندىم.

ئاشۇ پەرىشان چاغلىرىمدا، يوشۇرۇن ئېڭىمدا بىر تۈرلۈك پىكىرلەر چاقنايتتى، خۇددى تەڭرىنىڭ ئەكس ساداسىدەك، ئۇ ئۆزۈمنىڭ ئاۋازى ئەمەس ئىدى. «ھاياتنىكى بىردىنبىر ۋە ھەقىقىي بىخەتەرلىك تۇيغۇسى ھاياتتىكى ئەنسىزلىكتىن ھوزۇرلىنىشتىن كېلىدۇ. ئېھتىمال قىلىقلىرىمنى جەمئىيەت ئەخمەقلىق دېيىشى مۇمكىن، مەن شۇنداق قىلىشنى ياقتۇرىمەن.

ئاخىرى ھېچنېمىنى ئويلىماي ئۇخلىدىم. ئەتىسى ئەتىگەندە، پىسخىك دوختۇر بىلەن كۆرۈشۈپ، ئەكسىچە ئوتتۇرا مەكتەپكە قايتمايدىغانلىقىمنى ئېيتتىم، بىراق دوختۇرخانىدا يېتىشقا ماقۇل بولدۇم. مەجھۇل بىر دۇنياغا سەكرىگەندىم. ئۆز تەقدىرىمنى ئۆز ئالقىنىم بىلەن چىڭ تۇتۇشقا باشلىدىم.

مۇكەممەللىك جەريانى ناھايىتى ئاستا بولىدۇ، بۇ جەرياندا تالاي قېتىم بىلىشسىز دۇنياغا سەكرەشكە دۇچ كېلىمىز، خۇددى سەككىز ياشلىق بالا تۇنجى قېتىم ۋېلسىپىت مىنىپ، ئۆزى يالغۇز دۇكانغا نەرسە سېتىۋالغىلى بارغاندەك، 18 ياشلىق يىگىت تۇنجى قېتىم قىزلار بىلەن ئۇچرىششقا چىققاندەك. ئەگەر بۇلارنى خەۋپ دەپ قارىمىسىڭىز، سىز ئەينى ۋاقىتتىكى جىددىيلىشىش ۋە ئويلىنىشنى پۈتۈنلەي ئۇنتۇپ كېتىسىز. ئەڭ ساغلام بالا مەنە سەپىرىگە ئاتلانغاندا، بەزى شادلىق ھېسسىياتلىرىنى چىقىرىۋەتكەندە، ئۆزىگە تونۇش ۋە بىخەتەر ئەسلىيەت تۇرالغۇسىغا قايتىشنى ۋە بۇرۇنقى سادىدا تۇرمۇشىنى داۋاملاشتۇرۇشنى ئويلايدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ياشاشتىكى سەكرەشنى قوغلىشىش

بىر قەدەر تېيىز بولغان قاتلامدا چوڭقلارمۇ ئوخشاشلا زىددىيەتكە پاتىدۇ. ياشنىڭ چوڭىيىشىغا ئەگىشىپ، تونۇش ۋە ئادەتلەنگەن نەرسىلەردىن ئايرىلغۇسى كەلمەيدىغان بولۇپ قالىدۇ. مەن ئىزچىل باشقىلارغا ئوخشىمايدىغان يول تۇتقىنىم ئۈچۈن، ئۆزۈمنى تاكاممۇللاشتۇرىدىغان پۇرسەتلەرگە داۋاملىق ئۇچراپ تۇرىمەن. مەن ھازىرمۇ تاكاممۇللىشىۋاتىمەن، بىراق تېخىچە يېتەرلىك ئەمەس. خىلمۇخىل كىچىك سەكرەشلەردە ئادەم ئويلاپمۇ باقمىغان زور سەكرەشلەر بولىدۇ. ئەكسىچە ئايرىلغاندىن كېيىن، مائارىپ مۇھىتىنىڭ ئېتىبارلىق تۇرمۇش ئەندىزىسى ۋە قىممەت قارىشىدىن ۋاز كېچىشىم كېرەك ئىدى. نۇرغۇن كىشىلەر ئۆمرىدە ئۇنچە زور ئۆزگىرىشلەرنى باشتىن كەچۈرۈپ بولالمايدۇ. بىراق ئىزچىل ھالدا مەنە سەپىرىنى داۋاملاشتۇرىدۇ. ئادەملەرنىڭ سىرتقى قىياپىتى گەرچە پىشقان تۇسنى بەرسىمۇ، بىراق پىسخىك جەھەتتىن ئاتا-ئانىسىغا تايىنىدۇ، ئاتا-ئانىسىنىڭ قىممەت ئۆلچىمىگە ۋارىسلىق قىلىدۇ، ئىش قىلغاندا ئاتا-ئانىسىدىن مەسلىھەت ئالىدۇ، ئۆز تەقدىرىگە مۇستەقىل ئىگە بولمايدۇ، ئاتا-ئانىسى ئۆلۈپ كەتكەندىن كېيىنمۇ، ئۇلارنىڭ پەرھىزلىرىگە ھۆرمەت قىلىدۇ.

گەرچە كەڭ كۆلەملىك سەكرەشلەرنىڭ كۆپىنچىسى ياشلىق مەزگىلىدە يۈز بەرسىمۇ، بىراق ھەر بىر ياشتا سەكرەش كۆرۈلۈشى مۇمكىن. ئۈچ بالىسى بار، 35 ياشلىق بىر ئانا، ئېرىنىڭ ئۇزاق مۇددەتلىك مۇستەبىت ئۆزلۈك مەركەزچىلىكى تۈزۈمى ئاستىدا، ئوقۇبەتلىك تۇرمۇش ئىچىدە، تەدرىجىي ئېرى ۋە نىكاھنىڭ ئىشەنچسىزلىكىنى ھېس قىلغان، شۇنداقلا

بارلىق تىرىشچانلىقلىرى نەتىجىسىز ئاخىرلاشقان. ئۇ چەكسىز جاسارەت بىلەن ئىكاھتىن ئاجراشقان، يولدىشى ۋە قوشنىلىرىنىڭ ئەيىبلەشلىرىگە پەرۋا قىلماي، مەجهۇل كەلگۈسىگە قاراپ يول ئالغان ھەمدە تۇنجى قېتىم ئۆزىگە ئوخشىغان.

52 ياشلىق بىر كارخانىچى يۈرەك كېسىلى سەۋەبلىك چۈشكۈنلىشىپ كەتكەن. ئۇ بىر ئۆمۈر ئېرىشكەن نەتىجىلىرىنىڭ ھېچنېمىگە ئەرزىمەيدىغانلىقىنى، مەنىسىزلىكىنى ھېس قىلغان. ئۇزاق مەزگىللىك ئۆزى ھەققىدە ئويلىنىش ئارقىلىق، بىر ئۆمۈر توختىماي تىرىشىشلىرى ئەمەلىيەتتە تەنقىدچى ئانىسىنىڭ ئۆلچىمى ئۈچۈن ئىكەنلىكىنى ھېس قىلغان. شۇنىڭ بىلەن، ئۇ تۇنجى قېتىم ئانىسىنىڭ توسۇشلىرىغا قارىماي، ئېسىلزادە ئائىلىنىڭ قارشى تۇرۇشىغا پىسەنت قىلماي، يېزىغا كەتكەن ۋە شۇ يەردە بىر ئۆي جاھازىلىرى رېمونتخانىسى ئاچقان. ھەرقانداق ياشتا مۇشۇنداق مۇستەقىل تۇرمۇشقا يۈزلىنىشكە دۈچ كېلىش ئازابى بولىدۇ، بىراق ئۇ شىجائەتكە موھتاج، بۇ ھەمىشە پىسخىكىلىق داۋالاش ئېلىپ بېرىلغانلىقنىڭ نەتىجىسى بولۇپ چىقىدۇ. يەنە كېلىپ، بۇ پىسخولوگلارنىڭ قالتىسلىقىدىن ئەمەس، بەلكى بىمارلارنىڭ شۇ خىل شىجائەتنى قوبۇل قىلىشىدىن ۋە ئىدىيەسىدىن ئۆتكۈزۈشىدىن بولىدۇ.

مۇستەقىل ياشاشقا تەۋەككۈل قىلىش ئۆزىنى ۋە ئۆزگىنى سۆيۈش ئەمەلىيىتىدۇر، بىراق ئۆزلۈكنى تاكامۇللاشتۇرۇش مۇكەممەللىك ئىستىكىدىن باشقا يەنە نۇرغۇن ئاساسلارغا موھتاج. ئۆزۈمنى مىسال قىلسام، قانداق ئۆزگىرىشىمدىن قەتئىينەزەر، مەن يەنىلا ياخشى ئادەم، باشقىلارمۇ ھەمىشە: «سىز بىز ئۇچراتقان ئەڭ مۇكەممەل ئادەم» دېيىشىدۇ. سىز پەقەت ئۆزىڭىز بولسىڭىزلا بولىدى. پەقەت سىز ئۆزىڭىز بولسىڭىزلا، نېمە قىلىشىڭىزدىن قەتئىينەزەر، بىز ئوخشاشلا سىزنى سۆيىمىز. «ئاتا-ئانامنىڭ مۇھەببىتى پەيدا قىلغان خاتىرجەملىك تۇيغۇسى ئۆزۈمنى سۆيۈشۈمدە ئەكس ئېتىدۇ، ئەگەر ئۇلار بولمىسا ئىدى، چوقۇمكى، مەنمۇ بۇ بىلىشسىز يولنى تاللىمىغان بولاتتىم، خاسلىقىمنىڭ يوقىلىشىغا

پەرۋا قىلماي، ئۇلار لايىھەلىگەن ئەندىزىگە، ئۇلار سىزغان خەرىتىگە ئەگەشكەن بولاتتىم.

ھەركىم ئۆز تالانتىنى جارى قىلدۇرىدىغان بىلىشىسىز دۇنياغا ئاتلىنىدىكەن، مۇتلەق ئۆزلۈك ۋە مۇستەقىل پىسخىكا شەكىللەندۈرگەندىلا، ئاندىن ئەركىن ھالدا ھايات مۇكەممەللىكىنىڭ ئەڭ يۇقىرى چوققىلىرىغا يېتەلەيدۇ ھەمدە ئەركىن ھالدا ئۆزىنىڭ چەكسىز سۆيۈش كۈچىنىمۇ نامايان قىلالايدۇ. شەخسىنىڭ تىجارىتى ئەگەر ئۆزگىنىڭ ۋە جەمئىيەتنىڭ ئارزۇسىنى قاندۇرۇش بولسا، بېغىشلاش دەرىجىسى تېخىمۇ تۆۋەنلەپ كېتىدۇ. يۇقىرى-تۆۋەن، چوڭقۇر-تېيىز قاتلام ئايرىماي بېغىشلاش مۇھەببەتنىڭ ئۇل تېشىدۇر. چوڭقۇر بېغىشلاش ئارقىلىق، ھېسسىياتنى ئۇتتۇقلۇق مۇناسىۋەتلەشتۈرگىلى بولمايدۇ. بىراق ئۇنىڭ ياردىمىنى سەل چاغلاشقا بولمايدۇ.

بېغىشلاش ۋەھىمىسى

مەيلى يۇقىرى-تۆۋەن بولسۇن، ياكى تېز-چوڭقۇر بولسۇن، بېغىشلاش مۇھەببەتنىڭ ئۇل تېشىدۇر. چوڭقۇر بېغىشلاش ئارقىلىق ھېسسىياتنى ئۇتتۇقلۇق مۇناسىۋەتلەشتۈرگىلى بولمايدۇ، براق ئۇنىڭ ياردىمى ئاز ئەمەس. باشلانغىنىدا تېزرەك بولسىمۇ، ۋاقىتنىڭ ئۆتۈشىگە ئەگىشىپ ئارتىدۇ، ئۇنداق بولمىغىنىدا، يا پۈتۈنلەي بەربات بولىدۇ، يا ئىنتايىن زەئىپ ھالەتكە چۈشۈپ قالىدۇ.

ئۆزۈمنى مىسال قىلسام، توي مەرىكە زالىغا كىرىپ بولغۇچە ناھايىتى سالماق ئىدىم، قەدەممۇقەدەم ئىلگىرىلىدىم، يات بىر خىل تىترەك ئۇلاشتى. شۇنىڭدىن كېيىن مۇراسىمنىڭ ۋە ئۇنىڭدىن كېيىنكى جەرياننىڭ قانداق بولغانلىقى ئېسىمدە يوق. تويدىن كېيىنكى بېغىشلاش ياشلىقتىكى ئەسەبىي سۆيگۈنى نىكاھ ۋە مۇھەببەتنىڭ ئېنېرگىيەسىگە ئايلاندۇرۇشنى كۆرسىتىدۇ. ئوخشاشلا، باللىق بولغاندىن كېيىنكى بېغىشلاش بىيولوگىيەلىك ئىقتىدارىمىزنى مۇھەببەتلىك ئاتا-ئانىغا ئايلاندۇرۇشنى كۆرسىتىدۇ.

مۇھەببەتنى ئاساس قىلغان ھېسسىيات مۇناسىۋەتلىرىدە، بېغىشلاش تۇسى بولىدۇ. ئۆزگىنىڭ تاكامۇللۇقى ئۈچۈن ئۆزىنى بېغىشلىغان ئادەملەرنىڭ ھەممىسى مۇكەممەللىك يولىدا ئۈزۈكسىز بىلىمگە ئېرىشىدۇ ياكى بىلىشكە ئېرىشىدۇ. ئەگەر بىر بالا كەلگۈسىنى تولىمۇ مەجھۇل ھېس قىلىپ، تاشلىۋېتىلىشتىن ئەنسىرەپلا يۈرسە، مۇكەممەللىك سەپىرىگە ئاتلىنالمايدۇ. ئەر-ئاياللار ئارىسىدىكى تايىنىش ۋە مۇستەقىللىق، قوللاش ۋە بويسۇندۇرۇش، ئەركىنلىك ۋە ساداقەت قاتارلىق مەسىلىلەرگە دۇچ

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

كەلگەندە، توقۇنۇشنىڭ مۇناسىۋەتنى ئۈزۈۋېتەلمەيدىغانلىقىغا ئىشەنمىسە، ئۇنداقتا، بەخت يولىغا مېڭىش ناھايىتىمۇ تەس.

بېغىشلىيالماسلىق يېسىخىك كېسەللىكنىڭ ئاساسلىق كېلىش مەنبەسىدۇر. خاراكتېرۈزلارنىڭ بېغىشلاش دەرىجىسى ناھايىتى تېيىز بولىدۇ. ئەگەر كېسىلى ئېغىر بولسا، بېغىشلاشتىن ئەسەرمۇ بولماسلىقى مۇمكىن، بۇ ئۇلارنىڭ بېغىشلاشتىن كېلىدىغان خەۋپتىن قورقىنى ئەمەس، بەلكى ئۇلارنىڭ بېغىشلاشنىڭ نېمىلىكىنى قىلچىلىك چۈشەنمىگەنلىكىدۇر. چۈنكى ئۇلار ئۆسمۈرلۈكىدە، ئاتا-ئانىسىنىڭ ئۆزىنى بېغىشلىشىغا ئېرىشىپ باقمىغان. چوڭ بولغاندىن كېيىنمۇ، ھېچقانداق بېغىشلاش تەجرىبىسى بولۇپ باقمىغان. بېغىشلاش ئۇلارنىڭ چۈشىنىش ئىقتىدارىدىن ھالقىپ كەتكەن بولىدۇ.

يەنە بىر تەرەپتىن ئېيتقاندا، نېۋروزلار بېغىشلاشنىڭ مەنىسىنى چۈشىنىدۇ، بىراق ئۇنىڭدىن قورقۇش سەۋەبلىك ئاڭلا يۈزلەنمەيدۇ. ئۇلار ئۆسمۈرلۈكىدە، ئاتا-ئانىسىنىڭ بېغىشلىشىغا ئېرىشكەن بولسىمۇ، بىراق قوش يۆنىلىشلىك بېغىشلاش مۇناسىۋىتىگە كىرىپ قالغان. ئەپسۇسكى، ئۆلۈم ۋە باشقا سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بۇنداق بېغىشلاش قىسقا ۋاقىت ئىچىدىلا ئاخىرلىشىدۇ. باللىرىغا ئۆزىنى بېغىشلىسىمۇ جاۋابقا ئېرىشەلمەيدۇ، ھايات بەئەينى قاھابەتلىك چۈشكە ئۆزگىرىدۇ. ئۇلار ئامالسىز قايتا بېغىشلاشتىن ئەنسىرەيدۇ، بۇ خىل يارا ھەقىقىي بېغىشلاشقا ئېرىشمىگۈچە ساقايمايدۇ.

شۇنىڭ ئۈچۈن، بېغىشلاش يېسىخىك داۋالاشنىڭ ئەڭ مۇھىم ئۆلچىمى، بەزىدە مەنمۇ كېسىلى نەچچە يىلغىچە ساقايمىغان بىمارلارنى قوبۇل قىلىشتىن قورقىمەن. پىسخولوگ داۋالاشنىڭ دەسلەپكى باسقۇچلىرىدا بىمارلىرى بىلەن ياخشى مۇناسىۋەت ئورناتقاندىلا، خۇددى مۇھەببەتلىك ئاتا-ئانىلار باللىرىغا كۆيۈنگەندەك، يۈتۈن زېھنى بىلەن ئۆزىنى بېغىشلىغاندىلا، بىمارلىرىغا راستلا كۆيۈنگەندىلا داۋالاشمۇ ئۈنۈملۈك بولىدۇ، ياخشى تەجرىبىلەرگىمۇ ئېرىشىدۇ.

بىخەتەرلىك تۇيغۇسىنىڭ كەملىكى

27 ياشلىق رىچ سۇلغۇن، تارتىنچاق ئايال بولۇپ، قىسقىغىنە نىكاھىنى ئاخىرلاشتۇرغاندىن كېيىن ماڭا كۆرۈنگىلى كەپتۇ. ئۇنىڭ ئالدىنقى ئېرى ماك ئۇنىڭ ھەۋەسسىزلىكى تۈپەيلى ئاجرىشىپ كېتىپتۇ. رىچ: «ئۆزۈمنىڭ ھەۋەسسىزلىكىنى بىلىمەن، ئەسلىدە ئۇنى مېنى ئىللىتالايدۇ دەپ قارىغانىدىم. بۇ ماكنىڭ ئەيىبى ئەمەس، مەن ھەرقانداق ئادەم بىلەن بىللە بولسام جىنسىي ھۇزۇر ئالالمايمەن. راستىنى دېگەندە، ئۆزۈممۇ جىنسىيەتتىن خۇشاللىق تېپىشنى ئانچە بەك ئويلىمايمەن، بەزىدە بۇ مەسىلىنى چوقۇم ئۆزگەرتىشىم كېرەك دەپ قارايمەن، چۈنكى نورمال ئادەمنىڭ ھەممىسى دېگۈدەك جىنسىيەتتىن ھۇزۇرلىنالايدۇ. يەنە بىر تەرەپتىن، مېنىڭ ھازىرقى ئەھۋالىم بىخەتەرلىك دەپ ھېس قىلىمەن، ماك ھەمىشە ماڭا ئۆزىگىزنى ئەركىن قويۇۋېتىڭ، خۇشال يۈرۈڭ دەيدۇ، ئەمەلىيەتتە، مەن قىلغان تەقدىردىمۇ ئەركىن بولۇشنى ئىستىشىمنىڭ زۆرۈرىيىتى يوق دەپ ئويلايمەن» دېدى.

داۋالاش ئېلىپ بېرىلىپ ئۈچىنچى ئېيىغا كەلگەندە، مەن رىچقا ئۇنىڭ ھەر قېتىم بالدۇر كېلىدىغانلىقىنى، تېخى ئولتۇرماستىنلا ئەڭ ئاز بولغاندىمۇ ئىككى قېتىم ماڭا «رەھمەت» دەيدىغانلىقىنى، بىرىنچى قېتىم تەكشۈرۈش ئۆيىدە، ئىككىنچى قېتىم مېنىڭ ئىشخانامغا كىرگەندە بولىدىغانلىقىنى كۆرسەتتىم. ئۇ مەندىن: «يوسۇنلۇق بولغانىنىڭ نېمە يامىنى بار» دەپ سورىدى.

— ھېچقانداق يامىنى يوق، ئەمەلىيەتتە بۇ يەردە زۆرۈرىيىتى يوقتەك كۆرۈنىدۇ، سىز خۇددى ئۆشتۆمتۇت كەلگەن مېھمانغا ئوخشاپ

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

قالدىكەنسىز.

— بۇ دېگەن سىزنىڭ شىپاخانىڭىز تۇرسا، مەن ئەلۋەتتە مېھماندە.

— توغرا، بىراق سىز پۇل تۆلەپ ماڭا كۆرۈنگىلى كەلگەن، بۇ مەزگىلدە بۇ بوشلۇق سىزگە تەۋە، سىز بۇنىڭغا ھوقۇقلۇق، مېھمان ئەمەس، بۇ ئىشخانا، تەكشۈرۈشنى كۈتۈش ئۆيى، يەنە بىزگە ئورتاق بولغان ۋاقىتنىڭ ھەممىسى سىزنىڭ. سىز پۇل خەجلەپ ئۇلارنى سېتىۋالغان تۇرۇقلۇق يەنە نېمىشقا ئەسلىي ئۆزىڭىزگە تەۋە نەرسىلەر ئۈچۈن ماڭا رەھمەت ئېيتىسىز؟

رىچ ھەيران قالغان ھالدا مۇنداق دېدى:

— مەن سىزنىڭ راستلا بۇنداق ئويلىغىنىڭىزغا ئىشەنمەيمەن.

مەن دەرھال رەددىيە بېرىپ دېدىم:

— ئۇنداقتا مەن سىزنى خالىغان ۋاقىتتا ھەيدىۋېتىدىكەنمەندە، سىز ھەقىقەتەن مۇشۇنداق ئويلىسىڭىز، كۆنلەرنىڭ بىرىدە سىزگە چوقۇم «رىچ، كېسەللىكىڭىز بىر باشقا چىقمىغۇدەك، ئەمدى سىزنىڭ كېسەللىكىڭىزنى كۆرەلمىگۈدەكمەن، قايتىپ كېتىڭ، سىزگە بەخت تىلەيمەن» دېگەن گەپنى قىلىشىم مۇمكىن.

— بۇ دەل مېنىڭ تۇيغۇم. مەن ئۆزۈمنى ئەزەلدىن ھېچقانداق ھوقۇقۇم، بولۇپمۇ باشقىلاردىن تەلەپ قىلىش ھوقۇقۇم يوق دەپ ھېس قىلاتتىم. سىز مېنى ھەيدىۋەتسەم بولمايدۇ دېمەكچىمۇ؟

— ھە، بولىدۇ، ئەلۋەتتە بولىدۇ، بىراق مەن ئۇنداق قىلمايمەن، ئۇنداق قىلغۇممۇ يوق، بۇ دوختۇرلۇق ئەخلاقىغا خىلاپ. گېپىمنى ئاڭلاڭ رىچ، مەن بۇنداق ئۇزۇن مەزگىل داۋالىنىدىغان سىزدەك بىر بىمارنى قوبۇل قىلغان ۋاقتىمدا، ئاللىبۇرۇن سىزگە ۋە سىزنىڭ كېسەللىكىڭىزگە ۋەدە بەرگەن، مەن سىزنى داۋالاش خىزمىتىگە كىرىشىشكە ۋەدە بېرىمەن، سىز موھتاج بولسىڭىزلا، ئىزچىل سىز بىلەن ھەمكارلىشىمەن، مەيلى بەش ياكى ئون يىل بولسۇن، تاكى سىزنىڭ مەسىلىڭىز ھەل بولغان ياكى سىز ئالدىن قايتىشنى قارار قىلغىنىڭىزغا قەدەر، قارار قىلىش ھوقۇقى سىزنىڭ قولىڭىزدا. ئۇلۇپلا كەتمىسەم، مۇلازىمىتىمگە موھتاجلا بولىدىكەنسىز، مەن

ھەرگىز سىزنى رەت قىلمايمەن.

رىچىنىڭ مەسىلىسىنى چۈشەنمەك قىيىن ئەمەس، داۋالاش باشلانغاندىلا، ئۇنىڭ بۇرۇنقى ئىرى ماك ماڭا: «مەن رىچىنىڭ ئانىسىنى ناھايىتى كۆپ مەسئۇلىيەتنى ئۈستىگە ئېلىشى كېرەك دەپ قارايمەن، ئۇ ئالدىنقى قاتاردىكى كارخانىنىڭ ئالدىنقى قاتاردىكى باش دىرېكتور، بىراق ياخشى ئانا ئەمەس» دېدى. ئۇ ئىپادىسى ياخشى بولمىسا ئۆيدىن ھەيدىلىشتىن ئىبارەت بىر قارا سايە ئاستىدا ياشىغاچقا، ئائىلىسىدە بىختەرلىك تۇيغۇسىنى ھېس قىلالمايدۇ، ئانىسى ئۇنىڭغا خىزمەتكارلارغا مۇئامىلە قىلغاندەك مۇئامىلە قىلىدۇ، رىچ پەقەت ئالدىن بېكىتىلگەن ئىشلەپچىقىرىش ئۆلچىمىگە يەتكەندىلا، ئاندىن بۇ ئۆيدىكى ئورنى كاپالەتكە ئىگە بولىدۇ. ئۇ كىچىك چاغلىرىدىن باشلاپ ئۆيدە بىختەرلىك تۇيغۇسى بولمىسا، مەن بىلەن بىللە تۇرغاندا قانداقسىگە بىختەر ھېس قىلسۇن؟

ئاتا-ئانىنىڭ بالا بىلەن بولغان مۇناسىۋىتىگە ياخشى كىرىشەلمىگەنلىكىدىن كېلىپچىققان ئۇزۇن مەزگىللىك جاراھەتنى بىرنەچچە ئېغىز تەسەللى بىلەنلا ساقايتىۋېتىش ناتايىن. داۋالاش بىر يىلدىن كۆپرەك داۋاملاشقاندىن كېيىن، مەن ھەمىشە رىچ بىلەن ئۇنىڭ نېمىشقا مېنىڭ ئالدىمدا يىغلىمايدىغانلىقىنى مۇنازىرە قىلدىم، بۇ ئۇنىڭ «ئەركىن» بولالمىغانلىقىنىڭ بىر ئىسپاتى ئىدى. بىر كۈنى مەن ئۇنىڭ سەزگۈرلۈكىنى ئاشۇرۇش، باشقىلار ئېلىپ كەلگەن جىمغۇرلۇقى ۋە ئازابتىن قانداق ساقلىنىدىغانلىقىنى بايان قىلىۋاتقاندا، ئۇنى يەنە سەللا ئىلھاملاندۇرسام ياشلىرىنىڭ بۇلدۇقلاپ ئېقىپ چىقىدىغانلىقىنى سەزدىم، شۇڭلاشقا بىزنىڭ داۋالاش مۇناسىۋىتىمىزگە نىسبەتەن بىنورمال بولغان بىر ئىشنى قىلدىم، قولۇمنى سوزۇپ ئۇنىڭ چاچلىرىنى يەڭگىل سىيلاپ تۇرۇپ، مۇڭلۇق ئاۋازدا: «رىچ ھەقىقەتەن بىچارە، رىچ ھەقىقەتەن بىچارە» دېدىم. بىراق بۇ چارىمۇ ئاقمىدى، ئۇ ئولتۇرغان جايىدىن تۇيۇقسىز لىككىدە تۇرۇپ، كۆزلىرىدە ياشنىڭ يۇقىمۇ يوق ھالدا: «مەن قىلالمىغۇدەكمەن، ئەركىن بولالمايدىكەنمەن» دېدى.

www.uyghurkitap.com

كېيىنكى قېتىملىق داۋالاش باشلانغان چاغدا، رىچ مېنىڭ ئىشخانامغا كىردى ھەمدە بۇرۇنقىدەك يۈلەنچۈكلۈك ئۇزۇن ئورۇندۇقتا ياتماي، تىك ئولتۇرۇپ ماڭا: «بولدى ئەمدى گەپ قىلىش نۆۋىتى سىزگە كەلدى» دېدى. ئۇنىڭدىن سورىدىم:

— بۇ نېمە دېگىنىڭىز؟

— سىز ماڭا مەسىلەمنىڭ نەدە ئىكەنلىكىنى ئېيتىپ بېرىڭ.

مەن گاڭگىرىغان ھالدا:

— مەن يەنىلا نېمە دېمەكچى بولغىنىڭىزنى چۈشەنمىدىم.

— بۇ سىزنىڭ ئەڭ ئاخىرقى بىر قېتىملىق داۋالىشىڭىز، سىز مەسىلەمگە قارىتا بىر خۇلاسە چىقىرىشىڭىز ھەم ماڭا سىزنىڭ نېمىشقا ئەمدى مېنى داۋالىماسلىق قارارىغا كەلگىنىڭىزنى ئېيتىپ بېرىشىڭىز كېرەك.

— مەن سىزنىڭ گېپىڭىزنى قەتئىي چۈشەنمىدىم.

رىچ گاڭگىراپ قالدى:

— ئالدىنقى قېتىم سىز مېنى يىغلاتماقچى ئەمەسمىدىڭىز؟ ئۇزۇندىن بېرى سىز ئۇدا مېنىڭ يىغلىشىمنى ئۈمىد قىلىپ كەلدىڭىز، ئالدىنقى قېتىم مېنىڭ يىغلىشىمغا ئىمكانقەدەر ياردەم بەردىڭىز-يۇ، لېكىن يىغلىيالمىدىم، شۇڭا سىز چوقۇم ئەمدى مېنى داۋالىماسلىق قارارىغا كەلگەن گەپ. مەن سىز ئويلىغان ئىشنى قىلالمىدىم، شۇڭا بۈگۈن چوقۇم ئەڭ ئاخىرقى داۋالاش بولۇپ قالدۇ.

— سىز راستىلا مېنى سىزدىن ۋاز كېچىدۇ دەپ قالدىڭىز، شۇنداقمۇ رىچ؟

— شۇنداق، ھەرقانداق ئادەم شۇنداق قىلىدۇ.

— خاتا، رىچ، ھەرقانداق ئادەم ئەمەس. بەلكىم ئانىڭىز شۇنداق قىلىشى مۇمكىن، بىراق مەن ئانىڭىز ئەمەس، دۇنيادىكى ھەر بىر ئادەم سىزنىڭ ئانىڭىزغا ئوخشىمايدۇ. سىز مېنىڭ مالىيىم ئەمەس، سىزنىڭ بۇ يەرگە كېلىشىڭىز مېنىڭ سىزدىن كۈتىدىغان ئىشىمنى قىلىش ئۈچۈن ئەمەس، بەلكى ئۆزىڭىز قىلماقچى بولغان ئىشنى قىلغىلى ھەمدە ئۆزىڭىز

تاللىغان ۋاقىتتا قىلىش ئۈچۈن كەلگەن. مەن بەلكىم سىزنى ئۇنتۇشۇم مۇمكىن، لېكىن سىزنى مەجبۇرلايدىغان ھوقۇقۇم يوق، قانچە ئۈزۈندا كېلىشنى ئويلىسىڭىز شۇنچە ئۈزۈندا كەلسىڭىز بولىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

سەزگۈرلۈك ۋە كېسەللىك

باللىقىدا ئاتا-ئانىسىنىڭ مۇھەببىتىگە ۋە بېغىشلىشىغا ئېرىشىپ باقمىغان كىشىلەردە، چوڭ بولغاندىن كېيىن «قارشى تەرەپنى تاشلىۋېتىش» كېسەللىكى كۆرۈلىدۇ. بۇ خىل كېسەللىكنىڭ نۇرغۇن شەكىللىرى بار بولۇپ، رىچىنگكىگە ئوخشاش، سەزگۈرلۈك (كۆڭدەشلىك بۇنىڭ يۇقىرى پەللىسى) دەل شۇلارنىڭ بىرىدۇر. گەرچە رىچ بۇ نۇقتىنى ھېس قىلمىغان بولسىمۇ، بىراق ئۇنىڭدىكى سەزگۈرلۈك ئېرىنىڭ بۇرۇنقى تۇرمۇشىدىن نارازى بولۇپ ئېيتقان: «ئۆزۈمنى ھەرگىز ساڭا ئاتىمايمەن، چۈنكى سەن ھامان بىر كۈنى مېنى تاشلىۋېتىسەن» دېگەن سۆزدىلا ئەمەس. رىچقا نىسبەتەن ئېيتقاندا، جىنسىيەت ۋە باشقا تەرەققىياتلارنىڭ ھەممىسى بېغىشلاش ھەرىكەتلىرىدۇر. ئۆتمۈشتىكى بېغىشلىشى جاۋابقا ئېرىشەلمىگەندە، ئۇلار ئەلۋەتتە قايتا ئۆزىنى بېغىشلىمايدۇ.

رىچ بىرەرسى بىلەن يېقىنلاشقاندا، قەلبىنى: «مەن سېنى ئاۋۋال تاشلىۋېتىشىم كېرەك» دەيدىغان ۋەھىمە قاپلايدۇ. بىر يىل داۋالانغاندىن كېيىن، ئۇ 80 دوللارنى چىقىرىشتا قىينىلىۋاتقانلىقىنى، ئاجراشقاندىن كېيىن تۇرمۇشتا قىينىلىپ قېلىۋاتقانلىقىنى ئېيتىپ، ھەپتىدە ئىككى قېتىم كېلىشنى بىر قېتىمغا ئۆزگەرتىشنى تەلەپ قىلدى. رېئاللىق نۇقتىسىدىن ئېيتقاندا، بۇ ناھايىتى بىمەنە تەلەپ ئىدى. مەن ئۇنىڭ مۇقىم خىزمىتى، مائاشى بارلىقىنى، باي ۋە ئابرۇيلۇق بىر جەمەتتىن كېلىپچىققانلىقىنى، 50 مىڭ دوللارلىق مىراسىنىڭ ئىگىسى ئىكەنلىكىنى بىلەتتىم، ئىقتىساد جەھەتتىن قىلچە مەسىلە يوق ئىدى.

نورمال ئەھۋال ئاستىدا، ئۇنىڭ بىلەن تالاشسام، ئۇ باشقا

بىمارلىرىمدىن ئالىدىغان ھەقنى باھانە قىلىپ، ماڭا يېقىنلىشىشتىن ئۆزىنى قاچۇراتتى. يەنە بىرى، رىچ ئۈچۈن ئېيتقاندا، پۇل بىر مەسىلە بولۇپلا قالماي، يەنە ئۇنىڭ ئەڭ چوڭ يۆلەنچۈكى ئىدى، ئۇ پۇلدىن ئايرىلىپ قېلىشنى خالىمايتتى. گەرچە مىراسىنىڭ ناھايىتىمۇ ئاز بىر قىسمىدىن ۋاز كېچىپ، داۋالىنىشنى داۋاملاشتۇرۇشنى ئېيتىشىم يوللۇق بولسىمۇ، بىراق ئۇنىڭ بۇ جەھەتتىكى تەييارلىقىنىڭ يوقلۇقىدىن ئەنسىرەيتتىم. ئەگەر چىڭ تۇرۇۋالسام، ئۇ قايتا كەلمەسلىكى مۇمكىن ئىدى.

ئۇ ھەپتىدە بىر قېتىم كېلىشنى، بىر قېتىم ئۈچۈن 50 دوللار تۆلەشنى تەلەپ قىلدى، مەن ھەپتىدە ئىككى قېتىم كېلىشنى، بىر قېتىم ئۈچۈن 25 دوللار تۆلەشنى ئېيتتىم. ئۇ ناھايىتى مۈرەككەپ ۋە ھەيرانلىق تۈيغۇسى بىلەن: «راست دېدىڭىزمۇ؟» دەپ سورىدى. بېشىمنى لىڭشىتتىم. ئۇزاققىچە سۈكۈتكە چۆكتۇم.

— ئائىلىمىز باي بولغاچقا، ھەرقانداق بىر كىشى مەندىن كۆپرەك پۇل ئۈندۈرۈۋېلىشنى ئويلايدۇ. سىز تۇنجى قېتىم ماڭا باھادا يول قويغان پسىخولوگ، ئىلگىرى ھېچكىم بۇنداق قىلىپ باقمىغانىدى، — دېدى ئۇ كۆز يېشى قىلغىنىچە.

ئۇنىڭدىن كېيىنكى بىر يىلدا رىچ ئىككىمىزگە ئورتاق بولغان بېغىشلاش بولامدۇ-بولمامدۇ دېگەن مەسىلە ئۈستىدە ئويلىنىپ يۈردى، ھەتتا بىر قانچە قېتىم قايتىپ كەتمەكچىمۇ بولدى. مەن ھەپتىدە تېلېفون قىلىپ، خەت يېزىپ نەسىھەت قىلىپ دېگەندەك ئۇنى ئىزدىدىم.

ئىككىنچى يىلدا بىز مەسىلىگە بىۋاستە يۈزلەندۇق. مەن رىچنىڭ شېئىر يازىدىغانلىقىنى بىلەتتىم، ئەسەرلىرىنى ئوقۇپ بېقىشنى تەلەپ قىلدىم. ئۇ باشتا رەت قىلدى، كېيىن ماقۇل بولدى، بىراق بىر قانچە قېتىم «ئالغاچ كېلىشنى ئۇنتۇپ قالدىم» دېدى. شېئىرلىرىنى ماڭا كۆرسەتكىلى ئۇنىماسلىق ئەمەلىيەتتە مارك ۋە باشقا ئەرلەر بىلەن جىنسىيەت جەھەتتىن يېقىنلاشقىلى ئۇنىماسلىققا ئوخشاش ئىشلىقىنى ئېيتتىم. ئۇ: «نېمىشقا شېئىرلىرىنى كۆرستىش ۋە جىنسىي تۇرمۇشمۇ بېغىشلاشتىن

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

دېرەك بېرىدۇ؟» دەپ سورىدى. ئەگەر ئۇنىڭ شېئىرلىرىغا نىسبەتەن ھېچقانداق ئىنكاستا بولمىسام، ئۇنى ياراتمىغانلىقىم بولامدۇ؟ بۇ ئارقىلىق دوستلۇقىمىز ئۈزۈلۈپ قالامدۇ؟ ئۇنىڭ شېئىرلىرىنى كۆرۈشۈم ئىككىمىزنىڭ مۇناسىۋىتىنى تېخىمۇ چوڭقۇرلاشتۇرۇشى مۇمكىنمۇ؟ ئۇ نېمىشقا بۇنىڭدىن ئۆزىنى قاچۇرىدۇ؟ مەن شۇلارنى ئويلىدىم.

ئۈچىنچى يىلىغا بارغاندا، رىچ ئۆزىمنى بېغىشلىشىمغا ئىشىنىشكە ۋە قوبۇل قىلىشقا باشلىدى. ئاخىرى ئۇ شېئىرلىرىنى ماڭا كۆرسەتتى. ئارىمىزدىكى ھاك ۋە قاتماللىقىمۇ ئىناقلىققا ۋە ئازادىلىككە ئايلاندى. بۇرۇنقى سوغۇق ۋە ئۇنىسىز مۇناسىۋىتىمىزنى خۇشال ۋە قىزغىن ھالەتكە ئۆزگەرتتۇق. ئۇ: «مەن ھېچقاچان بىرەرسى بىلەن بۇنداق ئازادە مۇناسىۋەتلىشىپ باقمىغانىدىم، بۇ مەن ھېس قىلغان تۇنجى خاتىرجەملىك تۇيغۇسىدۇر» دېدى. ئىككىمىز ئورتاق ھالدا بەرپا قىلغان بىخەتەرلىك تۇيغۇسىغا تايىنىپ، تۇرمۇشىمىزنى باشقا تەرەپلەرگىمۇ تەرەققىي قىلدۇردۇق. ھازىر ئۇ شۇنى چۈشەندىكى، جىنسىيەت بىر تۇرلۇك بېغىشلاش ئەھدىسى ئەمەس، بەلكى ئۆزلۈكنىڭ ئىپادىلىنىشى، ئويۇن، ئىزدىنىش، ئۆگىنىش ۋە شادلىقنىڭ قويۇۋېتىلىشىدۇر. ئۇ ھەر قېتىم ئازابلانغاندا ۋە ئوڭۇشسىزلىققا ئۇچرىغاندا، مېنىڭ ئانىسىدەك، سۆزلىرىنى كۆڭۈل قويۇپ ئاڭلايدىغانلىقىمغا ئىشەنگەندىن كېيىن، «جىنسىيەت»نىمۇ ئەركىنگە قويۇۋەتتى، سەزگۈرلۈكىمۇ يوقالدى. تۆتىنچى يىلى، ئۇ تېخىمۇ شوخ، ئوچۇق ۋە قىزغىن بىر ئادەمگە ئايلاندى، كىشىلىك مۇناسىۋەتنىڭ ياخشىلىقلىرىدىن ھوزۇرلىنىشقا باشلىدى.

ئۆزلۈك ئېڭىنىڭ تەۋەككۈلچىلىكى

داۋالاش خەتەرگە تولغان بولىدۇ، ئۆزلۈكنىڭ ئۆزىگە جەڭ ئېلان قىلىشى ۋە ئۆزىنى مۇكەممەللەشتۈرۈشىمۇ خەتەرگە تولغان بولىدۇ. مەن ئالدىنقى بۆلەكلەردە ئىنتىزامغا ۋە ھەقىقەتكە سادىق بولۇشنى مۇلاھىزە قىلغاندا، بىر ئادەمنىڭ رېئاللىق قارىشى، دۇنيا قارىشى ۋە ھېستېرىيەسىنىڭ ئۆزگىرىشىنىمۇ تەپسىلىي ئانالىز قىلغانىدىم. بىراق ئۆزلۈكنى ئۆزۈكسىز كېڭەيتىش ئۈچۈن، كىشىلىك ئالاقىنىڭ يېڭى ساھەسىنى ئېچىشقا، مۇھەببەتنى تۇرمۇشنىڭ مەركىزىي نۇقتىسى قىلىشقا توغرا كېلىدۇ، بىراق ئۆزگىرىش ھەقىقەتەن قىيىن.

قەلبنىڭ مۇكەممەللىشىش جەريانىدا، ھەمىشە يېڭى دۇنيا قاراشقا ئاساسەن تەڭشىمىسە بولمايدىغان مەسىلىلەر كۆرۈلىدۇ. بۇنداق ئۆتمۈش بىلەن تۈپتىن پەرقلىنىدىغان قىلىقلار ھەرگىزمۇ شەخسنىڭ خەۋپلىرىگە ۋەكىللىك قىلالمايدۇ. بىر ھەمجىنس يىگىتنىڭ قىز بالىنى ئاكتىپلىق بىلەن ئۇچرىشىشقا تەكلىپ قىلىشى، ھېچكىمگە ئىشەنمەيدىغان بىرىنىڭ تۇنجى قېتىم پسىخولوگنىڭ كارىۋىتىدا خاتىرجەم يېتىشى، بىر ئائىلە ئايالىنىڭ ئېرىدىن سورىمايلا سىرتتىن خىزمەت تېپىشى ۋە ئۆزىنىڭ مۇستەقىل ياشايدىغانلىقىنى جاكارلىشى، بەش ياشلىق بالىنىڭ ئانىسىغا ئەمدى ئەركىلەتمە ئىسمىنى چاقىرماسلىق توغرىسىدا ئاگاھلاندۇرۇش بېرىشى، رەھىمسىز، جاھىل ئەرنىڭ تۇنجى قېتىم ئىشخانىسىدا ئۈنلۈك يىغلىشىنى قانداقمۇ ئادەتتىكى تەۋەككۈلچىلىك دېگىلى بولسۇن.

مۇشۇنىڭغا ئوخشاپ كېتىدىغان پائالىيەتلەر كىشىگە ئەسكەرلەر ئۇرۇشقا كىرگەندىكى ئەنسىرەشتىنمۇ زورراق خەۋپنى ئېلىپ كېلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورىبېكىتى www.uyghurkitap.com

مىلتىق ئەسكەرنىڭ كەينىدىن تىرەلگەندە، ئۆزىنى قاچۇرۇشنى ئويلىسىمۇ قاچالمايدۇ. بىراق مۆكەممەللىكنى قوغلىشىدىغان ئادەم ئاسانلا ئۆتمۇشكە قايتالايدۇ، ئۆزىگە تونۇش ۋە تار تۇرمۇش شەكلىنى ئەسلىگە كەلتۈرەلەيدۇ.

مۇۋەپپەقىيەت قازانغان پسىخولوگلار پسىخىكىلىق داۋالاش جەريانىدا، چوقۇمكى بىمارغا ئوخشاش ئۆزىنى بېغىشلىشى ۋە جاسارەت كۆرسىتىشى كېرەك. پسىخولوگمۇ خەتەرگە تەۋەككۇل قىلىشى كېرەك. مەن ئىلگىرى ئۆگەنگەن نۇرغۇن پسىخىك داۋالاش قائىدىلىرىدىن ۋاز كەچتىم. بۇ ھەرگىزمۇ مەشىقلىنىشىمگە خىلاپلىق قىلىش ياكى ئاڭقاۋلىقىم ئەمەس، بەلكى بىمارنىڭ ئەھۋالىنى ئويلاشقىنىم ئۈچۈندۇر، بىمارنىڭ ئەھۋالى مېنى بۇ خىل ئەنئەنىلەردىن قۇتۇلۇشۇمغا ۋە ماس داۋالاش ئۇسۇلىنى تېپىشىمغا مەجبۇر قىلدى، مەن باشقىلارغا ئوخشىمىغان ھالدا ئەنئەنىگە ۋە خەتەرگە تەۋەككۇل قىلدىم.

ئۆزۈمنىڭ ھەربىر مۇۋەپپەقىيەتلىك داۋالاش ئارخىپلىرىنى كۆرگىنىمدە، ھەربىرىدىن مەن دۈچ كەلگەن تاللاش نۇقتىسى ۋە بۇرۇلۇش نۇقتىسىنى كۆرەلەيمەن. بۇ ھالقىلاردا، داۋالىغۇچى ئۈستىگە ئالغان ئوقۇبەت ۋە مەسئۇلىيەت داۋالاشنىڭ نېگىزلىك ئاملى ھېسابلىنىدۇ. بىمار بۇ نۇقتىلارغا قەدەممۇقەدەم ئېچكىرىلىگەندە داۋالاشنىڭ ئۈنۈمىنى كۆرەلەيدۇ. داۋالىغۇچى مۇشۇنداق ئۆزلۈكنى تولۇقلاش ئارقىلىق داۋالانغۇچىنىڭ ئازابىنى ئۈستىگە ئالغاندا ۋە بىمار بىلەن تەڭ ئازابنى ئۈستىگە ئېلىشنى خالىغاندا، مۆكەممەللىشىش ۋە ئۆزگىرىش مەقسىتىگە يېتەلەيدۇ.

ياخشى ئائىلە باشلىقى بىلەن ياخشى پسىخولوگنىڭ مېتودى ئوخشىشىپ كېتىدۇ. پەرزەنتلەرنىڭ گېپىنى ئاڭلاشمۇ ئۆزلۈكنىڭ مەزمۇنى ۋە مۆكەممەللىككە چېتىلىدۇ. بالىلارنىڭ تەلەپلىرى ئۈچۈن، ئۆزىمىزنى ئۆزگەرتمىسەك بولمايدۇ. مۇشۇنداق ئوقۇبەت ۋە ئۆزگىرىشنى چىن قەلبىمىزدىن خالىساقلا، ئاندىن بالىلارنىڭ كۆڭلىدىكى ئاتا-ئانىغا ئايلىنالايمىز. چۈنكى بالىلار توختىماستىن ئۆزگىرىدۇ ۋە چوڭ بولىدۇ، بىزمۇ ئۇلارغا ئەگىشىپ چوڭ بولۇشىمىز كېرەك، ئۆزگىرىشىمىز كېرەك.

نۇرغۇنلىغان ئاتا-ئانىلار پەرزەنتلىرى ياشلىق مەزگىلىگە يېتىشتىن ئىلگىرى ئۇلارغا ياخشى ماسلىشىدۇ، بىراق ئۇنىڭ داۋامىدا بالىلىرىغا ماسلىشالماي قالىدۇ ۋە ئۆزگىرەلمەيدۇ. بۇ ئۇلارنىڭ بالىلارغا بولغان پوزىتسىيەسىنى ئۆزگەرتەلمىگەنلىكىدىن ۋە تەڭشىيەلمىگەنلىكتىندۇر. بەزىلەر ئاتا-ئانىنىڭ بالىلىرى ئۈچۈن ئوقۇبەتنى ۋە ئۆزگىرىشنى باشتىن كەچۈرۈشنى ئۆزلۈكىنىڭ قۇربان بولۇشى ياكى پىداكارلىق دەپ قارايدۇ. ئەمەلىيەت بۇنداق ئەمەس، بۇ جەرياندا ئاتا-ئانىلارنىڭ ئېرىشكەنلىرى بالىلارنىڭكىدىنمۇ كۆپ بولىدۇ. ئاتا-ئانىلار بالىلىرىدىن ئۆگەنسە، دەۋرنىڭ ئارقىسىدا قالمايدۇ. بۇ مەنىلىك ھاياتقا ئېرىشىشنىڭ ئەڭ ياخشى پۇرستى بولسىمۇ، ئەپسۇسكى، نۇرغۇن كىشىلەر بۇ پۇرسەتنى قۇرۇقتىن-قۇرۇقلا ئۆتكۈزىۋېتىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

توقۇنۇش ۋە بىخەستەلىك

سۈيگۈدىكى ئەڭ ئاخىرقى ۋە ئەڭ ئېغىر بىر خەۋپ يۈز تۇرا تەنقىدلەشتۇر. بىر ئادەمنى يۈز تۇرا تەنقىدلىگەندە، بۇ قارشى تەرەپنى: «خاتالاشتىڭىز، مەندەك قىلسىڭىز ئاندىن توغرا بولىدۇ، چوقۇم ئۆزگىرىشىڭىز كېرەك» دېگەن بىلەن باراۋەر. باشقىلارنى ئەيىبلىمەك بەك ئاسان، ئاتا-ئانىلارنى، ئايالىنى ۋە باشقىلارنى تەنقىدلەش خۇددى ئۇلارنى مېھمان قىلغاندەكلا ئىش. بىراق بۇ خىل تەنقىدنىڭ ئالدىدا، غەزەپ ۋە نارازىلىقنى ئۆز ئىچىگە ئالغان ھاياجانلىنىش تۇرغان بولىدۇ، ئۇ ھاياتنى مۇرەككەپلەشتۈرۈپلا قالماي، يەنە دۇنيانى تېخىمۇ قالايمىقانلاشتۇرىۋېتىدۇ.

دىلى سۆيگۈگە تولغان كىشىلەر ئاسانلىقچە باشقىلارنى تەنقىدلىمەيدۇ ۋە باشقىلار بىلەن توقۇنۇشمايدۇ. چۈنكى ئۇلار بۇنداق قىلسا باشقىلارغا تەكەببۇر تەسىر بېرىپ قويىدىغانلىقىنى بىلىدۇ. يارى بىلەن قارشىلىشىش ئۆزىنى ئەخلاق ۋە بىلىم جەھەتتىن ئۇنىڭدىن بىر دەرىجە ئۈستۈن تۇتقانلىقتۇر. بىراق ھەقىقىي ياخشى كۆرۈشكەندە، چوقۇمكى قارشى تەرەپنىڭ خۇددى ئۆزىگە ئوخشاش مۇستەقىل مەۋجۇتلۇق ئىكەنلىكىنى ئېتىراپ قىلالايدۇ. بۇ خىل بىلىش ئارقىسىدا، ئۇ ھەرگىزمۇ: «مېنىڭ توغرا، سېنىڭ خاتا، قانداق قىلسام ياخشى بولىدىغانلىقىنى ساڭا قارىغاندا ياخشى بىلىمەن» دېمەيدۇ. بىراق رېئال تۇرمۇشتا، بەزىدە كۆيۈنۈشنىڭ قانداق بولىدىغانلىقى ياندا قاراپ تۇرغۇچىغا تېخىمۇ ئېنىق بولىدۇ. ھالبۇكى، ئالاھىدە ئەھۋاللاردا، بۇ ئادەم ئېھتىمال ھەقىقەتەن ئەڭ ئالىي ئەخلاق ۋە بىلىمگە ئىگە بولۇشى مۇمكىن. بۇ ۋاقىتتا ئۇ قارشى تەرەپكە مەسىلىنى ئېنىق چۈشەندۈرۈشكە تېگىشلىك.

شۈڭلاشقا، سۆيگۈچى ھەمىشە ئىككى قىيىن مەسىلە ئىچىدە ياشايدۇ، بىرى جانانىنىڭ مۇستەقىل تۇرمۇشىغا ھۆرمەت قىلىپ، ئۇنى ئىختىيارىغا قويمىسا بولمايدۇ. يەنە بىرى، ھەر ۋاقىت جانانىنىڭ تۇرمۇشىغا كۆڭۈل بۆلۈپ، ئۇنىڭ ئىشلىرىغا ئارىلىشىپ تۇرمىسا بولمايدۇ.

ئۆزلۈكنى زىيىكمەستىن ئانالىز قىلغاندىلا، ئاندىن بۇ خىل قىيىنچىلىقنى يەڭگىلى بولىدۇ. سۆيگۈچى چوقۇم ئۆزىنىڭ «پاراسەت»ىنىڭ قىممىتىنىڭ بار-يوقلۇقىنى تەكشۈرۈشى ھەمدە ئۆزىنى ھەرىكەتلەندۈرۈشى كېرەك. «مەن ئەھۋالنى ئېنىق بىلمەنمۇ ياكى پەرەز قىلدىممۇ، مەن راستلا جانانىمنى چۈشىنەمەنمۇ؟ ئۇنىڭ تاللىشىدا خاتالىق بارمۇ-يوق؟ ئۆزۈمنىڭ بىلىشىمنىڭ چەكلىكلىكى سەۋەبلىك، ئۇنىڭ تاللىشىنى نادانلىق دەپ بىلدىممۇ-يوق؟ جانانىم قارارىمغا قوشۇلۇپلا ياشىسا، شەخسىيەتچىلىك قىلغان بولمەنمۇ-يوق؟». مۇھەببەتنى باشلىنىش نۇقتىسى قىلغان كىشى ھەمىشە ئۆزىدىن بۇ مەسىلىلەرنى سورايدۇ. ئۆزلۈك ھەققىدە ئويلىنىشنىڭ ماھىيىتى تەمكىنلىكتىدۇر. خۇددى 14-ئەسىردىكى ئەنگلىيەلىك پوپ ئېيتقاندەك: «كەمتەرلىكنىڭ دانالىقنىڭ ھالىتى، ئۆزىنى بىلىش ۋە چۈشىنىش ئۆلىمالارچە كەمتەرلىكنىڭ ئىپادىسى»دۇر.

ئىككى خىل ئۇسۇلنى قوللىنىپ باشقىلارنى تەنقىدلىسە بولىدۇ. بىرى، بىۋاستە سېزىمغا ئاساسلىنىپ، ئۆزىنىڭ خاتا قىلمىغانلىقىغا ئىشەنسە بولىدۇ. يەنە بىرى، تەكشۈرۈش ئارقىلىق ئۆزى ھەققىدە ئويلىنىپ، ئۆزىنىڭ توغرا قىلغانلىقىنى ئېتىراپ قىلسا بولىدۇ. ئالدىنقىسى مەغرۇرلۇق بولسىمۇ، بىراق ئاتا-ئانىلار، ئەر-ئاياللار، ئوقۇتقۇچىلار ۋە ئادەتتىكى كىشىلەر مۇشۇنداق ئۇسۇلنى قوللىنىدۇ، نەتىجىدە ھەمىشە نەپرەتكە ئۇچرايدۇ. ئىلگىرىلەش ئەمەس، نۇرغۇنلىغان ئەكس تەسىرلەرنى پەيدا قىلىدۇ. كېيىنكىسى كەمتەرلىك، شۇغۇنىسى ئۇ ئۆزلۈكنىڭ مۇكەممەللىشىشىگە موھتاج بولغاچقا ناھايىتى ئاز ئۇچرايدۇ. بىراق ئۇنىڭ مۇۋەپپەقىيەت قازىنىش ئېھتىماللىقى چوڭ، تەجرىبەمدىن قارىغاندا، ئەكس تەسىرمۇ پەيدا قىلمايدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى
www.uyghurkitap.com

ساختا تەمكىنلىك

نۇرغۇن كىشىلەر مەلۇم سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئۆزىنى تۇتىۋالالمايدۇ، بىراق ھەقىقىي تەنقىد باسقۇچىغا كەلگەندە كەمتەرلىكىنىڭ سايىسى ئارقىسىغا يوشۇرۇنىۋېلىپ، ھەرىكەتلەنمەيدۇ.

مېنىڭ بىر چۈشكۈن نېۋروز بىمارىم بار ئىدى. ئۇنىڭ پوپ ئاتىسى بۇنىڭ ئەڭ ياخشى مىسالى. بىمارىمنىڭ ئانىسى تېرىككەك ئايال بولۇپ، ئائىلىسىدە ھەمىشە زومىگەرلىك قىلىدىكەن، ئېرىنى باللىرى ئالدىدا ئۇرىدىكەن. پوپ ئاتا قول ياندۇرۇش توگۇل، ھەمىشە ئېيسانىڭ نەسىھەتىنى (ئۇڭ يۈزىگە ئۇرسا، سول يۈزىنى تۇتۇپ بېرىشنى) ئېيتىدىكەن.

بىمارىم ماڭا داۋالىنىۋاتقان دەسلەپكى مەزگىللەردە، ئاتىسىنىڭ كەمتەرلىكىگە ۋە مېھرىبانلىقىغا قول قويىاتتى. بىراق ئۇزاق ئۆتمەي ئۇ ئويغاندى، ئاتىسىنىڭ كەمتەرلىكىنى ئاجىزلىق ھېسابلىدى. ئاتىسىنىڭ زەئىپلىكىنى ئانىسىنىڭ زوراۋانلىقىغا ئوخشاش مۇھەببەتسىز دەپ قارىدى. ئاتىسىنىڭ ئۆزىنى قوغداش ئۈچۈن ھېچقانداق تىرىشچانلىق كۆرسەتمىگەنلىكىنى، رەزىللىككە قارشى چىقمىغانلىقىنى، ئەڭ ئاخىرىدا ئۆزىنىڭ ئانىسىدىكى ھازازۇللۇقنى ۋە ئاتىسىدىكى ساختا تەمكىنلىكنى ياشاشنىڭ ئۆلگىسى قىلغانلىقىنى ھېس قىلدى.

تەنقىد ئارقىلىق قەلبىنى مۇكەممەللەشتۈرىدىغان پەيتتە ھەرىكەتلەنمەسلىك، تەنقىدىي تەپەككۇرنى ئىشلەتمەسلىكمۇ ئوخشاشلا سۆيگۈ مۇكەممەلسىزلىكىدۇر. بالىسىغا ھەقىقىي كۆڭۈل بۆلىدىغان ئاتا-ئانا چوقۇم ئاكتىپ ھالدا بالىسىنىڭ خاتالىقىنى كۆرسىتىپ بېرىدۇ. ئوخشاشلا

ئەر-ئاياللار ئوتتۇرىسىدىكى نىكاھ مۇناسىۋىتىنى بىر-بىرىنى مۇكەممەللەشتۈرىدىغان تەرەپكە بۇرايدۇ. ئەر-ئايال ئۆزئارا ئەڭ ياخشى تەنقىدچى بولغاندا، ئاندىن نىكاھ ئورنايدۇ. دوستلۇقمۇ ئوخشاشتۇر. ئەنئەنىۋى قاراشلاردىن قارىغاندا، دوستلۇقتا توقۇنۇش بولمايدۇ، ماختاش ئارقىسىدا ئۆزاققىچە داۋاملىشىدۇ. بۇ خىل مۇناسىۋەت ئەلۋەتتە ناھايىتى يۈزەكى بولۇپ، دوستلۇقنىڭ مەنىسىگە يېقىنمۇ كەلمەيدۇ. يېڭى جەمئىيەتتە دوستلۇق ئۇقۇمى تېخىمۇ ئىنچىكىلىشىشكە باشلىدى. مۇھەببەت نۇقتىسىدىن چىقىپ تۇرۇپ تەنقىدلىگەندە، دوستلۇق ئاندىن مەنىلىك ۋە ئۇتۇقلۇق ھالدا كىشىلىك مۇناسىۋەتنىڭ ئەڭ مۇھىم قىسمىغا ئايلىنىدۇ.

قارشىلىشىش ياكى تەنقىد ئەمەلىيەتتە يېتەكچىلىك ياكى ھوقۇقىنىڭ ئىپادىلىنىش شەكلى. ھوقۇق ئىپادىسى ئادەمنى ياكى شەيئىنىڭ تەرەققىيات جەريانىنى ئۆزگەرتىشنى مەقسەت قىلىدۇ. باشقىلارنى تەنقىدلەش ياكى باشقىلار بىلەن قارشىلىشىشنىڭ مەقسىتى شۇلارنىڭ تۇرمۇشىنى ئۆزگەرتىش ۋە ياخشىلاشنى ئۈمىد قىلىشتىن ئىبارەتتۇر. قارشىلىش ۋە تەنقىدتىن باشقا، ئۆزگىرىش يۈز بېرىشنىڭ ئۇسۇللىرى يەنە كۆپ. مەسىلەن: پىكىر بېرىش، تەربىيەلەش، مۇكاپات-جازا، سەگىتىش، چەكلەش ياكى تەستىقلاش، مەلۇم تەجرىبىنى ئىشلەش قاتارلىقلار، بۇلار مۇكەممەل بىر كىتاب يېزىشقا يېتىدۇ. بىراق ئەڭ مۇھىم بولغىنى، ئۆزگەرگۈچىنىڭ ئۆز تىرىشچانلىقىدۇر. پەقەت ئۆزلۈكنى مەبلەغ قىلىپ سالغاندىلا، ئاندىن ئۈنۈملۈك ھالدا باشقىلارنىڭ مۇكەممەللىشىشىگە ياردەم بەرگىلى بولىدۇ. مەسىلەن: مېھرىبان ئاتا-ئانىلار چوقۇم ئۆزىنى ۋە ئۆزىنىڭ قىممەت قارىشىنى تەكشۈرگەندىلا، ئاندىن پەرزەنتلىرىگە نېمىنىڭ پايدىلىقلىقىنى قارار قىلالايدۇ. يەنە بالىلىرىنىڭ خاسلىقى ۋە ئىقتىدارىنى مۇلاھىزە قىلىپ، قانداق شەكىلدە بالىغا تەسىر كۆرسىتىشنى ئويلىشىش كېرەك. قارشى تەرەپ قوبۇل قىلالمايدىغان شەكىلدە قارشىلىشىش ۋاقىت ئىسراپچىلىقىدۇر، تېخى بەزىدە ئەكس تەسىر پەيدا قىلىدۇ. باشقىلارغا ئۆزىنىڭ گېپىنى چۈشىنىشلىك ۋە ئۇلارنىڭ ئېھتىياجى دائىرىسىدە دېيىش

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
www.uyghurkitap.com

كېرەك. ئائىلە ئۈچۈن، ئۆزىنى مۇكەممەللەشتۈرۈش، سۆيگۈچىنىڭ ئىقتىدارىغا ئاساسەن ئالاقە شەرتىنى تەڭشەش كېرەك.

سۆيۈش ھوقۇقى نۇرغۇن ئەجىرلەرگە ئېھتىياجلىق، شۇنداقلا خەتىرىمۇ بار. بىراق يەنە بىر مەسىلە باركى، مۇھەببەت قانچە چوڭقۇرلاشقانسېرى ئادەم شۇنچە كەمتەرلىشىدۇ، كەمتەرلەشكەنسېرى سۆيۈش ھوقۇقىنى يۈرگۈزۈشكە مەغرۇرلۇقنىڭ ئارىلاشقانلىقىنى چۈشىنىدۇ. مەن بىر ئىشنى قانداق تەسىر ئارقىلىق تەرەققىي قىلدۇرىمەن؟ ئۇ ئىشنى بالامغا، ئايالىمغا، ۋەتىنىمگە ۋە ئىنسانىيەتكە پايدىلىق دەپ بېكىتىشىمگە نېمە ھوقۇقۇم بار؟ ماڭا چۈشىنىشىمنىڭ توغرىلىقىنى ۋە خاھىشىمنى باشقىلارغا تاڭمايدىغان جاسارەتنى كىم ئاتا قىلىدۇ؟ مەن قانداقسىگە تەڭرىنىڭ رولىنى ئېلىشقا پېتىنالايمەن؟ بۇلارنىڭ ھەممىسى خەۋپلىكتۇر.

كۆپ قىسىم ئاتا-ئانىلار، مۇئەللىملەر ۋە رەھبەرلەر قارار ۋاقتىدا، مەۋقە مەسىلىسىنى ئويلاشمايدۇ. ھوقۇق يۈرگۈزگەندە، سۆيگۈ تەلەپ قىلغان مۇكەممەل بىلىش ئاساس قىلىنمىسا تەلەي كەلمەيدۇ، يەنە كېلىپ بۇ ناھايىتى خەتەرلىكتۇر. سۆيگۈنى چىقىش قىلغانلار پاراسەتلىك بولۇشنىڭ مۇشكۈللۈكىنى بىلىسمۇ، بىراق پۈتۈن كۈچى بىلەن ئىزدەيدۇ، يەنە كېلىپ ئۇلارنىڭ باشقا تاللىشىمۇ يوق.

سۆيگۈ بىزنى بارلىق ئاقىۋەتنى بىلىدىغان دانىشمەن بولۇشقا قىستايدۇ، بۇ خىل بىلىش كۆيۈمچان كىشىلەرنى چوڭقۇرلۇققا، تەڭرىنىڭ ئىرادىسىگە تولۇق ئېرىشىدىغان يەرگە تەييارلاندۇرىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن، بىر پارادوكس يەكۈن چىقىدۇ: «سۆيگۈنىڭ كەمتەرلىكىدىن شىجائەت تۇغۇلىدۇ.»

مۇھەببەت ۋە ئىنتىزام

ئۆزىنى باشقۇرىدىغان قۇدرەت سۆيگۈ (مۇھەببەت)دىن كېلىدۇ، مۇھەببەت (سۆيگۈ) بىر تۈرلۈك ئىرادىدۇر. شۇنداق يەكۈن چىقىرىشقا بولىدۇكى، ئۆزىنى باشقۇرۇش بىر خىل سۆيۈش پائالىيىتى، يەنە كېلىپ مۇھەببەتكە چىن كۆڭلىدىن بەدەل تۆلىيەلەيدىغانلارنىڭ ھەممىسى ئۆزىنى باشقۇرالايدۇ، ھەتتا بارلىق سۆيگۈ مۇناسىۋەتلىرىنى ئۆزىنى باشقۇرۇش مۇناسىۋىتىگە ئايلاندۇرىدۇ. ئىنسان بىر ئادەمنى ھەقىقىي سۆيگەن ۋاقىتتا، چوقۇمكى ئۆزىنىڭ پائالىيەتلىرىنى تىزگىنلەيدۇ، شۇ ئارقىلىق جانانىنىڭ قەلب مۇكەممەللىكىگە ئاتلىنىشىغا ۋە يۇقىرى پەللىگە يېتىشىگە سەۋەبچى بولىدۇ.

ئىلگىرى بىر جۈپ ئەر-ئايالنى ئۇچراتقانىدىم. ئەقىللىق ۋە سەنئەتكە باي ياشلار ئىدى. ئۇلار تۆت يىللىق نىكاھلىق تۇرمۇشىدا دائىم ئۇرۇشىدىكەن، ھەتتا ئۆي جابدۇقلىرىنى چاقىدىكەن. دائىم ئايرىلىپ تۇرۇشنى ئېيتىشىدىكەن. داۋالاش باشلىنىپ ئۇزاق ئۆتمەي، ئۇلار داۋالاشنىڭ ئۆزلىرىگە ئۆزىنى باشقۇرۇشنى ئۆگەتكەنلىكىنى، مۇناسىۋىتىنىڭمۇ ياخشىلىنىپ قالغانلىقىنى بايقىدى. بىراق ئۇلار: «سىز بىزنىڭ قىزغىنلىقىمىزنى نابۇت قىلغۇدەكسىز، مۇھەببەت ۋە نىكاھ قارىشىڭىزدا، قىزغىن تۇرمۇش ئۇقۇمى يوقكەن» دېيىشتى ۋە داۋالاشنى توختىتىشتى. ئۈچ يىلدىن كېيىن، ئۇلارنىڭ يەنە بىرقانچە پىسخولوگقا كۆرۈنگەنلىكىنى ئاڭلىدىم. بىراق ئۇلارنىڭ نىكاھ مۇناسىۋىتىدىكى قالايمىقانچىلىق باشتىن-ئاخىر ئۆزگەرمىگەنلىكىنى، شەخسىي تۇرمۇشىنىڭ رەتكە چۈشمىگەنلىكىنى بىلدىم. بۇ خىل تۇرمۇش تولىمۇ

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

رەڭگارەڭ، خۇددى باللار سىزغان رەسىمدەك، رەڭلەر قەغەزگە خالىغانچە تۆكۈلىدۇ، بىراق تولىمۇ جەلپكار. ئەپسۇسكى، ئۇلارمۇ مەلۇم خىل رىتىمدىن مۇستەسنا ئەمەس. رەڭ تەڭشىلىپ غۇۋالاشتۇرۇلغان، بىلىپ تۇرۇپ گۇڭگالاشتۇرۇلغان ئەسەرلەر رەڭدار بولۇپلا قالماستىن، يەنە ئۆزگىچىلىككە ۋە ئەلۋەك مەنىلەرگە تويۇنغان بولىدۇ. قىزغىنلىق ناھايىتىمۇ تەگسىز ھېسسىياتتۇر، تىزگىنسىز ھېسسىياتقا قارىغاندا باشقۇرۇلغان ھېسسىيات تېخىمۇ تەگسىز بولىدۇ. كونىلاردا بىر گەپ بار: «تېيىز دەريانىڭ شاۋقۇنى كۆچلۈك»، بۇ يەنە «دېڭىز سۈيى جىمجىت»مۇ دېيىلىدۇ. ئۆزىنىڭ ھېسسىياتىنى مۇۋاپىق باشقۇرالىغان ئادەمنى ھەرگىزمۇ قىزغىنلىقى ئۆلگەن ئادەم دېگىلى بولمايدۇ.

ھېسسىياتنىڭ قۇلىغا ئايلىنىش

ئادەم ئۆزىنى ھېسسىياتنىڭ قۇلىغا ئايلاندۇرۇپ قويماسلىقى كېرەك، بىراق ھېسسىياتنى تىزگىنلىۋېلىپ، ئۇنى مەۋجۇتسىز نەرسىگە ئايلاندۇرۇپ قويۇشقىمۇ بولمايدۇ. مەن ھەمىشە بىمارلىرىمغا دەيمەنكى: ھېسسىيات سىلەرنىڭ قۇلۇڭلار، ئۆزىنى تىزگىنلەش قۇللارنى باشقۇرۇش سەنئىتى دېمەكتۇر. ھېسسىياتنىڭ ھاياتىي كۈچىنىڭ كېلىش مەنبەسى تۇرمۇشنىڭ ھەر خىل ئېھتىياجلىرىغا يېتىشىمىزگە ياردەم بېرىدۇ. چۈنكى ئۇ ئورنىمىزدا خىزمەت قىلىدۇ، بىز ئۇنى ھۆرمەتلەيمىز. قۇلدارلارنىڭ ھەمىشە سادىر قىلىدىغان ئىككى چوڭ خاتالىقى باشقۇرۇش سەنئىتىنىڭ ئىككى قۇتۇپلىشىشىدۇر. بىرى، قۇللارنى ئىسكەنجىگە ئالماسلىق، كۆرسەتمە بەرمەسلىك، كىمنىڭ غوجايىنلىقىنى ئىپادىلىمەسلىك. بۇنداق بولغاندا، قۇللار ئەلۋەتتە ئىشلىمەيدۇ، غوجايىنىنىڭ ئورنىغا ئولتۇرۇشىدۇ، ئۇزاق ئۆتمەي غوجايىنلار ئۆز قۇللىرىنىڭ قۇللىرىغا ئايلىنىپ قالغانلىقىنى بايقايدۇ. بۇ خۇددى يۇقىرىدا بايان قىلىنغان نېۋرۇز ئەر-ئاياللارنىڭ تۇرمۇشىغا ئوخشايدۇ.

بۇنىڭغا تەتۈر تاناسىپ كېلىدىغان بىر خىل رەھبەرلىك ئۇسۇلى ھەمىشە ئېغىر گۇناھ تۇيغۇسى تۈپەيلىدىن نېۋروزلانغان بىمارلاردا كۆرۈلىدۇ. قۇلدارلار قۇللىرىنىڭ ئۆزىگە ئىسيان كۆتۈرۈشىدىن ئەنسىرەپ، كىچىككىنە ئىپادە بولسىلا دەرھال ئۇنى ئۇرىدۇ ياكى جازالايدۇ، نەتىجىدە قۇللارنىڭ قىممەت يارىتىش ئىقتىدارى كېمىيىدۇ-دە، دۆتلەرچە ئاسىيلىق قىلىدۇ. ھامان بىر كۈنى قۇلدارلار ئۆز ئورنىنىڭ قۇللىرى تەرىپىدىن ئىگىلىۋېلىنغانلىقىنى بايقايدۇ. مانا بۇلار بىر قىسىم روھىي كېسەللىكنىڭ ۋە

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

كۆپ قىسىم نېۋروزنىڭ ئاساسىي سەۋەبىدۇر.

ھېسسىياتنى تىزگىنلەشتە مۇرەككەپ مۇۋازىنەت ماھارىتى، توختىماستىن ھۆكۈملەش ۋە تەڭشەش كېرەك بولىدۇ. قولدارلار چوقۇم قۇللار (ھېسسىيات) نى ھۆرمەتلىشى كېرەك، ئۇلارغا ئەڭ ياخشى ئوزۇقلارنى، تۇرالغۇنى، داۋالاشنى، كۆيۈمنى بېرىشى كېرەك. ئۇلارنى ئىلھاملاندۇرۇشى، سالامەتلىكىگە كۆڭۈل بۆلۈشى كېرەك، بىراق يەنە ئۇلارنى تەشكىللەش، چېگراسىنى بېكىتىش، بۇيرۇق چۈشۈرۈش، قوماندانلىق قىلىش، رەھبەرلىك قىلىش — ئۆزىنىڭ غوجايىنلىقىنى بىلدۈرۈشمۇ ھەم زۆرۈر، مانا بۇ ھەقىقىي ئۆزىنى باشقۇرۇشنىڭ يولىدۇر.

سۆيۈش تۇيغۇسى چوقۇم مۇشۇ خىل شەكىلدە ئاخىرلاشقان ھېسسىياتنى ئاساس قىلىدۇ. ئالدىدا ئېيتىپ ئۆتكىنىمىزدەك، بۇ سۆيگۈ ئەمەس، بەلكى تۇيغۇغا مۇناسىۋەتلىك روھتۇر. ئۇ ئىجادىي ھاياتىي كۈچنى پەيدا قىلغانلىقتىن قەدىرلەشكە ۋە پەرۋىشلەشكە ئەرزىيدۇ. ئەگەر ئۇ ئۆز ئەركىگە قويۇۋېتىلسە، ھەرگىزمۇ ھەقىقىي سۆيگۈ ئەمەس، ئەكسىچە قالايمىقانچىلىقتۇر. ئۇنداق بولغاندا ئۇنىڭ ئىشلەپچىقىرىش پائالىيىتى توختايدۇ. ھەقىقىي سۆيگۈ ئۆزلۈكنى تولۇقلايدۇ، ئۇ زور مىقداردىكى زېھنىي كۈچكە موھتاج. بىراق زېھنىمىز ھەربىر ئادەمنى ئۇ قەدەر سۆيۈشىمىزگە يەتمەيدۇ. دەرۋەقە پۈتۈن ئىنسانىيەتتىن سۆيگۈنىڭ ئىللىقلىقىنى ھېس قىلىشىمىز مۇمكىن، يەنە كېلىپ، بۇ خىل سەزگۈ بىزگە يېتەرلىك زېھىن بېرىدۇ، ئاز سانلىق ئالاھىدە ئوبيېكتلارغا ھەقىقىي سۆيگۈمىزنى ئىپادىلىيەلەيمىز، بىراق يەنىلا ھەقىقىي سۆيۈش ئىقتىدارىمىز كەم. ئەگەر زېھىن چېكىدىن ھالقىيمىز دېسەك، بەزى ئۈرۈنۈشلىرىمىز ساختا تۇسكە كىرىپ قالىدۇ، ھەتتا ئەسلىدە ياردەم قىلماقچى بولغان ئادەملىرىمىزگە زىيانكەشلىك قىلىپ قويىمىز.

شۇڭلاشقا، ئەگەر بىز تەلىيىمىزگە يارىشا، نۇرغۇن كىشىلەرگە كېرەكلىك بولساق، ئۇلاردىن ھەقىقىي كۆيۈنۈشكە تېگىشلىكلىرىنى تاللىشىمىز لازىم. بۇ شۇنچىلىك قىيىن تاللاشتۇر، يەنە كېلىپ شۇنچىلىك ئوقۇبەتلىك. ئويلىنىشقا تېگىشلىك ئامىللار نۇرغۇن، بىراق ئەڭ مۇھىمى

سۆيگۈ ئوبيېكتىنىڭ سۆيگۈمىزنى قوبۇل قىلىشى ئارقىسىدا قەلب مۇكەممەللىكىگە يېتىشىدۇر. بۇ تەرەپتىكى ئىقتىدارلار باشقىلاردىن پەرقلىنىدۇ، بىراق گۇمانسىز بولىدۇ. نۇرغۇن كىشىلەر روھنى ئۇقمۇ تېشەلمەيدىغان قالقان كەينىگە يوشۇرىدۇ، شۇڭلاشقا قەلب مۇكەممەللىكى يولىدىكى تىرىشچانلىقلىرى مەغلۇبىيەت بىلەن ئاخىرلىشىدۇ. سۆيگۈسىزلا قەلب مۇكەممەللىكىگە ئاتلانغان ئادەم بۇرۇن تىكىلگەن ئۇرۇققا ئوخشايدۇ، ھەقىقىي مۇھەببەتنىڭ قىممەتلىك تەرىپى شۇكى، ئادەملەر سۆيگۈ ئارقىلىق ئىشلەپچىقىرىش كۈچى ۋە ھاياتىي كۈچىنى ئۇرغۇتىدۇ.

www.uyghurkitap.com

رومانتىك سۆيگۈنى تىزگىنلەش

نىسپىي هالدا، كۆپلىگەن كىشىلەر بىرلا ۋاقىتتا بىردىن ئارتۇق ئادەمنى ياخشى كۆرىدۇ، شۇنداقلا سۆيگۈنى چىقىش قىلغان مۇناسىۋەتنى داۋاملاشتۇرىدۇ. بۇنىڭ ئۆزىدە مەسىلە بار. بىرىنچىدىن، رومانتىك مۇھەببەتكە ئەپسانە ئارىلاشقان بولىدۇ. بىر قىسىم كىشىلەر تۇغۇلۇشىدىنلا «تەڭرى قوشقان بىر جۈپلەر»دۇر. باشقىچە ئېيتقاندا، ئۇلار ھېچقانداق ئادەمگە ماس كەلمەيدۇ. بۇ خىل ئەپسانە مۇھەببەت مۇناسىۋىتىنى (بولۇپمۇ جىنسىيەت مۇناسىۋىتىنى) ئۈچىنچى بىر شەخسكە سىغدۇرمايدۇ. بۇ خىل ئەپسانە كىشىلىك مۇناسىۋەتتىكى تۇراقلىقنى ۋە ئۇنۇمنى ئىلگىرى سۈرىدۇ. كۆپ قىسىم كىشىلەر مۇھەببەتنى ئاساس قىلغان مۇناسىۋەتنى ئائىلىگە ياكى پەرزەنتلىرىگە ئارتىپ قويىدۇ. ئەمەلىيەتتە بىر ئادەم بۇ قەدەم-باسقۇچلارنى باسالىسا، ئۇنىڭ ھاياتى مۇكەممەللىشىپ بارىدۇ. توختىماستىن سىرتتىن سۆيگۈ مۇناسىۋىتى ئىزدەش ناھايىتى ئېچىنىشلىق بولىدۇ. ئەرلەردىكى ھەقىقىي سۆيگۈنىڭ ئەڭ مۇھىم بىر ۋەزىپىسى ئائىلىگە ۋە بالىسىغا مەسئۇل بولۇشتۇر.

بىراق بەزىلەر ئائىلىسىدە ئۇتتۇقلۇق ھالدا مۇھەببەت مۇناسىۋىتىنى ئورناتقاندىن كېيىنمۇ، يەنىلا سۆيگۈگە موھتاج بولىدۇ. بۇ خىل كىشىلەرگە نىسبەتەن ئېيتقاندا، «بىرگە بىر» ئەپسانىسى توقۇلمىدۇر. يەنە كېلىپ، ئۇلارنىڭ ئائىلىسى سىرتىدا ئۆزىنى بېغىشلاش پۇرسىتىنى چەكلەشنىڭ ھاجىتى يوق. بۇ خىل چەكلىمە ئارقىلىق ئۇنى يېڭىش مۇمكىن ئەمەس. بىراق ئېخىمۇ كۈچلۈك بولغان ئۆزىنى باشقۇرۇش، ئۆزلۈكنى تولۇقلاش جەريانىدا «ئۆزلۈكنى كاساتلاشتۇرمايدۇ». «يېڭى ئەخلاق» ناملىق

كىتابنىڭ ئاپتورى، ئىلاھىيەتشۇناس جوسىف فىلاچىر بىر دوستۇم بىلەن بۇ مەسىلىنى مۇلاھىزە قىلغاندا: «ئەركىن مۇھەببەت بىر خىل غايە. ئەپسۇس، ناھايىتى ئاز كىشىلەرلا بۇ غايىگە يېتەلەيدۇ» دېگەنىدى. ئۇنىڭ دېمەكچى بولغىنى، پەقەت ناھايىتى ئاز كىشىلەرلا ئۆزىنى باشقۇرالايدۇ، شۇنداقلا ئائىلىسىنىڭ ئىچى-سىرتىدا ھەقىقىي مۇھەببەتنى ئاساس قىلغان جىنسىيەت مۇناسىۋىتىنى قۇرۇشنى داۋاملاشتۇرىدۇ، مۇھەببەت ئىنتىزامى قانچە ئاجىز بولسا، مۇھەببەت ھەرگىزمۇ ئەركىن بولمايدۇ، بەلكى ھىجران بولىدۇ، دېگەنلىكتۇر. بەزىلەر ئېھتىمال ئىنتىزامىم كۈچلۈك، مېنىڭ تۇرمۇش شەكلىم ناھايىتى كەسكىن دەپ ھېس قىلىشى مۇمكىن. توختىماستىن ئۆزىنى باشقۇرۇشى، توختىماستىن ئۆزى ھەققىدە ئويلىنىشى مۇمكىن. مەجبۇرىيەت ۋە مەسئۇلىيەت دېيىلگەندە ئادەم مۇرىتىلارغا ئوخشاپ قالامدۇ! بىراق مەيلى قانداق بولۇشىدىن قەتئىينەزەر، ھەقىقىي مۇھەببەت ۋە ئۇنىڭ ئىنتىزامى ھاياتنى ئۈمىدۋارلىقنى قوغلىشىدىغان يولغا ئېلىپ كىرىدۇ. باشقا يوللاردىنمۇ ۋاقىتلىق خۇشاللىقلارنى ئىزدەپ تاپالىشىڭىز مۇمكىن، بىراق ئۇلار ناھايىتى تېزلا مەجھۇل ۋە ئەھمىيەتسىز نەرسىلەرگە ئۆزگىرىدۇ.

ھەقىقىي مۇھەببەتتە، «مەن» توختىماستىن تاكامۇللىشىدۇ، مۇكەممەللىشىدۇ، مۇھەببەتمۇ چوڭقۇرلىشىدۇ، ئۆزلۈكمۇ مۇكەممەللىشىدۇ.

ھەقىقىي مۇھەببەت ئۆزۈكسىز ئۆزلۈكنى يېڭىلايدۇ، تاكامۇللۇق جانانىنىڭ قەلبىنىمۇ مۇكەممەللەشتۈرىدۇ، ئۆزىنىڭ قەلبىمۇ مۇكەممەللىشىدۇ. ھەر بىر ئادەمنىڭ يەككە مەۋجۇتلۇق، ئۆزگە ئۈچۈن قىلغان بارلىقى ئەمەلىيەتتە ئۆزى ئۈچۈن. ئادەم ئۆسۈش جەريانىدا ياشقا ئەگىشىپ ئۆزلۈكمۇ ئۆسىدۇ، خۇشاللىقمۇ شۇنداق، مۇھەببىتىمۇ شۇنداق. مۇھەببەت قانچە ساپ بولغانسېرى شۇنچە ئۇزاق داۋاملىشىدۇ. خۇددى جون دەفنىڭ «ھەممە يەردە مۇھەببەت بار» دېگەن ناخشىسىدىكىدەك:

ھەممە يەردە مۇھەببەت بار، مۇھەببەت...
ئۇنىڭ ئىچرە قۇرۇپ چىققىن ئۆزۈڭنى.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

ئىشىنەمسەن، شۇنچە گۈزەل بۇ ھايات،
بۇ ئويۇندا كۆرسەت جىنىم يۈزۈڭنى.

ئۆزگىنىڭ قەلب مۇكەممەللىكى ئۈچۈن ئاتا كۆيۈنگەندە، گەرچە ئۆزىنىڭ قەلب مۇكەممەللىشىشىگىمۇ ئۈنۈمى بولسىمۇ، بىراق ھەقىقىي مۇھەببەتنىڭ ئەڭ مۇھىم ئالاھىدىلىكى شۇكى، ئۇ ئادەملەر ئارىسىدىكى پەرق سەۋەبلىك ۋەيران بولمايدۇ. ھەقىقىي مۇھەببەت ئۈچۈن بەدەل تۆلىگەن ئادەم جانىنىنى مۇتلەق مۇستەقىل مەۋجۇتلۇق دەپ قارايدۇ، شۇنداقلا ئۇنىڭ مۇستەقىللىقىغا ھۆرمەت قىلىدۇ، ئاتا ئەركىنلىك بېرىدۇ. بىراق نۇرغۇن ئادەم بۇ نۇقتىنى قىلالمايدۇ، پىسخىك كېسەللىك ۋە باشقا خىلمۇخىل ئوقۇبەتلەرنىڭ سەۋەبىنى باشقا نۇقتىدىن ئىزدەپ ئاۋارە بولىدۇ.

مۇھەببەت بوشلۇقىنى يوشۇرۇش

باشقىلارنىڭ مۇستەقىللىقىنى ئېتىراپ قىلمايدىغانلارنىڭ تىپىك مىسالى ئۆزمەپتۇن (ئۆزىگە مەپتۇن بولغۇچى) لاردۇر. ئۆزمەپتۇنلار ئايالىنىڭ، بالىلىرىنىڭ ۋە دوستلىرىنىڭ كەيپىياتىنى چۈشەنمەيدۇ. روھىي پارچىلىنىش كېسىلى (ئېلىشىپ قېلىش) گە گىرىپتار بولغان بىر بىمارىمنىڭ ئاتا-ئانىسى بىلەن سۆزلەشكىلى بارغىنىمدا، ئۆزمەپتۇنلۇقنىڭ قانداق بولىدىغانلىقىنى تۇنجى قېتىم ھېس قىلغانىدىم. ئۇنىڭ ئىسمى سۇزان ئىدى، شۇ چاغدا 31 ياشقا كىرگەن بولۇپ، 18 يېشىدىن باشلاپ كۆپ قېتىم ئۆلۈۋالماقچى بولغان. كېيىنكى 13 يىلى ئاساسەن ھەرقايسى دوختۇرخانىلارنىڭ ۋە روھىي كېسەللەر ساناتورىيەسىنىڭ دائىملىق مېھمىنى بولۇپ ئۆتكەن. ئىلگىرى نۇرغۇن پسىخولوگلارنىڭ كۆڭۈل بۆلۈشى ئارقىسىدا كېسلى بىر ئاز ياخشىلانغان. مەن داۋالاشقا باشلىغان بىرقانچە ئايدىن بۇيان ئۇ ئاستا-ئاستا باشقىلارغا ئىشىنىشنى ئۆگەندى ھەمدە ئىشىنىشكە ئەرزىيدىغان ئادەملەرنى پەرقلەندۈرەلەيدىغان بولدى. ھەتتا ئۆزىنىڭ روھىي پارچىلىنىش كېسىلىگە گىرىپتار بولغانلىقىنى ئېتىراپ قىلدى ۋە ئۇنى داۋالاشتىكى قانۇنىيەتلەرگە يۈزلەندى. ئۆزىنى ھۆرمەتلەشنى، ئۆزىگە كۆڭۈل بۆلۈشنى، باشقىلارغا يۆلەنمەي ئۆز-ئۆزىدىن خەۋەر ئېلىشنى ئۆگەندى. سۇزاننىڭ ئەسلىگە كېلىشى تېز بولغانلىقتىن، مەن ئۇنى ئۇزاققا بارمايلا دوختۇرخانىدىن چىقالايدۇ، مۇستەقىل ياشىيالايدۇ دەپ ئويلايتتىم.

شۇ ۋاقىتلاردا مەن ئۇنىڭ ئاتا-ئانىسىنى كۆردۈم، تەخمىنەن 50 ياشلاردىكى ئېسىلزادىلەردىن ئىدى. مەن سۇزاندىكى ياخشىلىنىشنى ۋە

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

بۇنىڭ ئۈچۈن خۇشال بولۇۋاتقانلىقىمنى دېگىنىمدە، سۇزاننىڭ ئانىسى ئېسەدەپ يىغلاپ كەتتى. دەسلەپ خۇشاللىقىدىن يىغلاۋاتسا كېرەك دەپ ئويلىدىم، بىراق بارغانچە ئۇنىڭ چىرايىدىكى قايغۇ تېخىمۇ ئېنىق ئىپادىلىنىشكە باشلىدى. ئەڭ ئاخىرىدا سورىدىم:

—چۈشەنمىدىم خانىم، سىزگە خۇش خەۋەر ئېيتساممۇ، نېمىشقا ئازابلىنىسىز؟

—مەن ئەلۋەتتە ئازابلىنىمەن، سۇزاننىڭ ئازابىنى ئويلىسام، قانداقسىگە يىغلىماي تۇرالايمەن؟

مەن زىرىكمەي-تېرىكمەي چۈشەندۈردۈم. سۇزان دەرۋەقە كېسەل ۋاقتىدا نۇرغۇن ئازابلارنى تارتتى، بىراق شۇنىڭدىن ئۇ نۇرغۇن نەرسىلەرنى ئۆگىنىۋالدى، ئوقۇبەتتىن قۇتۇلۇشنى ئۆگەندى. ھۆكۈممىچە، ئۇنىڭ كەلگۈسى چوڭلارنىڭكىدەك ئۇنداق ئازابلىق بولمايدۇ. ئەمەلىيەتتە ئۇ روھىي پارچىلىنىشقا قارشى تۇرۇش جەريانىدا پاراسەتكە ئېرىشتى، ئۇ بۇنىڭدىن كېيىن ئۇنداق ئازابلارغا ئاز ئۇچرايدۇ، دېدىم. بىراق ئۇ يەنىلا ئۈنسىز ئۆكسۈۋاتاتتى.

—ئىلگىرىكى 13 يىلدا ئېھتىمال سۇزاننىڭ ھەرقايسى دوختۇرلىرى بىلەن نۇرغۇن قېتىم پاراڭلىشىپ باققان بولۇشىڭىز مۇمكىن. بىراق شۇنىڭغا ئىشىنىڭكى، بۇ ئەڭ خۇشاللىنارلىق بىر قېتىمى. نېمىشقا خۇشال بولمايسىز؟

—مەن پەقەت سۇزاننىڭ ناھايىتى ئازابلىق كۈنلەرنى ئۆتكۈزگىنىنى بىلىمەن، —دېدى ئۇ ھېقىلدىغىنىچە.

—سىزنى سۇزان ئۈچۈن خۇشال قىلالايدىغان بىرەر ئىش يوقمۇ؟

—بىچارە سۇزان، بىر ئۆمۈر ئازابلىنىدۇ...

نارسىسسىزمچى[1] ئانا

مەن تۇيۇقسىز بۇ ئانىنىڭ قىزى سۈزان ئۈچۈن ئەمەس، بەلكى ئۆزى ئۈچۈن ياش تۆكۈۋاتقانلىقىمنى، ئۆزىمنىڭ ئوقۇبەتلىك ئۈچۈن ياش تۆكۈۋاتقانلىقىمنى ھېس قىلدىم. بىراق بىزنىڭ مۇلاھىزە ئوبيېكتىمىز سۈزان، ئانىسى ئەمەس. مەن دەسلەپتە ئۇنىڭ نېمىشقا بۇنداق قىلىدىغانلىقىنى چۈشەنمىگەنىدىم، ئويلىغانچە شۇنى ھېس قىلدىمكى، ئۇ ئەزەلدىن ئۆزىنىڭ سۈزانغا ئوخشىمايدىغانلىقىنى پەرقلەندۈرمىگەنىكەن. ئۇنىڭ نەزىرىدە، ئۇ ھېس قىلغان نەرسىلەرنى سۈزانمۇ ئوخشاشلا ھېس قىلىدۇ. ئاخىرىدا، سۈزان ئۇنىڭ ئۆز ھېسسىياتىنى ئىپادىلەيدىغان قورالغا ئايلانغان. ئۇنىڭ بۇنداق قىلىشىدا ھېچقانداق قەستەنلىك يوق، رەزىل مەقسەتمۇ يوق. پەقەت ھېسسىيات جەھەتتىن ئۆزىنىڭ سۈزانغا ئوخشاش ئەمەسلىكىنى بىلمىگەن. ئۇ سۈزاننى مۇستەقىل ھاياتقا ئىگە يەككە مەۋجۇتلۇق بولغىلى قويمىغان. بىلىش قاتلىمى جەھەتتىن، ئۇ ئۆزگىلەرنىڭ ئۆزىگە ئوخشىمايدىغانلىقىنى بىلىسىمۇ، بىراق ئاساسىي قاتلامدا، باشقىلارنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى ھېس قىلمىغان. ئۇنىڭ ئېڭىدا بىر ئۆزىلا مەۋجۇت، پۈتۈن ئادەم ئۇ بىر ئادەمگە تەڭ.

كېيىنكى تەجرىبىلىرىمدە شۇنى بايقىدىمكى، بۇ روھىي پارچىلىنىش

---

[1] نارسىسسىزم (Narcissism) — ئۆزمەپتۇنلۇقتا ئوخشاپراق كېتىدىغان، ئۆزىنىڭ تېنىگە قارىتا جىنسىي نۇقتىدىن زىيادە ياخشى كۆرۈش ھېسسىياتى بولىدىغان، ئۆزگىلەرنىمۇ ئۆزىنىڭ بىرقىسمىدەك ھېس قىلىدىغان بىر خىل پىسخىكىلىق توسالغۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

كېسلى بولغان ئانا، يەنە ئېغىر دەرىجىدىكى نارسىسسىزمچى ئىكەن. روھىي پارچىلىنىش كېسلى بار بالىنىڭ ئانىسى چوقۇم نارسىسسىزمچى بولىدىكەن. ياكى نارسىسسىزمچى ئانىنىڭ بالىسى چوقۇم روھىي پارچىلىنىش كېسلى بولىدىكەن. روھىي پارچىلىنىش كېسلى ناھايىتى مۇرەككەپ بولۇپ، كۆپىنچىسى ئىرسىيەت ۋە مۇھىتقا مۇناسىۋەتلىك. بىراق ئانىنىڭ نارسىسسىزمچىلىقى سۆزانىغا مۇلچەرلىگۈسىز ئوقۇبەتلەرنى ئېلىپ كەلگەن. ئەگەر نارسىسسىزمچى ئانا ۋە ئۇنىڭ بالىلىرىنىڭ ئەھۋالىنى ئويلىيالىساقلا، بۇ نۇقتىنى چۈشىنىشىمىزگە ياردىمى بولىدۇ.

مەسىلەن: بىر كۈنى چۈشتىن كېيىن، سۆزان گۈزەل سەنئەت دەرسىدە ئەلا بولۇپ، نەتىجىنى ئانىسىغا كۆرسەتكەندە ئانىسىنىڭ كەيپى ئۇچقان ۋاقتقا توغرا كېلىپ قالغان. سۆزان خۇشال ھالدا قەغەزنى كۆرسەتكەندە ئانىسى: «تېز بېرىپ چۈشلۈك ئويقۇڭنى ئۇخلا، بولمىسا مەكتەپتە چارچاپ كېتىسەن. ھازىرقى مائارىپ تۈزۈمى چاتاق، بالىلارغا ئەسلا كۆڭۈل بۆلمەيدۇ» دېگەن. يەنە بىر قېتىم، ئانىسى خۇشال تۇرغاندا، سۆزان ئاپتوبۇستا بىر قانچە ئوغۇل بالىنىڭ قاقشاتقىنىدىن يىغلاپ قايتىپ كەلگەن. ئانىسى: «جىنس ئەپەندى مەكتەپ ماشىنىسىنى ھەقىقەتەن ياخشى ھەيدەيدۇ، ئۇ سەن شۇمتەكلەرگە ھەقىقەتەن سەۋرلىك، مەن سېنىڭ ئورنۇڭدا بولسام، روژدېستىۋا بايرىمىدا ئۇنىڭغا سوۋغا ئېلىپ بېرەتتىم» دېگەن.

نارسىسسىزمچى كىشىلەرنىڭ نەزىرىدە ئۆزگە يوق، ئۇلار ئۆزگىلەرنى پەقەت ئۆزىنىڭ داۋامى ياكى بىر قىسمى دەپ قارايدۇ. شۇڭا ئۇلاردا «پەزىلەت» بولمايدۇ. باشقىلارنىڭ ھېسسىياتىنى ھېس قىلمايدۇ. نارسىسسىزمچى ئاتا-ئانىلار ئۆزى داۋالانماي، پەرزەنتلىرىنىڭ كەيپىياتىغا ماس ئىنكاس قايتۇرالمايدۇ، بالىلارنىڭ تۇيغۇسىنى بىلەلمەيدۇ ۋە ئاڭقىرالمايدۇ. بالا بۇ خىل مۇھىت ئىچىدە چوڭ بولغاندىن كېيىن، ئۆزىنىڭ ئەھۋالىنى بىلىدۇ، قوبۇل قىلىدۇ، چۈشىنىدۇ ۋە بىر تەرەپ قىلىدۇ. ھالبۇكى، ئۇنىڭدا ئېغىر قىيىنچىلىق مەۋجۇت بولىدۇ، بىراق ئۇلار بۇنى ئۇنىسىزلا قوبۇل قىلىشىدۇ.

كۆپ قىسىم ئاتا-ئانىلار گەرچە سۆزانىنىڭ ئانىسىدەك ئۆزمەپتۇن بولمىسىمۇ، بىراق ئازدۇر-كۆپتۇر بالىلىرىنىڭ مۇستەقىللىقىغا سەل قارايدۇ. ئاتا-ئانىلار دائىم: «ئاتىنىڭ ئىزىنى ئوغۇل باسىدۇ» دەيدۇ. ياكى بالىلىرىغا: «سەن پالانىغا ئوخشايسەن» دەيدۇ. قارىغاندا، بالا بىر يۇرۇش ئىرسىيەت گېنىنىڭ كۆچۈرمە نۇسخىسى بولسا كېرەك، نامەلۇم ئىككى گېن يېڭىدىن بىرىكىپ، ئاتا-ئانىسىغا ياكى ھەرقانداق بىر ئەجدادىغا ئوخشىمايدىغان يېڭى ھاياتلىقنى ئاپىرىدە قىلىدۇ. تەنھەرىكەتچى ئاتا كىتاب كۆرۈۋاتقان بالىسىنى پۇتبول تېپىشكە بۇيرۇيدۇ. زىيالىي ئاتا چېنىقىۋاتقان ئوغلىنى كىتاب كۆرۈشكە بۇيرۇيدۇ، شۇ ئارقىلىق كېيىنكى ئەۋلادلارنىڭ كۆڭلىدە كېرەكسىز جىنايەت تۇيغۇسى ياكى ئارىسالدىلىق پەيدا بولىدۇ.

بىر گېنېرال ماڭا 17 ياشلىق قىزىنىڭ ئەھۋالىنى دادلاپ: «سارلى ئۆيگە قايتسىلا ھۇجرىسىغا بېكىنىۋېلىپ، ھەسرەتلىك شېئىرلارنى يازىدۇ. دوختۇر، بۇ بىر بىنورماللىق. ئۇ يا تەڭتۇشلىرى بىلەن ئارىلاشمايدۇ، مەن ئۇنىڭدا چاتاق بارمىكىن دەيمەن» دېدى. مەن سارلى بىلەن پاراڭلاشقاندىن كېيىن، ئۇنىڭ شۇنچىلىك شوخ ۋە ئادەمنىڭ ئامراقلىقىنى كەلتۈرىدىغان قىزلىقىنى بايقىدىم. دەرستىمۇ ئالدىنقى قاتاردا ئىكەن، مىجەزىمۇ شۇنچىلىك ياخشى ئىكەن. مەن ئۇنىڭ ئاتا-ئانىسىغا سارلىدا ھېچقانداق چاتاق يوقلۇقىنى، ئۇنىڭغا ئازراق بېسىم قىلىشنى، ئۇنى ئۆزلىرىگە ئوخشاش بولۇشقا مەجبۇرلىماسلىقنى ئېيتتىم.

ئەگەر ئۇلار قايىل بولمىسا، قىزىنى كېسەلگە چىقىرىپ بېرىدىغان ساختا پسىخولوگنى تاپسا بولىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

بالىنى ھۆرمەتلەش

ياشلار ھەمىشە ئاتا-ئانىسىنىڭ مۇھەببىتىگە ئېرىشەلمىگەنلىكىدىن ئاغرىنىدۇ ياكى ئاتا-ئانىسىنىڭ ئابرۇيىنى تۆكۈپ قويۇشتىن ئەنسىرەپلا ئۆتىدۇ. بىر قانچە يىل ئىلگىرى، بىر ياش ماڭا: «ئاتا-ئانام چېچىمغىلا ئارىلىشىۋالىدۇ، ئۇلار چاچنى قىسقا قويساڭ نېمە يامىنى دېيىشىدۇ، ئۇزۇن چېچىمنى كۆرۈشنى خالىمايدۇ. بىراق ئەسلا ماڭا كۆڭۈل بۆلۈپ باقمايدۇ، پەقەت مېنىڭ باشقىلارغا يامان تەسىر بېرىپ قويۇشۇمدىنلا ئەنسىرەيدۇ» دېگەنىدى. ياشلىقتىكى بۇ خىل تۇيغۇلار رېئاللىققىمۇ ماس كېلىدۇ. ئاتا-ئانىلار بالىسىنىڭ مۇستەقىل خاراكتېرىنى ھېس قىلمايدۇ، بالىلىرىنى پەقەتلا ئۆزلىرىنىڭ داۋامى ياكى بىر قىسمى دەپ قارايدۇ. بالىلىرى خۇددى ئېسىل كىيىم-كېچەكلەردەك، تەكشى گۈللۈكلەردەك، پارقىراق ماشىنىسىدەك، ئۇلارنىڭ جەمئىيەتتىكى ئورنىغا ۋەكىللىك قىلىدۇ. شائىر جىبران بالا تەربىيەلەش تېمىسىدىكى بىر شېئىرىدا، بۇ خىل ئەھۋالنى ناھايىتى چېۋەرلىك بىلەن تەنقىد قىلغانىدى:

پەرزەنتلەر سېنىڭ ئەمەس،
ئۇلار ھايات ئىستىكى ئۇچۇن يارالغان.
ئۇلار سەن ئارقىلىق كەلگەن، بىراق سەندىن كەلمىگەن،
ئەتراپىڭدا بولسىمۇ، بىراق ساڭا تەۋە ئەمەس.
ئۇلارغا مۇھەببىتىڭنى بەر، ئىدىيەڭنى ئەمەس،
چۈنكى ئۇلارنىڭ ئۆز ئىدىيەسى بار.
ئۇلارنىڭ تېنىنى قوغدا، روھىنى ئەمەس،

چۈنكى ئۇلارنىڭ روھى چۈشۈڭدە تۇرسىمۇ تۇتالمايدىغان ئەتىدۇر.
ئۇلارغا ئۆگەت، بىراق سەندەك بولۇشنى ئۆگەتمە.
چۈنكى ھايات كەينىگە يانمايدۇ، قايتىلانمايدۇ.
سەن يا (ئوقيا)، پەرزەنت سەندىن ئېتىلىپ چىققان ئوق
ئوقياچى تەقدىر بولسا مەڭگۈلۈكنىڭ يولىدا
پۈتۈن كۈچى بىلەن ئۇنى كېرىدۇ، ئوقنى تېخىمۇ تېز ۋە يىراققا ئۆزىتىش ئۈچۈن،
بەخت ئوقياچىنىڭ كېرىچىنى كېرىۋاتقاندىكى سىمفونىيەدۇر،
چۈنكى ئۇ ئۇچۇشنى ياخشى كۆرىدىغان ئوق ۋە جىمجىت تۇرۇشنى خالايدىغان يا.

ئادەتتىكى كىشىلەر ئەتراپىدىكىلەرنىڭ مۇستەقىللىقىنى قوبۇل قىلالمايدۇ. بۇ ئۇلارنىڭ تۇغقاندارچىلىق ۋەزىپىسى بولۇپلا قالماي، نىكاھنىڭ ئىچكى قىسمىدىكى مۇناسىۋەتنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالاتتى، بىراق بۇنىڭدا مەسىلە ساقلاندى. ئىلگىرى بىر مەيدان نىكاھ مەسلىسى مۇزاكىرىسىدە، بىر ئەزانىڭ مۇنداق دېگىنىنى ئۆز قۇلىقىم بىلەن ئاڭلىغانىدىم: «ئايالنىڭ ۋەزىپىسى ۋە رولى ئۆيئىچىنى رەتلەش ۋە تاماق ئېتىش»تۇر. بۇ خىل ئەرلەر ھوقۇقچىلىقى مېنى ھەيران قالدۇرغانىدى. مەن تېخى باشقا ئەزالار ئۇنىڭ بۇ كۆزقاراشلىرىغا تولۇقلىما بېرەر، ياكى ئۇنىڭ خاتالىقىنى تۈزىتەر دەپ ئويلىغانىدىم.

مېنى ئەڭ ھەيران قالدۇرغىنى ئالتە ئادەمدۇر. ئۇلارنىڭ ئىچىدە ئەر-ئاياللارمۇ بار ئىدى. ئۇلارنىڭ ئۆز جورىسىنىڭ «مەقسىتى ۋە رولى»غا بەرگەن ئېنىقلىمىسى تۈپتىن پەرقلىنىدۇ. ئۇلار ئۆزىنى مەركەز قىلغان ھالدا ئېرىنىڭ ياكى ئايالىنىڭ مەۋجۇدىيەت قىممىتىگە بېكىتكەن، قارشى تەرەپنى تولۇق يەككە مەۋجۇتلۇق سۈپىتىدە ئويلاشمىغان، نىكاھقا ۋە تەقدىرگە ئىشەنگەن. مەن ئۇلارغا ھېسداشلىق قىلغان ھالدا: «ۋاي تەڭرىم، ئەجەبا سىلەرنىڭ نىكاھ قارىشىڭلاردا ئورتاق مەسىلە بارمىدۇ، ھەر بىر كىشى ئۆزىنىڭ مۇستەقىل تەقدىرىنى بىلىشى ھەمدە ئۇنى

ﻗﻮﻏﻠﯩﺸﯩﺸﻰ ﻛﯧﺮەك، ﺋﯘﻧﺪاق ﺑﻮﻟﻤﯩﺴﺎ، ﻣەﺳﯩﻠە داۋاﻣﻠﯩﻖ ﻣەۋﺟﯘت ﺑﻮﻟﯩﺪۇ» دەپ قاﻳﯩﻨﻐﺎﻧﺪﯨﻢ. ﺋﯘﻻر ھەم ﻗﺎﻳﯩﻞ ﺑﻮﻟﻤﯩﺪى ھەم ﺋﺎرﺳﺎﻟﺪى ﺑﻮﻟﺪى. ﻣﺎﺋﺎ ﺗەﻧە ﻗﯩﻠﻐﺎﻧﺪەك، ﺋﺎﻳﺎﻟﻨﯩﯔ روﻟﻰ ۋە ﻣەﻗﺴﯩﺘﯩﻨﯩﯔ ﻗﺎﻧﺪاق ﺑﻮﻟﯘﺷﻰ ﻛﯧﺮەﻛﻠﯩﻜﻰ ھەﻗﻘﯩﺪە ﺳﻮراﺷﺘﻰ. دﯦﺪﯨﻤﻜﻰ: «ﺳﺎرﻟﯩﻨﯩﯔ ﻣەﻗﺴﯩﺘﻰ ۋە روﻟﻰ ﺋﯚزﯨﻨﯩﯔ ﻛﯧﻴﯩﻨﻠﯩﻜﻰ ﺋﯜﭼﯜﻧﺪۇر، ﺋﯚزﯨﻨﯩﯔ ۋە ﺗەﯕﺮﯨﻨﯩﯔ ﺷەرﯨﭙﻰ ﺋﯜﭼﯜﻧﺪۇر، ھەرﮔﯩﺰﻣﯘ ﻣﯧﻨﯩﯔ ﺷەﺧﺴﯩﻲ ﻣەﻧﭙەﺋەﺗﯩﻢ ﺋﯜﭼﯜن ﺋەﻣەس». ﺋﯘﻻر دەﻣﺎﻟﻠﯩﻘﻘﺎ ﺑﯘ ﻛﯚزﻗﺎراﺷﻼرﻧﻰ ﻗﻮﺑﯘل ﻗﯩﻼﻟﻤﯩﻐﺎﻧﺪى.

ﺗﯘﻏﻘﺎﻧﺪارﭼﯩﻠﯩﻖ ﻣﯘﻧﺎﺳﯩﯟﯨﺘﯩﺪە ھەر ﺋﺎدەﻣﻨﯩﯔ ﻣﯘﺳﺘەﻗﯩﻠﻠﯩﻘﯩﻨﻰ ﺋﯧﺘﯩﺮاپ ﻗﯩﻠﯩﺸﻰ ﻧەﭼﭽە ﺋەﺳﯩﺮﻟەردﯨﻦ ﺑﯘﻳﺎن ﺋﯩﻨﺴﺎﻧﯩﻴەﺗﻨﻰ ﻗﯩﻴﻨﺎۋاﺗﻘﺎن ﻣەﺳﯩﻠﯩﺪۇر. ﺑﯩﺮاق ﺋﯘ ﺳﯩﻴﺎﺳﯩﻲ ﺳەھﻨﯩﻠەردە ﻳﯩﺮاﻗﻼرﻏﺎ ھﺎﻟﻘﯩﺪى، ﻧﯩﻜﺎھ ﻣﯘﻧﺎﺳﯩﯟەﺗﻠﯩﺮﯨﺪە دﯨﻘﻘەﺗﻜە ﺳﺎزاۋەر ﺑﻮﻟﺪى. ﻣەﺳﯩﻠەن: ﺳﺎپ ﻛﻮﻣﻤﯘﻧﯩﺰﻣﻨﯩﯔ ﭘەﻟﺴەﭘﯟى ﻗﺎرﯨﺸﻰ ﻳﯘﻗﯩﺮﯨﺪا ﺗﯩﻠﻐﺎ ﺋﯧﻠﯩﻨﻐﺎن ﻧﯩﻜﺎھ ﻗﺎرﯨﺸﯩﻐﺎ ﺋﻮﺧﺸﺎپ ﻛﯧﺘﯩﺪۇ. ﺑﺎﺷﻘﯩﭽە ﺋﯧﻴﺘﻘﺎﻧﺪا، ﺷەﺧﺲ ﻣەۋﺟﯘدﯨﻴﯩﺘﯩﻨﯩﯔ ﻣەﻗﺴﯩﺘﻰ ۋە روﻟﻰ ﭘەﻗەت ﺋﯘﻧﯩﯔ ﺋﺎﺋﯩﻠﯩﺴﻰ، ﺟەﻣەﺗﻰ، ﻳﯘرﺗﺪاﺷﻠﯩﺮى ۋە ﺟەﻣﺌﯩﻴەت ﻣﯘﻻزﯨﻤﯩﺘﻰ ﺋﯜﭼﯜﻧﺪۇر. ﺋﯘﻧﯩﯖﻐﺎ ﻧﯩﺴﭙﯩﻲ ھﺎﻟﺪا، ﺳﺎپ ﻛﺎﭘﯩﺘﺎﻟﯩﺰﯨﻤﻤﯘ ﭘەﻗەت ﺷەﺧﺴﻨﻰ ﺗەﺷەﺑﺒﯘس ﻗﯩﻠﯩﺪۇ، ﺋﯘﻻرﻧﯩﯔ ﺋﺎﺋﯩﻠﯩﺴﻰ، ﺟەﻣەﺗﻰ، ﻳﯘرﺗﺪاﺷﻠﯩﺮى ۋە ﺟەﻣﺌﯩﻴﯩﺘﻰ ﺋﯜﭼﯜن ﻗﯘرﺑﺎن ﺑﻮﻟﯘﺷﻰ ھﯧﭽﻨﯩﻤﯩﮕە ﺋەرزﯨﻤەﻳﺪۇ. ﺋﯘﻻر ﻳﯧﺘﯩﻢ، ﺗﯘل، ﻣﯧﻴﯩﭗ ۋە ﺋﺎﭼﺎرﭼﯩﻠﯩﻖ دﯦﮕەﻧﻠەر ﺑﯩﻠەن ﻛﺎرى ﻳﻮق، ﻛﺎرﺧﺎﻧﯩﭽﯩﻼرﻣﯘ ﺑﺎﻳﻠﯩﻘﯩﻨﯩﯔ ۋە ﺷﯚھﺮﯨﺘﯩﻨﯩﯔ ھﯘزۇرﯨﻨﻰ ﺳﯜرۈپ ﻳﯜرﯛﻳﺪۇ. ھەرﻗﺎﻧﺪاق ﺗەﭘەﻛﻜﯘرى ﻧﻮرﻣﺎل ﻛﯩﺸﯩﻠەرﮔە ﺋﺎﻳﺎﻧﻜﻰ، ﺋﯩﻜﻜﻰ ﺧﯩﻞ دۇﻧﻴﺎ ﻗﺎراﺷﻨﯩﯔ ھﯧﭽﻘﺎﻳﺴﯩﺴﻰ ﺋﯩﻨﺴﺎﻧﻨﯩﯔ ﻣﯘﺳﺘەﻗﯩﻠﻠﯩﻖ ۋە ﺋەرﻛﯩﻨﻠﯩﻚ ﻣەﺳﯩﻠﯩﺴﯩﻨﻰ ھەل ﻗﯩﻼﻟﻤﺎﻳﺪۇ.

نىكاھ چوقۇقسىغا يامىشىش

شەخسنىڭ ساغلاملىقى بىلەن جەمئىيەتنىڭ ساغلام ئۇچۇرلىرى ئۆزئارا مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. مەن ھەمىشە نىكاھنى تاغقا چىقىپ بولغاندىن كېيىن قۇرغان ئاخىرقى ئىستىھكامغا ئوخشىتىمەن. تاغقا مۇۋەپپەقىيەتلىك ئىستىھكامنى قۇرۇپ بولغاندىن كېيىن، ياخشى ئوزۇقلىنىپ ۋە ياخشى ئارام ئېلىپ، كېيىنكى تاغقا چىقىش ئۇچۇن تەييارلىنىدۇ. مۇنەۋۋەر تاغقا چىققۇچىلار بىلىدۇكى، ئىستىھكامنى قۇرۇشقا كەتكەن ۋاقىت ھەرگىزمۇ تاغقا يامىشىشقا كەتكەن ۋاقىتتىن ئاز ئەمەس. يەنە كېلىپ، ئۇلارنىڭ ھاياتلىقى ئىستىھكامنىڭ مۇستەھكەملىكىگە ۋە ئوزۇقلۇقنىڭ يېتەرلىكلىكىگە باغلىق.

ئەنئەنىۋى كۆزقاراشلاردا، ئەرلەر ئومۇميۈزلۈك دۇچ كەلگەن نىكاھ مەسىلىسى شۇكى، تاغقا چىقىپ بولغاندىن كېيىنكىسى ئۇنى باشقۇرۇش خىزمىتىدۇر. ئىستىھكامنىڭ خىزمىتى (نىكاھ) پەقەت ئاياللارنىڭ زىممىسىگە قالغان. ئەرلەر ھەمىشە ئىستىھكامغا بالدۇرراق قايتىپ ھۇزۇرلىنىشقا ئالدىرايدۇ، بىراق ئۇنى ئاسراشقا سەل قارايدۇ. بۇ خىل «كاپىتالىزمچە» ئىستىل بەربىر مەغلۇپ بولىدۇ، ئۇ ئۆيگە قايتقاندىن كېيىن ئاللىقاچان ۋەيران بولغان خارابىنى بايقايدۇ. ئايالى روھىي كېسەللىك سەۋەبلىك دوختۇرخانىغا كىرىپ قالغان ياكى باشقا ئەرلەر بىلەن قېچىپ كەتكەن ۋەياكى باشقا شەكىللەر ئارقىلىق ئىستىھكامغا قاراشتىن ۋاز كەچكەنلىكىنى جاكارلايدۇ. شۇنىڭغا ئوخشاش، ئاياللار ئەنئەنىۋى نىكاھتا ئومۇميۈزلۈك دۇچ كەلگەن مەسىلە شۇكى، نىكاھنى پۈتۈنلەي ئەرلەرنىڭ زىممىسىگە ئىتتىرىپ قويىدۇ. ھەتتا ئىستىھكامنى ئۆرۈپ تاشلايدۇ. ئۇلار

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئەرلىرىنىڭ ئىنكاھتىن سىرتقى نەتىجىلىرىنى ۋە تەجرىبىلىرىنى چۈشەنمەيدۇ، نارازى بولىدۇ، زېھنىنى ئائىلىگە قارىتىشنى خالىمايدۇ. بۇ خىل «كوممىنىزمچە» پىلانىمۇ ئوخشاشلا پايدىسىز. بۇنداق قىلىش ئىنكاھ مۇناسىۋىتىنى سۇسلاشتۇرىدۇ ۋە بوغۇپ قويىدۇ. ئەرلەر بۇ خىل دەزنى ئەسلىگە كەلتۈرۈشكە ئامالسىز قالىدۇ، شۇنىڭ بىلەن ئۇنىڭدىن قۇتۇلۇش يولىغا ماڭىدۇ.

فېمىنىزم ھەرىكىتى (ئاياللار ئازادلىقى ھەرىكىتى دەپمۇ ئاتىلىدۇ) غايىمىزدىكى ئىنكاھ يولىنى تېپىشىمىزغا ياردەم قىلىدۇ. ئىنكاھ تەڭ ئىش تەقسىماتى تۈزۈمى ئۈستىگە قۇرۇلىدۇ، ئۇ ئۆزئارا قوللاش ۋە كۆيۈنۈشكە موھتاج، ۋاقتىنى ۋە زېھنىنى مەبلەغ قىلىپ سېلىشقا موھتاج. ئۇنىڭ مەۋجۇتلۇقىنىڭ ئاساسىي مەقسىتى ھەر بىر ئەزانى پەرۋىشلەپ، ئۇلارنى قەلب مۇكەممەللىكىنىڭ چوققىسىغا ئاچىقىشتۇر. ئەر-ئايال دەپ ئايرىماي ئىستىھكامغا ئورتاق قاراش ۋە كۆڭۈل بۆلۈش كېرەك، ئورتاق تىرىشىش كېرەك.

كىچىك ۋاقتىمدا، ئامېرىكا كىلاسسىك شائىرى ئان بىدىرىتنىڭ ئېرى ھەققىدىكى بىر مىسراسى: «ئىككى تەن قانچىلىك بىرىكىپ كەتسۇن، بىزنىڭكىگە يەتمەيدۇ»دىن ناھايىتى تەسىرلەنگەنىدىم. چوڭ بولغاندىن كېيىن ئاستا-ئاستا چۈشەندىمكى، ئىككى تەرەپنىڭ مۇستەقىل ھاياتى ئىنكاھنى ۋە تۇرمۇشنى تېخىمۇ مەزمۇنلۇق قىلىدىكەن. يالغۇزلۇقتىن قورقۇپ توي قىلغانلار ھەرگىزمۇ ئىنكاھنى ئۇلۇغۋارلىققا ئىگە قىلالمايدۇ. ھەقىقىي مۇھەببەت ئۆزئارا مۇستەقىللىقنى ھۆرمەت قىلىدۇ، بىراق مېھرسىزلىككە ۋە ئايرىلىشقا سەل قارىمايدۇ، بەلكى بۇ خىل مۇستەقىللىققا كۆڭۈل بۆلىدۇ. مۇۋەپپەقىيەتلىك ئىنكاھ ياكى ئىجتىمائىيەتمۇ پەقەت كۆڭۈل بۆلۈش ئارقىلىق ئاندىن ھاياتىي كۈچىنى تاپالايدۇ. بىراق ھەقىقىي مۇھەببەت ئۈچۈن بېرىلگەن «قۇربانلىق»نىڭ ھەممىسى قارشى تەرەپنىڭ تاكامۇللىششى ئۈچۈندۇر. ئۆزلۈكنى تاكامۇللاشتۇرۇش ئۈچۈندۇر دېيىشكىمۇ بولىدۇ. تاغ چوققىسىغا مۇستەقىل چىققانلار ئىنكاھ ياكى ئىجتىمائىيەتنى پەرۋىش قىلىش ئارقىلىق تېخىمۇ يۇقىرى قاتلامغا ئۆرلەيدۇ. شەخسنىڭ

تاكامۇللىشىشى بىلەن ئىجتىمائىيەت تەرەققىياتى زىچ باغلىنىشقا ئىگە. شۇنداقتىمۇ ئىچكى جەھەتتىكى تەنھالىق تۇيغۇسىدىن قۇتۇلغىلى بولمايدۇ. جىبراننىڭ قەلىمى ئاستىدا، بېشارەتچىلەر جىمجىتلىقنىڭ پاراستىنى قايتا قوزغىتىپ، نىكاھنى مۇنداق مۇلاھىزە قىلدى:

بىرىكىشىڭلاردا يوچۇق بولسۇن،
جەننەتتىن كەلگەن شامال ئاراڭلاردا ئۇسسۇل ئوينىسۇن،
سۆيۈشۈڭلار، سۆيگۈگە قۇلۇپ ياسىماڭلار،
سۆيگۈ روھىڭلارنىڭ ئىككى قىرغىقىدىكى دولقۇنغا ئايلانسۇن.
قەدەھلەرنى لىقلاڭلار، بىراق بىرلا قەدەھتىن ئىچمەڭلار
بولكاڭلاردىن بەھرىلىنىڭلار، بىراق ئىككىلىڭلاردا بولكا بولسۇن.
بىرلىكتە ناخشا ئېيتىڭلار، ئۇسسۇل ئويناڭلار، ھەرىكەتلەر مۇستەقىل بولسۇن
رويالنىڭ تىللىرىدىن بىر مۇزىكا ياڭرىسىمۇ، بىراق ھەر بىرى مۇستەقىل تىترىسۇن!
قەلبىڭلارنى بېغىشلاڭلار، بىراق بىر-بىرىڭلارنىڭكىنى ئىگىلىۋالماڭلار!
چۈنكى ھاياتنىڭ قولىلا يۈرىكىڭلارنى تۇتۇپ تۇرالايدۇ.
بىرگە تۇرۇڭلار، ئارىلىق ساقلانسۇن.
چۈنكى مەسچىت، چېركاۋلارنىڭ تۈۋرۈكلىرىمۇ يەككە-يەككە تۇرىدۇ.
قېيىن بىلەن قارىغاينىڭ يىلتىزى تۇتاش بولسىمۇ، بىر-بىرىنىڭ سايىسىدا ياشمايدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

مۇھەببەت ۋە پسىخىكىلىق داۋالاش

15 يىل بۇرۇن نىمىشقا پسىخولوگ بولۇشنى تاللىشىمنىڭ سەۋەبىنى ئەسلىيەلمەيمەن. ئېھتىمال ئىنسانىيەتكە «ياردەم» بېرىشنى ئويلىغاندىمەن. مېدىتسىنا ساھەسىدىكى «ئادەمنىڭ پروگراممىسى»غا ياردەم بېرىشتەك زىيادە مېخانىك تېخنىكىلارنى ياقتۇرمىغانلىقىممۇ بىر سەۋەبتۇر. ئادەملەر بىلەن پاراڭلىشىش ئۇلارنىڭ ئۆيەر-بۇيەرلىرىنى تۇتۇپ-سىلاشقا قارىغاندا تېخىمۇ ئەھمىيەتلىك. يەنە كېلىپ، ئىنسانلارنىڭ ئېڭىدا ئۆزگىرىش يۈز بېرىدۇ، بۇ ئۆزگىرىش تەن ياكى ۋىرۇس ئۆزگىرىشىگە قارىغاندا تېخىمۇ مەنىلىكتۇر. مەن پسىخولوگلارنىڭ ئادەملەرگە قانداق ياردەم بېرىدىغىنىنى بىلمەيمەن، پەقەت جادۇ، سېھىر ياكى ئەپسۇن ئىشلىتىپ بىمارلارنىڭ قەلب تۈگۈنىنى يېشىدۇ دەپ خىيال قىلاتتىم ھەم شۇنداقراق بىر سېھىرگەر بولۇشنى ئۈمىد قىلاتتىم. بىراق ھەرگىزمۇ بۇ خىزمەت بىلەن بىمارلارنىڭ قەلب مۇكەممەللىكى ئارىسىدا مۇناسىۋەت بار دەپ ئويلىمايتتىم، ئەلۋەتتە پسىخولوگىيە بىلەن ئۆزلۈك تاكامۇللۇقىنىڭ مۇناسىۋەتلىكىنىمۇ ئويلاپ باقمىغانىدىم.

پراكتىكىدىن ئون ئاي ئاۋۋال، ئەھۋالى ئېغىر بىمارلارغا قاراشقا مەسئۇل قىلىندىم. بىراق شۇنى بايقىدىمكى، ئۇلارغا كېرىكى دورا، توكلۇق داۋالاش ۋە سېستىرانىڭ قارىشىدەك قىلاتتى، ھەرگىزمۇ مەن ئەمەس ئىدىم. بىراق مەن ئەنئەنىۋى تىل ئارقىلىق ئاراملاندۇرۇش ۋە تەسەرلەندۇرۇش ماھارىتىنى ئۆگىنىۋالدىم. بۇ باسقۇچتا، مەن ئۇزاق داۋالانغان تۇنجى بىمارىم ماشاغا قارىغانىدىم.

ماشا ھەپتىدە ئۈچ قېتىم يېنىمغا كېلەتتى. ئۇ ھەقىقەتەن بىر

مەيدان جاپالىق كۈرەش بولغانىدى. ئۇ مەن تەلەپ قىلغان ھېچقانداق ئىشلىرىنى سۆزلەشكە قوشۇلمايتتى. يەنە كېلىپ، مەن تەلەپ قىلغان شەكىلدە سۆزلەشكە قوشۇلمايتتى، بەزىدە تېخى بىر ئېغىزمۇ گەپ قىلغىلى ئۇنىمايتتى. بەزى تەرەپلەردە، قىممەت قاراشلىرىمىز ئاسمان-زېمىن پەرقلىنەتتى. تىرىشىش ئارقىلىق ئۇ ئۆزىنى بىرەر قۇر تەكشىدى، مەندىمۇ ئۆزگىرىشلەر بولدى. گەرچە مەن تۆرلۈك ماھارەتلەرگە پىششىق بولسامۇ، بىراق ئۇ ماشىنىڭ ئىلگىرىلىشىگە ھېچقانداق تەسىر كۆرسىتەلمىدى. ماگا داۋالانغىلى كەلگەندىن باشلاپ، ئۇ ئېچىۋېتىلگەن ئالاقە ئەندىزىسىنى باشلىغانىدى، بىر قانچە ئايدىن كېيىن، ئۇ ئۆزىنىڭ ھەر خىل «قىلىق»لىرىنى سۆزلەپ توختىمايدىغان بولدى. بىر يىلدىن كېيىن، پاراڭ جەريانىدا ئۇ تۇيۇقسىز مەندىن: «سىزنىڭچە مەن ئوڭشىلالامايمەن، شۇنداقمۇ؟» دەپ سورىدى.

مەن پۈرسەتنى چىڭ تۇتۇپ، دەرھال: «سىزگە قانداق قارايدىغانلىقىمنى بىلگۈڭىز بار ئوخشامدۇ؟» دېدىم.

ئۇ شۇنداق ئويلايدىغانلىقىنى ئېيتتى. بىراق مەن نېمە قىلىشنى بىلمەيتتىم، قانداق سېھىرلىك تىل، ماھارەت ياكى پوزىتسىيە ئارقىلىق ئۇنىڭغا ياردەم قىلىمەن، بۇنىمۇ بىلمەيتتىم. نېمىشقا بىلگۈڭىز بار؟ ياكى قانداق قاراشتا بولۇشۇمنى ئۈمىد قىلىسىز؟ دەپ سورىسام بولاتتى. مېنىڭ قانداق قارىشىم مۇھىم ئەمەس، مۇھىمى ئۆزىڭىزگە قانداق قارىشىڭىزدۇر دېسەممۇ بولاتتى. بىراق مەن قاتتىق تېڭىرقىغانىدىم. ھالبۇكى، ماشا بىر يىلدىن بۇيان ھەپتىدە ئۈچ قېتىم كېلىشتەك قېيىن ئىشنى داۋاملاشتۇرۇپ كېلىۋاتاتتى، شۇڭا ئۇنىڭغا سەمىمىي جاۋاب بېرىشىم كېرەك ئىدى.

بىراق بۇنىڭغا نىسبەتەن ھېچقانداق تەييارلىقىم يوق ئىدى. بىر ئادەمگە ئۆزۈمنىڭ سەمىمىي قاراشلىرىمنى قانداق دېيىشنى مەشىق قىلمىغانىدىم. مەن ئىشلىگەن مەشقلەر ھېچقاچان بۇ خىل شەكىلدىكى ئالاقىنى تىلغا ئالمايتتى. شۇڭا مەن بۇنىڭ مەدھىيەلەشكە تېگىشلىك شەكىل ئىكەنلىكىگە ئاساسىم بار ئىدى، ئېھتىمال كۆپ قىسىم پسىخولوگلار ئۆزىنى بۇ خىل قېيىن مۇھىت ئىچىگە ئېلىپ كىرمىسە

كېرەك. قانداق قىلىشىم كېرەك؟ بىر ئاز جىددىيلەشكەندىم. ئاخىرى ئۇنىڭغا: «ماشا، بۇ مەزگىلدە ئالاقىمىزمۇ نورمال ئەمەس. كۆپ قىسىم ۋاقىتلىرىمىزدا قارشىلىشىۋاتىمىز، بۇ خىل قارشىلىشىش بىزنى پەرۋاسىز، جىددىيلىشىدىغان ۋە ئاچچىقلىنىدىغان قىلىپ قويىدى. بىراق قانداق بولۇشىدىن قەتئىينەزەر، سىز چەكسىز تىرىشتىڭىز، ھەر خىل قاتتىقچىلىقلارغا بەرداشلىق بەردىڭىز، بىر قېتىم-بىر قېتىمدىن، بىر ھەپتە-بىر ھەپتىدىن، بىر ئاي-بىر ئايدىن يېنىمغا كەلدىڭىز. ئەگەر سىز قەلب مۇكەممەللىكىنى قوغلاشمايدىغان، قارا كۆڭۈل ئادەم بولسىڭىز چوقۇم بۇنىڭغا بەرداشلىق بېرەلمەيتتىڭىز. مۇشۇنداق قۇربانلىق بېرەلەيدىغان ئادەملەر شىپا تاپالمايدۇ دېسە مەن ئىشەنمەيمەن. جاۋابىم شۇكى، ئوڭشىلالايسىز. ئەمەلىيەتتە، مەن سىزنى ناھايىتى ھۆرمەت قىلىمەن» دېدىم.

دىراماتىك بۇرۇلۇش نۇقتىسى

ئۇزۇن ئۆتمەي، ماشا يېقىنچىلىق قىلىشىدىغان ئۇن نەچچىدەك يىگىتلىرى ئىچىدىن بىرىنى تاللاپ، مەنىلىك مۇناسىۋەت ئورناتتى. ئاخىرىدا توي قىلدى، تۇرمۇشىمۇ رومانتىك ئىدى. قايتا ئۇجمەكۆڭۈللۈك قىلمىدى. شۇنىڭدىن كېيىن ئۇ ئۆزىنىڭ ئارتۇقچىلىقلىرىنى سۆزلەيدىغان بولدى. ئارىمىزدىكى قارشىلىششىمۇ تەبىئىيلا يوقالدى. داۋالاشمۇ ئۈنۈملۈك بولدى ۋە ئالغا باستى. تەۋەككۈلچىلىكىم تاسادىپىي هالدا ئۇنىڭغا تەسىر قىلدى، ئۇنى ئازابتىن قۇتۇلدۇردى. بۇ داۋالاشنى ئۈنۈمگە ئېرىشتۈرۈپلا قالماي، يەنە داۋالاشنىڭ مۇهىم بۇرۇلۇش نۇقتىسى بولۇپ قالدى.

بۇ نېمىنى ئىپادىلەيدۇ؟ پىسخولوگلار ئۆزىنىڭ كۆزقاراشلىرىنى بىمارلىرىغا مۇۋەپپەقىيەتلىك دېيىشنى ئىپادىلەمدۇ، ئەلۋەتتە ئۇنداق ئەمەس. بىرىنچىدىن، داۋالىغۇچىلار داۋالاش جەريانىدا باشتىن-ئاخىر بىردەك بولۇشى كېرەك، بىمارلارغا سەمىمىي مۇئامىلە قىلىش كېرەك. مەن ماشانىڭ قەيسەرلىكىنى ياقتۇرىمەن ۋە قايىلمەن. ئىككىنچىدىن، ئۇنى ياقتۇرۇشۇم ۋە قايىللىقىم ئەهمىيەتكە ئىگە، چۈنكى بىز تونۇشقاندىن بۇيانقى بىر مەزگىلدە، داۋالاشمۇ چوڭقۇرلاشتى. بۇ قېتىملىق بۇرۇلۇش نۇقتىسىنىڭ ماهىيىتى ياقتۇرۇشۇم ۋە قايىللىقىم بىلەن مۇناسىۋەتسىز، بەلكى ئارىمىزدىكى مۇناسىۋەتنىڭ خاراكتېرى بىلەن مۇناسىۋەتلىك ئىدى.

هېللىن ئىسىملىك يەنە بىر بىمارىمنى داۋالاۋاتقىنىمدىمۇ، مۇشۇنداق دىراماتىك بۇرۇلۇش نۇقتىسى يۈز بەرگەنىدى. هېللىن هەپتىدە ئىككى قېتىم كېلەتتى. توققۇز ئايدىن كېيىنكى داۋالاشتا قىلچىلىك ئىلگىرىلەش بولمىدى، مەنمۇ ئامالسىز قالغانىدىم. شۇنچە ئۇزاق ۋاقىت

بىرىيەردە تۇرساقمۇ، بىراق ھېلىلىندىكى مەسىلىگە دىياگنوز قويالمىغانىدىم، مەسىلىنىڭ قەيەردىلىكىنىمۇ بىلەلمىگەنىدىم.

بىر قانچە ئاخشام ئۇنىڭ ئەھۋالىنى تەتقىق قىلىش ئارقىلىق ھېچقانداق تەسىراتقىمۇ كېلەلمىدىم. بىردىنبىر ئېنىق بولغىنى ھېلىلىن ماڭا ئىشەنمەيتتى. ئۇ مېنى ھەقىقىي كۆيۈنمىگەندەك، پۇلنىلا ئېلىۋاتقاندەك ئاغرىناتتى. توققۇز ئايدىن كېيىنكى بىر كۈنى، ئۇ داۋالاش جەريانىدا، ماڭا: «پېك دوختۇر، شۇنچىلىك غېرىبلىقىمنى بىلمەمسىز، ماڭا كۆڭۈل بۆلۈپمۇ قويمايسىز، مېنى نەزىرىڭىزگە ئىلىپمۇ قويمىسىڭىز، سىز بىلەن قانداقمۇ ئالاقە ئورناتقىلى بولسۇن» دېدى.

مەن: «ھېلىلىن، ئىككىلىمىز نەقەدەر غېرىب، سىزنىڭ قانداق ھېسسىياتتا ئىكەنلىكىڭىزنى بىلمەيمەن، بىراق مەن ئون يىلدىن بۇيان تۇنجى قېتىم مۇشۇنداق بىچارە ئەھۋالغا چۈشۈپ قالدىم. مەن ئەزەلدىن ھېچكىمنى بۇنداق ئۇزاق داۋالىمىغانىدىم، ھېچقانچە ئىلگىرىلەش يوق، ئېھتىمال ياخشى دوختۇر بولمىسام كېرەك. يېرىم يولدا توختام قالغۇم يوق، بىراق مېنى ھەقىقەتەن قىيىن ئەھۋالغا چۈشۈرۈپ قويدىڭىز، ھەمكارلىقىمىزدا نېمە مەسىلە چىققانلىقىنى ھېچ بىلەلمىدىم» دېدىم.

ھېلىلىننىڭ چىرايىدا تەبەسسۇم جىلۋىلەندى، ئۇ:

—سىز ماڭا راست كۆڭۈل بۆلەمسىز؟ —دەپ سورىدى.

—نېمە؟

—سىز ماڭا كۆڭۈل بۆلمىسىڭىز، غېرىبلىشىپ قالمايتتىڭىز،—دېدى ئۇ پەرۋاسىزلارچە.

كېيىنكى پارىڭىمىزدا، ھېلىلىن ئۆزىنى قاچۇرغان، يالغان ئېيتقان، يوشۇرغان ئىشلىرىنى بىرمۇبىر سۆزلەپ بەردى. بىر ھەپتىگە يەتمىگەن ۋاقىت ئىچىدە ئۇنىڭ ئاساسىي ئەھۋالىنى چۈشەندىم، مەسىلىنى تېپىپ چىقىپ، داۋالاش لايىھەسىنى تۈزۈپ چىقتىم.

شۇنىڭغا ئوخشاش، ئىنكاسىمىنىڭ ھېلىلىن ئۈچۈن مەنىلىك تۈيۈلۈشىدىكى سەۋەب شۇكى، ئۇ مۇناسىۋىتىمىزدىن ۋە ئورتاق تىرىشچانلىقىمىزدىن ئۈمىدلەنگەن. داۋالاش ئۈنۈمىنى شۇنداق

خۇلاسىلەيمەنكى، ئۇ قانداقتۇر «شەرتسىز ئىلھام» ياكى ئەپسۇن ئەمەس، بەلكى ئادەم بىلەن ئادەم ئارىسىدا سىڭىلىنغان مەبلەغ ۋە مۇھەببەتتۇر. داۋالىغۇچىلار چوقۇم بىمارلارنىڭ قەلب مۇكەممەللىكى ۋە ئۆزلۈك تاكامۇللىقى ئۈچۈن خەتەرگە تەۋەككۈل قىلىشنى خالىشى كېرەك. بەدەل تۆلەش ئۈچۈن بىمارلار بىلەن، ئۆزلۈك بىلەن كۈرەش قىلىشى كېرەك. باشقىچە ئېيتقاندا، پىسخىكىلىق داۋالاشنىڭ مەنىسىگە ھەقىقىي چۆككەندە، سۆيگۈ (مۇھەببەت) نىڭ ئۇنىڭ مەركىزىي ئامىلىغا ئايلاندۇرۇلغاندىلا ئاندىن مۆۋەپپەقىيەت قۇچاق ئاچىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

پسىخولوگىنىڭ مۇھەببىتى

غەربنىڭ پسىخولوگىيە كەسپىگە ئائىت ئەسەرلىرىنىڭ كۆپىنچىسىدە، سۆيگۈ (مۇھەببەت) دىن ئىبارەت بۇ تېمىغا سەل قارالغان. بىراق ئادەمنى ھەيران قالدۇرىدىغان بىر نۇقتا، ھىندى دىنىنىڭ كالانلىرى: «مۇھەببەتنى قۇدرەتنىڭ مەنبەسى» سۈپىتىدە كۆرسەتكەن. غەربنىڭ پەقەت پسىخىك داۋالاشنىڭ مۇۋەپپەقىيەتلىك-مەغلۇبىيەتلىك بولۇشىنىڭ سەۋەبى توغرىسىدىكى بىر بابىدىلا مۇھەببەت مەسىلىسىنى قىسقىلا تىلغا ئېلىپ ئۆتكەن. ھالبۇكى، ئۇلار پسىخىك داۋالاشنىڭ مۇۋەپپەقىيىتىنى «مېھرىبانلىق» ۋە «ئىلاھىيلىق» ئالاھىدىلىكىگە ئىگە قىلغان. كۆپىنچە ۋاقىتتا، مۇھەببەت تېمىسى بىزنى ئوڭايسىزلاندۇرىدىغاندەك ھېس قىلىمىز. بۇنداق تۇيغۇنىڭ پەيدا بولۇشىنىڭ بىرقانچە تۈرلۈك سەۋەبى بار. بىرى، مەدەنىيىتىمىز ھەقىقىي مۇھەببەت بىلەن رومانتىك مەدەنىيەتنى ئايرىلاشتۇرۇپ سۆزلەيدۇ. يەنە بىرى، مۇھەببەتنىڭمۇ ئەقلىيلىككە ئۇيغۇن، ئۆلچىگىلى بولىدىغان «مېدىتسىنا دورىسى»دەك ئېنىق بولۇشىنى ئۈمىد قىلىمىز. پسىخولوگىيەنىمۇ «مېدىتسىنا دورىسى»نىڭ بىرى قىلىشقا كۆچەيمىز. ھالبۇكى، مۇھەببەت بىر خىل مەجھۇل، ئۆلچىگىلى بولمايدىغان، ئۇيغۇنلۇقتىن ھالقىپ كەتكەن نەرسە، ئىلمىي ئانالىزغا تۇپتىن ماس كەلمەيدۇ.

پسىخىك ئانالىزدا، داۋالىغۇچىنىڭ ئايرىلىقتىن ھالقىغان ئەنئەنىۋى قاراشنى ساقلاپ قېلىشىمۇ مۇھەببەتنى مۇلاھىزە قىلماسلىقنىڭ سەۋەبىنىڭ بىرى. فىرئودنىڭ ئەگەشكۈچىلىرى بۇ نۇقتىنى ئۇنىڭدىن ئاشۇرۇۋېراق تەكىتلەيدۇ. بۇ خىل ئەنئەنىگە ئاساسلانغاندا، بىمارنىڭ

پسـخولوگقا بولغـان مـۇھەببىتى «ھسـتېرىيە»گە تەۋە قىلىنـىدۇ، يەنە كېلىپ، بۇ ئىككى خىـل ئەھـۋالنى بىنورمـاللىق دەپ قارايـدۇ. بـۇ پەقەت مەسىلە پەيدا قىلىشتۇر، ھەرگىزمۇ مەسىلىنى ھەل قىلىش ئەمەس، شـۇڭا قاتتىق تىرىشچانلىق كۆرستىشكە توغرا كېلىدۇ.

ئەمەلىيەتتە بۇ خىل كۆزقـاراش تولىمـۇ بىمەنىـدۇر. پسـخولوگنىڭ داۋالاش ئىنتىزامىغا بويسۇنۇشى، ھەمكارلىق ئاساسىدا داۋالىشى، ئۆگىنىشى ۋە داۋالاش جەريانىـدا بىمارلارغـا مـۇھەببەت ئاتـا قىلىشـى ھېچقانـداق بىنورمــال ئىــش ئەمەس. پســخىكىلىق داۋالاش جەريــانى نۇرغــۇن جەھەتلەردىن ئېلىپ ئېيتقاندا، سۆيگۈ ئـارقىلىق داۋالاش جەريـانى دەپ قارىلىدۇ. پسخولوگنىڭ بىمارنى ياخشى كۆرۈشى بەئەينى ئاتا-ئانىلارنىـڭ ئۆز پەرزەنتلىرىنى ياخشى كۆرگىنىگە ئوخشايدۇ.

نۇرغۇن مىساللاردا، بالا يېتىلىش ۋە تەربىيەلىنىش جەريانىدا ئاتـا-ئانىسىنىڭ سۆيگۈسـىنىڭ كەملىكـى يـاكى ئاتـا-ئانىسـىنىڭ سۆيگۈسـىگە ئېرىشەلمەسلىكى سەۋەبلىك پسخىك كېسەلگە گىرىپتـار بولـىدۇ. شـۇڭا، پسخىك داۋالاش جەريانىدا، داۋالىغۇچى بىمارلارنى مەلـۇم دەرىجىـدىكى مۇھەببەتنىڭ ئىللىقلىقىنـى ھـېس قىلـدۇرۇش ئـارقىلىق داۋالاش ئېلىـپ بېرىشى كېرەك بولـىدۇ. ئەگەر پسـخولوگ بىمـارلارنى چىـن يۈرىكىـدىن ياخشى كۆرۈپ داۋالىمىسا، ئۇنداقتا داۋالاشنىڭ ھەقىقىي ئۈنـۈمى بولۇشـى ناتايىن. بىر پسـخولوگ مەيلـى قانچىلىـك مەشـىقلەرگە قاتنىشىشـىدىن قەتئىينەزەر، ئەگەر ئۇ بىمارىغا ھەقىقىي سۆيگۈسىنى بېغىشلىمايدىكەن ۋە ئۆزلـۈكىگە تەسـىر قىلالمايـدىكەن، ئۇنـداقتا داۋالاشـىنىڭ نەتىجىســىدە ھېچقانداق ئۆزگىرىش بولمايدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

مۇھەببەت بىلەن جىنسىيەتنى پەرقلەندۈرۈش

مۇھەببەت بىلەن جىنسىيەت يېقىن مۇناسىۋەتكە ئىگە بولغاچ، پىسخولوگلار بىمارلىرىنىڭ جىنسىيەتكە ئائىت قاراشلىرى بىلەن ئورتاقلاشمىسا بولمايدۇ. يەنە كېلىپ، بۇ تېما يېقىندىن بۇيان تاراتقۇلارنىڭ دىققىتىنى تارتماقتا. پىسخىكىلىق داۋالاشتا، مۇھەببەت بىلەن يېقىنچىلىق ئۆزئارا ماھىيەتلىك مۇناسىۋەتكە ئىگە بولغاچقا، بىمار بىلەن پىسخولوگ ئارىسىدا كۈچلۈك جىنسىيەت ھەۋىسىنىڭ شەكىللىنىشىدىن ساقلانغىلى بولمايدۇ. يەنە كېلىپ، تەننىڭ مۇناسىۋەتلىشىشىگە كېلىدىغان بېسىم تېخىمۇ چوڭ بولۇشى مۇمكىن. مېنىڭچە، بىمارلىرى بىلەن جىنسىي مۇناسىۋەت ئۆتكۈزۈش ئارقىلىق كەسپداشلىرىغا جەڭ ئېلان قىلغان پىسخولوگلار ھامان بۇ تەرەپتىكى بېسىمنىڭ نەقەدەر ئېغىرلىقىنى ھېس قىلماي قالمايدۇ. باشقىسىنى قويۇپ تۇرايلى، ئەگەر مەن تەتقىق قىلىش ۋە ئويلىنىش ئارقىلىق، بىمارلىرىم بىلەن جىنسىي مۇناسىۋەت ئۆتكۈزگەندىلا ئۇلارنىڭ قەلب مۇكەممەللىكىگە يېتىدىغانلىقىنى بايقىغان بولسام، چوقۇمكى، ئىككىلەنمەي بۇ يولنى تاللىغان بولاتتىم.

بىراق، 15 يىللىق كەسپىي تەجرىبە جەريانىمدا، بۇ خىل ئەھۋالغا ئۇچرىمىدىم. يەنە كېلىپ، بۇ خىل ئەھۋالنىڭ كۆرۈلۈشىمۇ مۇمكىن ئەمەس. چۈنكى خۇددى يۇقىرىدا ئېيتىپ ئۆتكەندەك، ياخشى پىسخولوگ چوقۇمكى، ئاتا-ئانىنىڭ رولىنى ئالىدۇ، ياخشى ئاتا-ئانا ئۆزىنىڭ پەرزەنتلىرى بىلەن جىنسىي مۇناسىۋەت ئۆتكۈزمەيدۇ. ناھايىتى ئېنىقكى، ئاتا-ئانىلارنىڭ مەسئۇلىيىتى بالىلارنى يارامىلىق تەربىيەلەش، ھەرگىزمۇ ئۇلار ئارقىلىق جىنسىي ھەۋىسىنى قاندۇرۇش ئەمەس. ئاتا-ئانىلار

باللارنىڭ مۇستەقىللىقنى قوغلىشىشىغا ئىلھام بېرىشى كېرەك. پسىخولوگلار شۇنىڭغا ئوخشايدۇ. داۋالىغۇچى جىنسىي ھەۋسىم ئۈچۈن ئەمەس، بەلكى ئۇلارنىڭ مۇستەقىللىقىغا ئىلھام بېرىش ئۈچۈن بىمارلىرىم بىلەن جىنسىي مۇناسىۋەت ئۆتكۈزدۇم دېسە، چوقۇمكى باشقىلارنىڭ ئىشەنچىسىدىن ئايرىلىپ قالىدۇ.

نۇرغۇن بىمارلار، بولۇپمۇ جىنسىيەت مەستانىلىرى ئاتا-ئانىسى بىلەن بولغان مۇناسىۋەتنى جىنسىي پائالىيەتكە ئايلاندۇرىۋالىدۇ. ئېنىقكى، بۇ ئۇلارنىڭ ئەركىن ياشىشىغا ۋە تاكامۇللىشىشىغا توسالغۇ بولىدۇ. ھازىرقى نەزەرىيەلەر ۋە قىسمەن دەلىللەر شۇنى كۈچلۈك ئىسپاتلىدىكى، داۋالىغۇچى بىلەن ئۇ خىل بىمارلار ئارىسىدىكى جىنسىي مۇناسىۋەت پەقەت بىمارلارنىڭ مۇستەقىل ياشاشنى ئۆگەنمىگەنلىكىدىن بولغان. ھالبۇكى، بۇ خىل مۇناسىۋەت ھەقىقىي مەنىدىكى «تەننىڭ قوبۇللاش باسقۇچى»غا تەرەققىي قىلالمايدۇ. داۋالىغۇچىلارنىڭ بىمارلىرى بىلەن «مۇھەببەتلىشىشى» ئۇلار ئۈچۈن پايدىسىز، چۈنكى ئىلگىرى ئېيتىپ ئۆتكىنىمىزدەك، مۇھەببەت ئۆزلۈك چېگراسىنى بۇزۇپ تاشلايدۇ. شەخسلەر ئارىسىدىكى مۇستەقىللىق تۇيغۇسىمۇ شۇنىڭغا ئەگىشىپ ئاجىزلايدۇ.

داۋالىغۇچىلار بىمارلىرى بىلەن «مۇھەببەتلەشكەندە»، ئوبيېكتىپ كۆزقاراشلىرىدىن ساقلىنىشى تەس، يەنە كېلىپ، ئۆزىنىڭ ئېھتىياجى بىلەن بىمارنىڭ ئېھتىياجىنى ئايرىش تەسلىشىدۇ. داۋالىغۇچى ئۆز بىمارىنى ياخشى كۆرسىمۇ، ئۇنىڭ بىلەن «مۇھەببەتلەشسە» بولمايدۇ. ھەقىقىي مۇھەببەت سۆيۈلگۈچىنىڭ مۇستەقىللىقىغا ھۆرمەت قىلىشتۇر. ھەقىقىي مۇھەببەتنىڭ تەمىنى بىلىدىغان داۋالىغۇچىلار بىمارلارنىڭ ھاياتى بىلەن ئۆزىنىڭ داۋالاش پىلانىنىڭ ئايرىمىلىقىنى ئېتىراپ قىلىدۇ ۋە بۇ پاكىتنى قوبۇل قىلالايدۇ. بىر قىسىم داۋالىغۇچىلار، داۋالاش ۋاقتىدىن باشقا چاغدا ئۇچراشماسلىق كېرەك دېگەننى تەشەببۇس قىلىدۇ. مەن ئۇلارنىڭ مەيدانىغا ھۆرمەت قىلساممۇ، بىراق ئۇنداق قىلىشنىڭ زۆرۈرىيىتى يوق دەپ قارايمەن.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

گەرچە ئىلگىرى بىر قېتىم بىمارىم بىلەن ئۇچرىشىپ، كۆڭۈلسىز ئاقىۋەتكە قالغان بولساممۇ، بىراق باشقا بىمارلىرىم بىلەن نورمال ئىجتىمائىي ئالاقىدە بولۇپ كەلدىم. ئۇلارمۇ مەن بىلەن ئۇچرىشىپ تۇرسا تېخىمۇ ياخشى نەرسىلەرگە ئېرىشەلەيدىغانلىقىنى ئېيتىشتى. ئۇلار يەنە يېقىنلىرىنى مېنىڭ داۋالىشىم ئۈچۈن تونۇشتۇرۇشتى. مېنىڭچە، داۋالاش ئاخىرلاشقاندىن كېيىنمۇ، بىمارلار بىلەن ئۇچرىشىپ تۇرۇش بىر ياخشى باسقۇچ، سەممىي پوزىتسىيەلەر تېخىمۇ ئېنىق نامايان بولىدۇ. داۋالىغۇچى چوقۇم ئۆزى ھەققىدە چوڭقۇر ئويلىنىشى كېرەك، بىمارلارنىڭ رازىلىقىنى مەقسەت قىلىش كېرەك، بىمارغا زىيانكەشلىك قىلىدىغان ئىشلارنى قىلماسلىقى كېرەك.

مەن ئەنئەنىۋى نەزەرىيەلەرگە (پسىخىك داۋالاش جەھەتتىكى) قارشى چىقىپ، پسىخىك داۋالاشنى بەئەينى مۇھەببەتنى مەبلەغ قىلىپ سېلىش جەريانى دەپ شەرھلىگەنىكەنمەن، ئۇنداقتا، مۇھەببەتنىڭ پسىخىك داۋالاشتا ئۇنۇمى بارمۇ-يوق دېگەنلەرنىمۇ ئويلىشىشىم كېرەك. ئەگەر ھەقىقىي مۇھەببەتىم ئارقىلىق ئايالىم، پەرزەنتىم، ئاتا-ئانام، دوستلىرىمنىڭ قەلبىنى مۇكەممەللەشتۈرۈشكە ۋە ئۆزلۈكىنى تاكامۇللاشتۇرۇشقا سەۋەب بولسام، بۇمۇ پسىخىكلىق داۋالاش ھېسابلىنامدۇ؟ جاۋابىم شۇكى، ئەلۋەتتە شۇنداق. ئەگەر ھازىر ئايالىم خىيالىلىقتا، چۈشكۈنلۈكتە، مەنىسىزلىكتە، ئەنسىزلىكتە ياكى باشقا قىيىنچىلىقلارغا دۇچ كەلسە، مەن چوقۇمكى، ئۇلارنىڭ ئۆزلۈكىنى تاكامۇللاشتۇرۇشقا ياردەم بېرىمەن، ئەھۋالنى ياخشىلاشقا تىرىشىمەن، خۇددى ماڭا پۇل تۆلەپ داۋالانغىلى كەلگەن بىمارلىرىمغا قارىغىنىمغا ئوخشاش.

مەن كەسپىي تۇرمۇش بىلەن شەخسىي تۇرمۇشنى ئىككىگە ئايرىۋېتىشنى خالىمايمەن. ئەجەبا ئائىلەمدىكىلەرنىڭ ۋە دوستلىرىمنىڭ مەن بىلەن تۈزگەن داۋالاش توختىمى بولمىغانلىقى، ماڭا داۋالاش ھەققى تاپشۇرمىغانلىقى ئۈچۈن ئۆزۈمنىڭ تېخنىكامنى، بىلىمىمنى ۋە مۇھەببىتىمنى ئايسام قانداق بولىدۇ؟ ئەلۋەتتە بۇ ئۇنداق ئىش ئەمەس.

ئەگەر مەن ھەر بىر پۇرسەتنى چىڭ تۇتماي، ماھارىتىمنى چىقارماي، سۆيگەن ئادەملىرىمگە مۇھەببەت ئاتا قىلمىسام، ياردەم بەرمىسەم، قەلبىنىڭ مۇكەممەللىشىشىگە ھەمدەم بولمىسام، قانداقسىگە بىر ياخشى دوست، ياخشى ئاتا، ياخشى بالا ھېسابلىناي؟ مۇشۇ نۇقتىنى تەكىتلىگىنىمگە ئوخشاشلا، مەن بارلىق كىشىلەرنىڭ مۇشۇنداق قىلىشىنى ئۈمىد قىلىمەن.

بەزىدە بالىلارنىڭ ئەيىبلەشلىرى بەك ئوچۇق ۋە چالا بولسىمۇ، بىراق ئوتتۇرىغا قويغان مەسىلىلىرى تولىمۇ دەل بولىدۇ، بۇ جەھەتتە مەن ناھايىتى كۆپ ئۈنۈمگە ئېرىشكەن. ئايالىمنىڭ ئاگاھلاندۇرۇشلىرىمۇ ماڭا چەكسىز تونۇشلارنى ئاتقىرغۇزغان. ئەگەر دوستلىرىم ھاياتىمغا باھالارنى بېرىپ تۇرمىغان بولسا، مەنمۇ بىر ئىزدا توختاپ قالغان بولاتتىم. ئۇلارنىڭ مۇھەببىتى ۋە تەنقىدى بولمىغان بولسا، مەنمۇ ئۇلارنى دوست تۇتمىغان بولاتتىم. بۇلارنىڭ ياردىمى بولمىغان بولسا، مېنىڭ ئىزدىنىشلىرىممۇ ئالغا باسمىغان بولاتتى. مۇھەببەت ئۈستىگە قۇرۇلغان بارلىق مۇناسىۋەت دەل پىسخىك داۋالاش دائىرىسىدىكى مۇناسىۋەتتۇر.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

مۇھەببەت مىستىتىزمى

مەن باشتىمۇ تىلغا ئالغانىدىم، مۇھەببەت بىر خىل مىستىتىك (سوپىستىك) تېمىدۇر، ھالبۇكى، ئىزچىل سەل قارالغان تېمىدۇر. بىز ھازىرغا قەدەر تىلغا ئالغان مەسىلىلەرنىڭ جاۋابى ئاللىقاچان تېپىلىپ بولغاندى، بىراق جاۋابىنى تېپىش قىيىن بولغان يەنە نۇرغۇن مەسىلىلەرمۇ بار.

مەسىلەن ئېيتساق، ئۆزىنى باشقۇرۇش چوقۇمكى مۇھەببەت ئاساسىغا قۇرۇلۇشى كېرەك، بۇنىڭدىن گۇمانلىنىش ھاجەتسىز. بىراق مۇھەببەت زادى قەيەردىن كېلىدۇ؟ بۇ يەنىلا جاۋابسىز بىر سوئال. بۇ سوئالنى سورىغان ۋاقتىمىزدا، يەنە «نېمىشقا مۇھەببەت بۇنچە كەمچىل؟» دەپ سوراشقا ھەقلىقمىز. بىز باشتا پىسخىكىلىق كېسەللىك سەۋەبىدىن مۇھەببەتنىڭ يېتەرسىز بولىدىغانلىقىنى، ئەمما ئۇنىڭ پىسخىكىلىق داۋالاشتىكى مۇھىم قورال ئىكەنلىكىنى كۆرسەتكەنىدۇق. ئەگەر مۇشۇنداق بولسا، نېمىشقا بەزى يېتىلىشلەر مۇھەببەت مۇھىتىدا بولمايدۇ. پەرۋاسىزلىقتا ۋە پارتلاشقا يۈزلىنەلەيدىغان ئادەم چوقۇمكى ئۆزىنىڭ بالىلىقىدىن ھالقىيالايدۇ. ھەتتا بەزىدە پىسخىكىلىق داۋالاش جەريانىدىكى مۇھەببەتكە موھتاج بولماي، يېتىلىشىمۇ ساغلام بولىدۇ، ھەتتا تېخىمۇ مۇكەممەل بولىدۇ؟ پىسخولوگلار بىر قەدەر يېنىك پىسخىك بىمارلارنى شۇنچە تىرىشچانلىق كۆرسىتىپ داۋالىسىمۇ، قىلچىلىك پايدىسى بولمايدۇ؟

مەن ئەڭ ئاخىرىدىكى «تەبىئەتتىن ھالقىغان مۆجىزە» ناملىق بابتا، بۇ سوئاللارنىڭ جاۋابىنى مۇلاھىزە قىلىمەن. مېنىڭ تىرىشچانلىقىم

ھېچكىمنى رازى قىلالماسلىقى مۇمكىن، بىراق ئۇنىڭ كىشىلەرگە ئازراق ئىلھام بولۇشىنى ئۈمىد قىلىمەن.

مەن مۇھەببەتنى مۇلاھىزە قىلغاندا، قالدۇرۇپ قويغان ياكى ئادەتتىكىچە تەسۋىرلەپ قويغان بىر قانچە مەسىلە بار. جانانىم تۇنجى قېتىم ئالدىمدا يالىڭاچلىنىپ، مېنى ئۆزىگە قاراشقا ئىلھاملاندۇرغاندا، قەلبىمگە بىر خىل سېزىم — ئەيمىنىش تولدى. بۇ نېمە ئۈچۈن؟ ئەگەر جىنسىيەت بىر خىل ماھىيەت (ئەسلىي ئىقتىدار) بولسا، مەن ئۇنىڭغا تاشلانسام ۋە چېقىلسام ئاندىن توغرا بولاتتى. ئادەتتىكى ھالدىكى جىنسىيەت ئېچىرقىشى پەقەت ئىرقىي (مىللەت) كۆپىيىشىنى شەكىللەندۈردۇ، خالاس. ئەيمىنىشنىڭ نېمە پايدىسى؟ جىنسىيەت بۇنداق مۇرەككەپ ئاملىنى نېمىشقا شۇنچە ھۆرمەت قىلىدۇ؟ يەنە بىر قەدەم ئىلگىرىلىگەن ھالدا سورىساق، گۈزەللىك نېمىگە ئاساسەن بېكىتىلىدۇ؟

مەن ئىلگىرى ھەقىقىي مۇھەببەتنىڭ ئوبيېكتى چوقۇمكى **ئادەم** دېگەنىدىم. چۈنكى پەقەت ئادەمنىڭ ئېگى (قەلبى) لا، ئاندىن مۇكەممەللىشىش ئىقتىدارىغا ئىگە ئىدى. بىراق بىرىنچى دەرىجىلىك ھەيكەلتىراشنىڭ ئۆز ئەسىرىگە شۇنچىلىك ئەجىر قىلىشىنى (پۈتۈن زېھنى بىلەن كىرىشىشىنى) قانداق چۈشىنىمىز؟ يەنە ئوتتۇرا ئەسىرلەردىكى ئەڭ نادىر ئەسەر مەريەم ھەيكىلىنىچۇ؟ ياكى دېلىپ ياسىغان يۇنان جەڭ ھارۋىچىسىنىڭ ھەيكىلىنىچۇ؟ ئەجىبا بۇ خىل جانسىز ئەسەرلەر ئاپتورى تەرىپىدىن سۆيۈلمەمدۇ؟ ئەجەبا ئۇلارنىڭ گۈزەللىكى ئاپتورنىڭ مۇھەببىتىدىن كەلمىگەنمۇ؟ يەنە تەبىئەتنىڭ گۈزەللىكى (بىز ئۇنى يەنە دۇنيا دەپمۇ ئاتايمىز) لوگوسلۇقمۇ (قانۇنىيەتكە ئىگىمۇ)؟ گۈزەللىك ۋە خۇشاللىق ئالدىدا، بىز نېمىشقا ھەيرانلىق ۋە زىددىيەتلىك تۇقۇنۇشتا قالىمىز؟ بىر قانچە مۇزىكىدىن نېمىشقا شۇنچە تەسىرلىنىمىز؟ ئوپېراتسىيەدىن چىقىپ، ئۆيگە كەلگەن تۇنجى ئاخشىمى پولدا سوزۇلۇپ ياتقىنىمىزنى كۆرگەن ئالتە ياشلىق ئوغلىمىز يۈگۈرۈپ كېلىپ، مۇرىلىرىمىزنى ئۇۋۇلاپ قويغاندا نېمىشقا كۆزلىرىمىز نەملىشىدۇ؟

ئېنىقكى، مۇھەببەتنىڭ يەنە بىر قانچە خىل چۈشىنىكسىز قاتلىمى بار، ھېچكىم ئاخىرىنى چىقىرالمىغان. مەن بۇ جەھەتتىكى مەسىلىلەرگە جەمئىيەت بىيولوگىيەسى جاۋاب بەرسۇن دېمەيمەن. ئادەتتىكى پسىخولوگىيەنىڭ بىزنى ئۆزلۈك چېكىگە مۇناسىۋەتلىك بىلىملەر بىلەن تەمىنلەپ بېرىشىمۇ ناھايىتى چەكلىك. بۇ خىل ئىشلارنى ئەڭ بەك چۈشىنىدىغىنى ئاشۇ خىل قەلب دېنى مىستىپكىزمچىسىدۇر. بۇ خىل سوئاللارغا جاۋاب تېپىش ئۈچۈن، بىزنىڭ يەنىلا دىن ساھەسىگە مۇراجىئەت قىلىشىمىزغا توغرا كېلىدۇ.

تۆۋەندە مەن دىندا ساقلانغان قاتلاملىق مەسىلىلەرنى باش تېما قىلىپ، چەكلىك شەكىل ئارقىلىق، دىن بىلەن ئادەم بولۇش جەريانىنىڭ مۇناسىۋىتىنى مۇلاھىزە قىلىمەن. ئەڭ ئاخىرىدا، تەڭرىنىڭ مېھرىبانلىقى ھادىسىسىنى ۋە ئۇنىڭ بۇ جەرياندىكى رولىنى بايان قىلىمەن. تەڭرىنىڭ مېھرىبانلىقى ئۇقۇمى نەچچە مىڭ يىللاردىن بۇيان، دىندا ناھايىتى ئومۇملاشقان. بىراق پسىخولوگىيەنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالغان پەن ساھەسىدە، ئۇ ناھايىتىمۇ ناتونۇش. ئەھۋال مۇشۇنداق بولغانىكەن، ئىنسانىيەتنىڭ يېتىلىش جەريانىنى چۈشىنىش ئۈچۈن، ئاۋۋال تەڭرىنىڭ مېھرىبانلىقى ھادىسىسىنى چۈشىنىش كېرەك دەپ قارايمەن. مەن كېيىنكى بابنىڭ پسىخولوگىيە ۋە دىندىن ئىبارەت ئىككى ساھە ئورتاق دۇچ كەلگەن مەسىلىلەرگە ئازراق پايدىسى بولۇشىنى ئۈمىد قىلىمەن.

ئۈچىنچى باب قەلبىمىزدىكى دىن

ياشاشنى چۈشىنىشىمىز بىر خىل ئېتىقادتۇر. ھەر بىر ئادەمنىڭ ئۆز دىنى بولىدۇ. ئەڭ ھاياتى كۈچكە تويۇنغان ۋە بىزگە ئەڭ بەك ماس كېلىدىغان دىن؛ چوقۇمكى، رېئال ياشاش جەريانىدىن پەيدا بولىدۇ، رېئاللىقنى پەرقتە ئۆز ھاياتىمىز بىلەن باشتىن كەچۈرسەكلا، ئۇ بىزدىن پەيدا بولغان نەرسە (ئېتىقاد)؛ ئاندىن بىزگە ھەقىقىي تەۋە بولىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
www.uyghurkitap.com

دۇنيا قاراشنىڭ ئىپادىلىنىشى

ئىنتىزام، مېھرىبانلىق ۋە ھاياتلىق تەجرىبىلىرىنىڭ كۆپىيىشىگە ئەگىشىپ، ئىنسانىيەتنىڭ دۇنيانى ۋە ئۆز ئورنىنى چۈشىنىشىمۇ ئاشىدۇ ھەمدە تەڭ قەدەمدە مۇكەممەللىككە يۈزلىنىدۇ. بىراق، تالانت ۋە مۇھىتنىڭ پەرقلىقى سەۋەبلىك، ھەرقايسىسىنىڭ ھاياتلىق تەجرىبىسىنىڭ كەڭرىلىكى ۋە چوڭقۇرلۇقى ئوخشاشمايدۇ.

ياشاشنى چۈشىنىش بىزنىڭ دىنىمىزدۇر. چۈنكى ھەرقانداق بىر ئادەمنىڭ ئازدۇر-كۆپتۇر، مەيلى تار ياكى كەڭ بولسۇن، ياشاش بىلىشى بولىدۇ. شۇڭا، ھەربىر ئادەمنىڭ ئۆزىگە خاس دىنى بار دېيىشكە بولىدۇ. گەرچە ناھايىتى ئاز ئادەملەر مۇشۇنداق ئويلىسىمۇ، بىراق بۇ مۇھىم بىر ئەمەلىيەت: ھەر بىر شەخسنىڭ ئۆز دىنى (ئېتىقادى) بولىدۇ.

بىز ھەمىشە دىنىنىڭ نېمىلىكىنى ناھايىتى تار مەنىدە چۈشىنىۋالىمىز. دىنىنى مەلۇم مىستىكىلىقتا ئىشىنىش دەپ قارايمىز، ھەتتا مەلۇم تەقدىرداشلار بىلەن بىر ئېقىمغا تەۋە بولۇش ياكى مەلۇم دىنىي مۇراسىملارنى ئۆتكۈزۈش دەپ قارىۋالىمىز. چېركاۋ (ئىبادەت ئورۇنلىرى) غا بارمىسا، ياكى ئاللاھقا كۆچكە ئىشەنمىسە، ئۇنى «دىنسىز» دەپ ئەيىبلەيمىز. بىز يەنە بەزى ناتىقلارنىڭ «بۇددا دىنى ھەقىقىي دىن ئەمەس»، «بىر ئىلاھلىق دىنلاردا دىنىي تەركىب يوق» ياكى «مىستىتىزىم بىر تۈرلۈك پەلسەپە، ھەرگىزمۇ دىن ئەمەس» دېگەنلەرنى ئاڭلىغان.

بىز دىنىنى ئاددىيلاشتۇرۇشقا ۋە يەككىلەشتۈرۈشكە كۆنۈپ قالغان. شۇنداق بولسا، نېمىشقا تۈپتىن ئوخشىمايدىغان ئىككى ئادەم ئوخشاش خىرىستىيان مۇخلىسى بولىدۇ، بىر ئاتېزم (خۇداغا ئىشەنمىگۈچى) چى،

نىمىشقا كاتولىك دىنىغا سىلىشتۇرغاندا، خىرىستىيان دىنىغا بەكرەك ھۆرمەت قىلىدۇ، بۇلار ئادەمنى بەك گاڭگىرىتىدۇ.

پسىخىك مەسىلىھەت بېرىۋاتقان ۋاقتىلىرىمدا، بىمارلارنىڭ دۇنيا قارىشىدا پەرۋاسىزلىق پوزىتسىيەسىنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى بايقىغانىدىم. بۇنداق بولۇشىنىڭ سەۋەبلىرى بەك جىق، ئۇلار ئاساسەن، ئەگەر بىمارلار ئۆزىنىڭ ئىلاھقا ئىشەنمەيدىغانلىقى ۋە دىنىي مۇراسىملارغا قاتناشمايدىغانلىقى سەۋەبلىك، ئۆزىنىڭ دىنغا ئىشەنمەيدىغانلىقىنى ئېتىراپ قىلسا، بۇ مەسىلىنى يەنە ئىچكىرىلەپ تەھلىل قىلىشىنىڭ ھاجىتى يوق دەپ قارايدۇ. ئەمەلىيەتتە ھەربىر ئادەمدە ئوبيېكتىپ دۇنياغا نىسبەتەن مۇئەييەن كۆزقاراش ۋە ئەقىدە بولىدۇ، پەقەت دېيىشنى خالىمايدۇ، خالاس.

بىمارلار دۇنيانى مەنىسىز دەپ قارامدىغاندۇ ياكى مەنىلىك دەپ قارامدىغاندۇ؟ ئۇلار دۇنيانى ئادەم يەيدۇ دەپ ئويلامدۇ-ياقمۇ؟ پەقەت ئوقۇبەت ئىچىدىكى ئادەملا ئەڭ قەيسەر بولامدۇ؟ دۇنيا مېھرىبانلىققا تولغانمۇ-ئەمەسمۇ؟ ھەر قانداق ۋاقىتتا ياردەمگە ئېرىشكىلى بولامدۇ؟ ئوقۇبەتنىڭ ھەممىسى ھەسرەتلىكمۇ؟ ئۇلار دۇنيانى ئۆزىگە قەرز دەپ ئويلامدىغاندۇ؟ ياكى دۇنيانى بىر خىل مۇتلەق قانۇنىيەتكە ئىگە، ئۇنىڭغا خىلاپلىق قىلغۇچىلار جازالىنىدۇ دەپ قارامدىغاندۇ؟

ئادەتتە ئادەملەرنىڭ دۇنيا قارىشى ئوخشاش بولمايدۇ. پسىخىكىلىق داۋالاش جەريانىدا، پسىخولوگلار بىمارلارنىڭ دۇنيا قارىشى بىلەن يېقىندىن ئۇچرىشىدۇ، شۇڭا ئۇلار كۆپرەك تىرىشچانلىق كۆرسىتىشى كېرەك. بىمارلارنىڭ مەسىلىسى پسىخولوگلارنىڭ دۇنيا قارىشى بىلەن ئايرىلالماس زىچ مۇناسىۋەتكە ئىگە. داۋالاشمۇ دۇنيا قاراشنىڭ يېتەكچىلىكىگە موھتاج. شۇڭلاشقا، مەن دائىم ئوقۇغۇچىلىرىمغا: «بىمارلار ھېچقانداق ئېتىقاد (دىن)قا ئىشەنمەيمەن دېگەن تەقدىردىمۇ، ئۇلارنىڭ دىنىنى ئېنىق بىلىۋېلىشقا تىرىشىڭلار» دەيمەن.

ئادەتتە، بىر ئادەمنىڭ دىنى ۋە دۇنيا قارىشىنىڭ مەلۇم تولۇۋقلاش مىقدارىنى ئۆتەيدىغان قىسمى ئۇنىڭ يوشۇرۇن ئاڭ (ئاڭسىزلىق) قاتلىمىدا

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
www.uyghurkitap.com

تۇرغان بولىدۇ. بىمارلارنىڭ كۆپىنچىسى ئۆزىنىڭ قانداق دۇنيا قاراشقا مايىللىقىنى ھېس قىلالمايدۇ. بەزىدە ئۇلار مەلۇم دىنغا ئىشەنگەندەك قىلسىمۇ، بىراق ئۇلارنىڭ ئىشىنىشۋاتقىنى ئۇ دىنغا تۇپتىن ئوخشىمايدىغان باشقىچە بىر نەرسىلەر بولىدۇ.

سىدوك سانائەت ئىنژېنېرى، كەسپىدە مۇۋەپپەقىيەت قازانغان. 50 ياشلاردىن ئاشقاندا، تۇيۇقسىز بىزارلىق ھېس قىلىدىغان بولۇپ قالغان. گەرچە ئۇنىڭ خىزمىتى ناھايىتى ئوڭۇشلۇق بولسىمۇ، ئومۇمنىڭ ئېتراپىغا ئېرىشكەن غايىۋى ئەر ۋە ئاتا بولسىمۇ، بىراق ئۆزىنى ھېچقانداق قىممىتى يوق بىر ئادەم دەپ ھېس قىلىدىغان بولۇپ قالغان. ئۇ: «مەن ئۆلسەملا، بۇ دۇنيا تېخىمۇ ياخشى بولۇپ كېتىدۇ» دەيدىكەن. يەنە كېلىپ، ئىلگىرى ئىككى قېتىم ئۆلۈشۋالماقچىمۇ بولغان. ھەرقانداق بىر نەسىھەتمۇ ئۇنىڭ ئۆزىنى خاتا تونۇۋېلىشىنى ئۆزگەرتەلمىگەن. ھەمىشە ئۇيقۇسىزلىق ۋە خاتىرجەمسىزلىنىشتىن ئىبارەت ئىككى خىل كېسەللىك ھالىتىدە ئۆتكەن. سىدوك ھەر قېتىم يېمەكلىكنى يۇتۇۋاتقاندا، بوغۇزىغا بىر نەرسە قاپلىشىپ قالغاندەك ھېس قىلىدىكەن، شۇڭا داۋاملىق سۇيۇق تاماقلارنى يەيدىكەن، بىراق رېنتگېن ۋە باشقا تەكشۈرۈشلەردە ئۇنىڭدىن ھېچقانداق مەسىلە كۆرۈلمەيدىكەن.

سىدوك ئۆزىنىڭ دىنىدىن قىلچىلىك ئاغرىنمايدىكەن. ئۇ ئۆزىنى ئاتېئزمچى، ئىلىم-پەن قارىشىغا ئېگە دەپ قارايدىكەن. ئۇ: «مەن پەقەت كۆرگىلى بولىدىغان ۋە تۇتقىلى بولىدىغان نەرسىلەرگىلا ئىشىنىمەن، ئەگەر ئادەملەرنى سۆيىدىغان بىر خۇدانىڭ بارلىقىغا ئىشىنىش كېرەك بولسا ۋە ئۇنىڭ ماڭا پايدىسى بولسىمۇ، مەن بۇ خىل يالغانچىلىقنى كىچىكىمدىن جىق ئاڭلاپ كەتتىم، ئەمدى ھەرگىزمۇ ئالدانمايمەن» دەيدۇ. ئۇنىڭ باللىقى، ئامېرىكىنىڭ غەربىي قىسمىدىكى كونسېرۋاتىپ رايوندا ئۆتكەن. ئاتىسى خرىستىيان دىنى ئەسلىيەتچىلىك ئەقىدىسى ئېقىمىنىڭ باستىرى ئىدى. ئانىسىمۇ تەقۋادار مۇناخ ئىدى. ھالبۇكى، سىدوك ھەمىشە ئائىلىسى ۋە دىن بىلەن مۇناسىۋىتىنى ئۈزۈشكە پۇرسەت ئىزدەيتتى.

يوشۇرۇن ئاڭنىڭ غوجايىنى بولۇش

پسىخىكىلىق داۋالاشنى قوبۇل قىلىپ بىرقانچە ئايدىن كېيىن، سىدوك مۇنداق بىر چۈشنى سۆزلەپ بەردى: «بالىلىقىمغا قايتىپ مىسسورىدادىكى كونا ئۆيىمىزگە بېرىپ قاپتىمەن، ئېھتىمال ئۆسمۈرلۈكۈم بولسا كېرەك دەپ ئويلايتتىم، بىراق ھازىرقى يېشىمنى ئېنىق بىلەتتىم. بىر كۈنى كەچتە، بىر ئەر بىزنىڭ بىناغا كىرىپ، ھەر بىر ئادەمنىڭ كانىيىنى ئۈزۈۋەتكۈدەكمىش. مەن ئەزەلدىن بۇنداق ئادەمنى كۆرۈپ باقمىغان، بىراق ئۇنىڭ كىملىكىنى بىلگۈدەكمىشمەن. ئۇنى تولۇق ئوتتۇرىدىكى ساۋاقدىشىمنىڭ ئاتىسى دەپ ئويلايتتىم. چۈش شۇ يەرگە كەلگەندە ئاخىرلاشتى. ناھايىتى قورققان ھالدا ئويغىنىپ كەتتىم. چۈنكى مەن ئۇنىڭ بىز ئىككىمىزنىڭمۇ كانىيىنى ئۈزۈۋېتىدىغىنىنى بىلەتتىم.»

مەن سىدوكنىڭ چۈشىدىكى ھېلىقى ئەرگە مۇناسىۋەتلىك بارلىق ئۇچۇرلارنى ماڭا سۆزلەپ بېرىشىنى تەلەپ قىلدىم. ئۇ: «ئەمەلىيەتتە سۆزلىگۈدەك بىرەر ئىشمۇ يوق، مەن ئۇنى ئەسلا تونۇمايمەن. پەقەت بىر قانچە قېتىم ئۇنىڭ قىزىنى ئاپىرىپ قويغاندا ياكى ئالغىلى بارغاندا، گەرچە بۇ ھەقىقىي ئۇچرىشىش بولمىسىمۇ، ئۇنىڭ ئۆيىگە بارغانىدىم، بىراق ئۇنى كۆرۈپ باقمىغانىدىم» دېدى. ئۇ سۆزلەپ شۇ يەرگە كەلگەندە، جىددىيلىك بىلەن كۈلۈپ قويۇپ: «ئەمەلىيەتتە چۈشۈمدە ئۇنى كۆرۈپ باقمىغاندەك ھېس قىلاتتىم، بىراق، رېئال تۇرمۇشىمدا مەن يىراقتىن كۆرگەنىدىم، ئۇ بىر كىچىك بازاردىكى پويىز ئىستانسىسى باشلىقى بولغاندا، بىر يازلىقى پويىز ئىستانسىسىغا چىقىپ ئۇنى تاسادىپىيلا كۆرگەنىدىم» دېدى.

بۇلارنى ئاڭلاپ، كىچىكىمدە پويىز ئىستانسىسىغا يېقىن يەردە،

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

پويىزلارنىڭ بىكەتكە كىرىپ-چىققىنىنى تاماشا قىلغان بىر قانچە ياز ئاخشىمى ئېسىمگە كەلدى. پويىز ئىستانسىسى دەرۋەقە ناھايىتى ئاۋات يەر، ئىستانسا باشلىقى بولسا بۇ ئاۋات يەرنىڭ قوماندانى. ئۇ پويىزلار بىرىپ-كېلىدىغان بارلىق چوڭ شەھەرلەرنى بىلەتتى، بۇ كىچىك بازاردا قايسى پويىزنىڭ توختايدىغانلىقىنى، قايسىسىنىڭ توختىمايدىغانلىقىنىمۇ بىلەتتى. ئۇ بارلىق ئايلىنىش ۋە سىگنالنى كونترول قىلاتتى، بارلىق ئالاقىغا مەسئۇل ئىدى. ئۇ يەنە كىچىككىنە تېلېگراممىخانىسىدا، بىز بىلەلمەيدىغان مەخپىيەتلىكلەر ئارقىلىق، سېھىرلىك كۇنۇپكىلارنى ئىشلىتىپ، پۈتۈن دۇنيا بىلەن ئالاقىلىشاتتى.

مەن ئۇنىڭغا: «سىدوك، سىز بىر ئاتېزمچى، مەن سىزگە ئىشىنىمەن. بىراق، مەن سىزنىڭ بىر قىسىمغىزدىن گۇمانلىنىشقا باشلىدىم، سىز تەڭرىگە ئىشىنىسىز، تولىمۇ قورقۇنچلۇق ۋە بارلىق ئادەملەرنىڭ كانىيىنى ئۈزۈۋېتىدىغان بىر تەڭرىگە ئىشىنىسىز» دېدىم.

دېگىنىم خاتا ئەمەس ئىدى. سىدوك قەلبىدە بىر خىل قەدىمىي ۋە ياۋايى ئېتىقادنىڭ بارلىقىنى تونۇدى. ئۇ پۈتۈن دۇنيانى بىر خىل ياۋۇز كۈچ كونترول قىلىدۇ دەپ قارايدىكەن، يەنە كېلىپ، ئۇ كۈچنىڭ ئۆز كانىيىنى ئۈزۈۋېتىشىدىن ئەنسىرەيدىكەن ھەمدە ئۇنىڭ بارلىق گۇناھلىق قىلمىشلىرىنى جازالىشىغا ئىشىنىدىكەن، ئۇ دېگەن «گۇناھ» ناھايىتىمۇ ئەرزىمەس ئىشلار، مەسىلەن: ئىستانسا باشلىقىنىڭ قىزىنى سۆيۈۋېلىش قاتارلىقلار ئىكەن. ئەڭ ئاخىرى ئىشلار ئايدىڭلاشتى. سىدوكنىڭ كېسىلى ئۆز كانىيىنى ئۆزى ئۈزۈش ۋە ئۆزلۈكىنى ئۆزى جازالاش ئىدى. ئۇ خۇددى بۇ سىمۋوللۇق ھەرىكەتلەرنى ئارىيەت ئېلىش ئارقىلىق قەلبىدىكى تەڭرىنىڭ ھەقىقىي جازاسىدىن ئۆزىنى قاچۇرۇشنى ئۈمىد قىلغاندەك قىلاتتى.

تار ئالەم قارىشىدىن ھالقىش

بۇنداق ياۋۇز تەڭرى ۋە ياۋۇز دۇنيا قاراشلىرى قەيەردىن كېلىدۇ؟ ئادەمنىڭ دىنى قانداق بارلىققا كېلىدۇ؟ بىر ئادەمنىڭ دۇنيا قارىشى نېمە تەرىپىدىن بەلگىلىنىدۇ؟ بۇ مەسىلىلەر ناھايىتى مۇرەككەپ، بۇ كىتابتا ھەممىنى يىغىنچاقلاپ بولغىلى بولمايدۇ. بىراق، ھەممە ئادەمنىڭ دىنى ئۇنىڭ مەدەنىيىتىدىن كەلگەن بولۇشى ناتايىن. ياۋروپالىقلار تەڭرىنى پەرەڭ دەپ قارىشى مۇمكىن، ئافرىقىلىقلار تەڭرىنى نېگىر دەپ ئويلىشى مۇمكىن. ھىندىستاندا چوڭ بولغان كىشىلەر مۇقەررەركى ھىندى دىنىغا ئىشىنىدۇ ھەمدە ئازاب ئېڭى ئىچىدە ياشايدۇ. ئامېرىكىدا چوڭ بولغانلار ئېنىقكى خرىستىيان دىنىغا ئىشىنىشى مۇمكىن. ئۇلارنىڭ بۇ دۇنياغا بولغان قارىشى ھىندىلارغا قارىغاندا ئۇمىدۋارراق. بىز ھەمىشە ئەتراپىمىزدىكى كىشىلەرنىڭ ئېتىقادىنى ئاسان قوبۇل قىلىمىز. ئىدىيەمىز شەكىللىنىۋاتقان بالىلىقىمىزدا، دائىم باشقىلارنىڭ ئېيتقىنىدىكى دۇنيانى ھەقىقەت دەپ تونۇۋالىمىز.

بىراق مەدەنىيەتنىڭ ئاساسىي ئاملى يەنىلا ئائىلە بىلەن مۇناسىۋەتلىك. ئاتا-ئانا دەل مۇشۇ خىل مەدەنىيەتنىڭ رەھبىرى. بىزگە ئەڭ بەك تەسىر قىلىدىغىنى ئۇلارنىڭ سۆزى ئەمەس، بەلكى ئەمەلىي ھەرىكىتىدۇر، ئۇلارنىڭ قانداق ئۇچرىشىشى، ئاكا-ئاچىلىرىمىزغا قانداق مۇئامىلە قىلىشى، تېخىمۇ مۇھىمى، بىزگە قانداق مۇئامىلە قىلىشى قاتارلىقلاردۇر.

باشقىچە ئېلىپ ئېيتقاندا، ياشاش جەريانىمىزدا، ئائىلىمىزدىن ئىبارەت تار ئالەمدە باشتىن كەچۈرگەن بارلىق تەجرىبىلىرىمىز بىزنىڭ

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

دۇنيانىڭ ماھىيىتىگە بولغان كۆزقارىشىمىزنى بەلگىلەيدۇ. ئاتا-ئانىلارنىڭ قىلىقى بىر ئۆزگىچە دۇنيانى يارىتىدۇ، بىزنىڭ دۇنيا قارىشىمىز دەل شۇ خىل ئاساس ئۈستىگە قۇرۇلىدۇ.

سىدوك جاۋابەن ئېيتتى:

—پىكرىڭىزگە قوشۇلىمەن، مەن دەرۋەقە ئادەمنىڭ كانىيىنى ئۈزىدىغان بىر تەڭرىنىڭ بارلىقىغا ئىشىنەتتىكەنمەن، بىراق بۇ كۆزقاراش زادى قەيەردىن كەلگەندۇ؟ ئاتا-ئانام كىچىكىمدىن ماڭا «تەڭرى ئادەملەرنى سۆيىدۇ»، شۇڭا، بىزمۇ تەڭرىنى سۆيىمىز، يەھۇۋانى سۆيىمىز، دۇنيا دېگەن سۆيگۈدۇر، دەپ ئۆگىتەتتى.

—ئەمىسە بالىلىقىڭىز ناھايىتى خۇشال ئۆتكەن بولغىيتتى؟

—چاقچاق قىلىۋاتامسىز؟ بالىلىقىم ناھايىتى ئېچىنىشلىق ھالەتتە ئۆتكەن، كۆندە تاياق يەيتتىم، كەمەر، كۆلۈچ، سۈپۈرگە، ئاتا-ئانامنىڭ قولىغا نېمە چىقسا شۇ بالىغا تەنبىھ بېرىدىغان قورالغا ئايلىناتتى. نېمە ئىش قىلسام تاياق يەيتتىم. ئۇلار ھەمىشە ‹كۆندە بىر قېتىم تاياق يېسەڭ، ساغلام بولۇپلا قالماي، يەنە ياخشى تەربىيە ئالالايسەن› دەيتتى.

—ئاتا-ئانىڭىز گەدىنىڭىزدىن سىقىقان ياكى كانىيىڭىزدىن بوغقان ئەھۋال بولغانمۇ؟

—ياق، بىراق مەن ئېھتىيات قىلمىغان بولسام، بۇنداق ئىشنىڭ يۈز بېرىشى تامامەن مۇمكىن ئىدى.

سىدوك تۇيۇقسىز توختاپ قالدى. بىر ھازا سۈكۈتتە چۆككەندىن كېيىن، چىرايى ھەسرەتلىك تۈس ئالدى. ئاخىرىدا ئۇ سۇلغۇن ھالدا:

—مەن چۈشەندىم، —دېدى.

مەزكۇر كىتابنىڭ بىرىنچى بابىدىمۇ تىلغا ئالغاندىم: بالىلارنىڭ قەلبىدە ئاتا-ئانا ئىلاھقا ئوخشايدۇ، ئاتا-ئانىلارنىڭ مەسىلىلەرنى بىر تەرەپ قىلىشتىكى ئۇسۇلى ئالەمنىڭ ئۆزگەرمەس قانۇنىيىتىدۇر. بالىلارنىڭ ئىلاھىيلىقنى چۈشىنىشى ئاتا-ئانىلارنىڭ ئادىمىيلىكىدىن كېلىدۇ. قەلبى مېھرىبانلىققا تولغان، كۆكسى-قارنى كەڭ ئاتا-ئانىلار بالىلىرىنى تەڭرىنىڭمۇ قەلبى مېھرىبانلىققا تويۇنغان ۋە كۆكسى-قارنى كەڭلىكتە

ئىشەندۈردۇ. ئۇلار چوڭ بولغاندىن كېيىن، دۇنيانى بالىلىقىدىكىگە ئوخشاش ھاياتقا ھامىلدار بولغان يەر دەپ بىلىدۇ، رەھىمسىز، ھەممە ئىشتا ھېساب ئالىدىغان ئاتا-ئانىلارنىڭ بالىلىرى چوڭ بولغاندىن كېيىن، يەنىلا تەڭرىنىڭ رەھىمسىز ۋە قىساسخورلۇقىغا ئىشىنىدۇ. ئاتا-ئانىسىنىڭ غەمخورلۇقىغا ئېرىشەلمىگەن بالىلار چوڭ بولغاندىن كېيىنمۇ دۇنيانى بىر خىل غەمخورلۇق بولمىغان يەر دەپ قارايدۇ.

بىزنىڭ دۇنيا قارىشىمىز ۋە دىنىمىز باللىق تەجرىبىلىرىمىزدىن شەكىللىنىدىغان بولغاچقا، بۇلار ئاخىرىدا، دىن بىلەن رېئاللىقنىڭ، تار ئالەم بىلەن بۈيۈك ئالەمنىڭ قارىمۇقارشىلىقىنى شەكىللەندۈرىدۇ. سىدوكنىڭ نەزىرىدىكى دۇنيا تولىمۇ ۋەھىمىلىك جاي، ئەگەر ئۇ كىچىك ۋاقتىدا ئائىلىدىن ئىبارەت تار ئالەمنىڭ قائىدىلىرىگە ئەمەل قىلمىغان بولسا، چوقۇمكى كانىيى بىر كىم تەرىپىدىن ئۈزۈۋېتىلگەن بولاتتى. ئۇ مەڭگۈ ئىككى مۇستەملىكچىنىڭ تۈزۈلمىسى ئىچىدە ياشايتتى. بىراق ھەممە ئادەمنىڭ ئاتا-ئانىسى ئۇنداق رەھىمسىز ئەمەس. دۇنيانىڭ بۈيۈك ئالەمدە خىلمۇخىل مەدەنىيەت، جەمئىيەت، ئادەم ۋە ئاتا-ئانىلار بار.

بىز ئۆزىمىزنىڭ رېئاللىققا بولغان چۈشىنىشىمىزنى توختىماستىن تۈزىتىشىمىز ۋە تولۇقلىشىمىز كېرەك. يېڭى بىلىم ئىگىلەش ۋە بىلىش چېكىنى كېڭەيتىشلا، بىزنىڭ رېئاللىققا ئۇيغۇن بولغان دىنىمىزنى ۋە دۇنيا قارىشىمىزنى يېتىلدۈرەلەيدۇ. سىدوكنىڭ بىلىشى ئۇنىڭ ئۆيىدە تۇغرا بولۇشى مۇمكىن، چوڭلار ئارىسىدىمۇ خېلى مۇكەممەل دېيەلىگەن تەقدىردىمۇ، بىراق ئۇنىڭ دۇنيا قارىشىنى ئەسلا ئېپادىلەپ بېرەلمەيدۇ. مانا بۇ دەل ھىستېرىيە ھادىسىسىدۇر، نۇرغۇن كىشىلەرنىڭ دىنى ئەمەلىيەتتە دەل مۇشۇ ھىستېرىيەنىڭ مەھسۇلاتىدۇر.

كۆپ سانلىقىمىز مەدەنىيەت، ئاتا-ئانا ۋە باللىق تەجرىبىلىرىدىن ھالقىيالمىغانلىقىمىز ئۈچۈن تار دۇنيا قاراش ئارقىلىق ئىشلارنى بىر تەرەپ قىلىشقا ئادەتلەنگەن. ئەمەلىيەتتە، بۇنىڭ ھېچقانچە زۆرۈرىيىتى يوق. دۇنيا ۋە ئىنسان مۇشۇنداق زىددىيەتلىك، بۇنىڭغا ئەجەبلىنىش كەتمەيدۇ. كۈندىلىك تۇرمۇشتا ئۇچراتقان ھەر بىر ئادەمنىڭ ئۆز ئالدىغا

ئوخشىمايدىغان رېئاللىق قارىشى بولسىمۇ، بىراق ئۇلار ئۆزلىرىنىڭ تەجرىبىسىنى ئاساس قىلغانلىقتىن، ھەرقايسىسى ئۆزىنىڭ رېئاللىق قارىشىنىڭ توغرىلىقىغا شەكسىز ئىشىنىشىدۇ. تېخىمۇ ئېچىنىشلىقى، نۇرغۇن كىشىلەر ئۆزىنىڭ تەجرىبىسىنى ئاساس قىلغىلى بولمايدىغانلىقى توغرىسىدا ئەسلا ئويلىنىپ باقمايدۇ، ھەتتا ئۆزىنىڭ دۇنيا قارىشىنى ۋە بىلىشىنى مۇلچەرلىيەلمەيدۇ.

خەلقئارا مۇناسىۋەت يۆنىلىشىدىكى پسىخولوگ برىيانت ۋېج ئىلگىرى ئامېرىكا-سوۋېت سۆھبىتىنى تەتقىق قىلغان. بۇ جەرياندا ئۇ ئامېرىكانلار بىلەن رۇسلارنىڭ ئادىمىيلىك، جەمئىيەت ۋە دۇنياغا بولغان تونۇشىدا ئادەمنى چۆچۈتكۇدەك پەرقلەرنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى بايقىغان. بۇ پەرقلەر ئىككى تەرەپنىڭ سۆھبەتتىكە پەردە ئارقىسىدا رول ئويناۋاتقان بولسىمۇ، بىراق ئۇلار بۇنى بايقىمىغان. ساقلانغىلى بولمايدىغان بىر ھالەت، ئامېرىكانلار سۆھبەت ئۈستىلىدىكى رۇسلارنىڭ ئىنتۇناتسىيەسىنى قوبۇل قىلغىلى بولمايدىغاندەك ھېس قىلغان، ھەتتا دۈشمەنلىك دەپ چۈشەنگەن. رۇسلارمۇ ئامېرىكانلارنى شۇنداق دەپ قارىغان.

بىز ئەمەلىيەتتە ھېلىقى مەسەلدىكى پىلنىڭ قانچىلىكلىكىنى سىيلاپ بىلمەكچى بولغان ئەمالارغا ئوخشايمىز. ھېچقايسىمىز كۆز ئالدىمىزدىكى بۇ غايەت زور مەخلۇق (دۇنيا) نىڭ ئەسلىي قىياپىتىنىڭ قانداقلىقىنى بىلمەيمىز. ھەربىرىمىز ئۆزىمىزنىڭ تار ئالەم قارىشىمىزدا چىڭ تۇرۇپ، باشقىلار بىلەن ئۇرۇشۇشتىن يانمايمىز. ھەربىر ئىشنى ئىلاھىي جەڭ سۈپىتىدە بىر تەرەپ قىلىمىز.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

بۈيۈك ئالەمگە يۈرۈش

قەلب مۇكەممەللىكى — تار ئالەمدىن بۈيۈك ئالەمگە توختىماستىن ماڭىدىغان جەرياندۇر. بۇ كىتابتا مۇلاھىزە قىلىنىدىغىنى شۇ جەرياننىڭ دەسلەپكى باسقۇچىدىكى بىر قېتىملىق بىلىم ئىزدەش ھەرىكىتىدۇر، ھەرگىزمۇ ئېتىقادقا يۈرۈش ھەرىكىتى ئەمەس. ئۆتمۈشنىڭ تەجرىبىلىرىدىن شەكىللەنگەن چەكلىمىلەردىن قۇتۇلۇش ئۈچۈن، بىز چوقۇم «ئوقۇش»نىمىز كېرەك. توختىماستىن يېڭى ئۇچۇرلانى قوبۇل قىلىشىمىز ۋە ئۆزلەشتۈرۈشىمىز كېرەك. بىلىش دائىرىمىزنى ۋە بوشلۇقىمىزنى كېڭەيتىشىمىز كېرەك.

بىلىم تولۇقلاش جەريانى مەزكۇر كىتابنىڭ باش تېمىسىدۇر. بىرىنچى بابتا بىز ئىنتىزامنى مۇھاكىمە قىلغاندا، يېڭى شەيئىلەرنى تونۇش ئۈچۈن كونا ئۆزلۈكتىن ۋاز كېچىشنى، ئۆنۈمسىز بىلىملەرنى ئۈنتۈپ كېتىشنى تەشەببۇس قىلغاندۇق. ئىككىنچى بابتا، مۇھەببەتكە بىر خىل ئۆزلۈكنى تولۇقلاش ۋە كۈچەيتىش جەريانى دەپ ئېنىقلىما بەرگەندۇق، مۇھەببەتنىڭ خەتىرى دەل بىلمەيدىغان يېڭى تەجرىبىگە تەۋەككۇل قىلىش دەپ كۆرسەتكەندۇق. تېخىمۇ كەڭ نەزەر-دائىرىگە ئىگە بولۇش ئۈچۈن، چوقۇم بۇرۇنقى تار نەزەر-دائىرىدىن ۋاز كېچىش ۋە ئۇنى يوقىتىش كېرەك. كۆز ئالدىمىزنى ئىشلارنىلا ئېلىپ ئېيتقاندا، ئەسلىي ھالەتنى ساقلاش ئېھتىمال ئادەمنى ھۇزۇرلاندۇرۇشى مۇمكىن. چۈنكى، «كونا خەرىتە»نى داۋاملىق ئىشلەتكەندە، ئۆزىنىڭ بۇرۇنقى قىممەتلىك كۆزقاراشلىرىغا ھېچقانچە خىرىس بولمايدۇ. بىراق بۇنداق بولغاندا، قەلب مۇكەممەللىكىگە كەينىچە ماڭغان بولىمىز. دەسلەپتە، بىز شەكسىز

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئىشىنىدىغان شەيئىلەرگە گۇمانلىنىشىمىز، ۋەھىمىلىك ۋە تونۇش شەيئىلەر ئۈستىدە ئىزدىنىشىمىز، باشقىلارنى ھەقىقەتكە جەڭ ئېلان قىلىدىغان ئۆلگىگە ئايلاندۇرۇشىمىز كېرەك. چۈنكى، مۇكەممەللىكنىڭ يولى گۇمان تىكەنزارلىقىدىن پەيدا بولغان.

بىزنىڭ پەندىن باشقا ئىلگىرىلەيدىغان قەدىمىمىز يوق. بىز پەن ئارقىلىق دۇنيا قاراشنىڭ ئورنىنى ئېلىشىمىز كېرەك. ئاتا-ئانىمىزنىڭ ھاياتلىق ئېتىقادىنى ۋە دۇنيا قارىشىنى ئىنكار قىلىشىمىز كېرەك. بىز پەقەت تەجرىبىمىزنى ۋە تارىخ ئېڭىمىزنى توختىماستىن تولۇقلىغىنىمىزدىلا، ئاندىن دۇنيا قارىشىمىز ئۇلارنىڭكىگە سېلىشتۇرغاندا تېخىمۇ كەڭ بولىدۇ. ئۇلارنىڭ ئېتىقادى بىزدە يەنە داۋاملىشىشى مۇمكىن ئەمەس. ئەڭ ھاياتىي كۈچكە ئىگە بولغىنى ۋە ئەڭ ئەمەلىيەتكە ئۇيغۇن بولغىنى پەقەت ئۆزىمىزنىڭ ئېتىقادىدۇر. ئۇ پەقەت رېئاللىقنىڭ پىچىدا تاۋلىنىشى، ئۆز بېشىمىزدىن ئۆتكەن بولۇشى كېرەك، شۇندىلا ئۇ ھەقىقىي تۇردە ئۆزىمىزگە تەۋە بولىدۇ.

بىزنىڭ چوقۇم ئۆز ئېتىقادىمىز بولۇشى كېرەك، ئۇ پەقەت رېئاللىقنىڭ پىچىدا تاۋلىنىشى، ئۆز بېشىمىزدىن ئۆتكەن بولۇشى كېرەك، شۇندىلا ئۇ ھەقىقىي تۇردە ئۆزىمىزگە تەۋە بولىدۇ. بىز ئۆزىمىزنىڭ ئېتىقادىغا ئاساسلىنىپ ساغلام پىسخىكىمىزنى يېتىلدۈرىمىز، قەلب مۇكەممەللىكىنى قوغلىشىمىز. ئاتا-ئانىلارنىڭ ئېتىقادىغا تايىنىش مۇۋەپپەقىيەتكە ئېرىشتۈرەلمەيدۇ. بىراق، ئاتالمىش «پەن ئېتىقادى» دېگەن قانداق گەپ؟ پەن دەرۋەقە بىر خىل ناھايىتىمۇ مۇرەككەپ دۇنيا قاراش، يەنە كېلىپ، ھەل بولمىغان مەسىلىلەرگە تەييارلىنىشتىكى مۇھىم سىستېما، شۇڭا ئۇ بىر خىل ئېتىقاد دەپ قارىلىدۇ. ئۇنىڭ مۇھىم سىستېمىلىقى تۆۋەندىكىدەك: ئالەم ھەقىقىي بولىدۇ، كۆزەتكىلى بولىدۇ؛ ئادەملەر دۇنيانى كۆزىتىشتىن قىممەت يارىتىدۇ؛ ئالەمنىڭ تەرتىپ قانۇنىيىتى بار، ئالدىن پەرەز قىلغىلى بولىدۇ، بىراق ئادەملەر ئۆزىدىن يىراقلىشىش ۋە خۇراپاتلىققا ئىشىنىش سەۋەبلىك، كۆزىتىش ۋە شەرھلەشتە خاتالىقلاردىن ساقلىنالمايدۇ، شۇڭا، ئادەملەر پەننىڭ مېتود قانۇنىيىتىگە چوقۇم ئەمەل

قىلىشى كېرەك. بۇ خىل قانۇنىيەتنىڭ جەۋھىرى تەجرىبە، شۇڭلاشقا، بىز ئۆز بېشىمىزدىن ئۆتكۈزمىگەن تەجرىبىدىن سىرتقى ھېچقانداق ئىشنى بىلەلمەيمىز. يەنە بىر تەرەپتىن، پەننىڭ مۇتلەق قانۇنىيىتى گەرچە تەجرىبىدىن باشلانسىمۇ، بىراق بىز ھەرگىزمۇ يەككە تەجرىبىگىلا ئىشەنسەك بولمايدۇ، پەقەت تەكرار-تەكرار باشتىن كەچۈرگەن تەجرىبىلا ئاندىن ئىشەنچلىك بولىدۇ؛ تېخىمۇ نوچىسى، پەقەت ھەر بىر ئادەمنىڭ شارائىتىدا كېلىپچىققان ئوخشاش نەتىجىلا ئاندىن ھەقىقىي دەلىللەنگەن تەجرىبە بولىدۇ.

مۇشۇ يەردىكى، «ھەقىقەت»، «كۆزىتىش»، «بىلىم»، «ئىشەنچسىزلىك»، «تەجرىبە»، «قانۇنىيەت» قاتارلىق ئىزچىل تەكرارلىنىۋاتقان سۆزلەر ئالاھىدە دىققەت قىلىشقا ئەرزىيدۇ. پەن بىر خىل گۇمانغا بولغان ئېتىقادتۇر. بالىلىقتىكى كىچىك ئالەمدىن قۇتۇلۇش ئۈچۈن، «ئاتا-ئانىمىزنىڭ ئۆگەتكىنى كىچىك ئالەممۇ؟» دەپ قاراپ، بۇرۇن ئۆگەنگەن بارلىق بىلىملەرگە گۇمانىي نەزەردە قاراپ چىقىشىمىز كېرەك. پەقەت مۇشۇنداق پەن پوزىتسىيەسى بولغاندىلا، بىز ئاندىن كىچىك ئالەم تەجرىبىسىنى چوڭ ئالەم تەجرىبىسىگە ئۆزگەرتەلەيمىز. بىز چوقۇم ئاكادېمىكلار ئاچقان داغدام يولغا بىرىنچى قەدەمنى تېزرەك ئېلىشىمىز كېرەك.

www.uyghurkitap.com

گۇمانلىنىشقا جۈرئەت كېرەك

بۇ باسقۇچتىن ھالقىغان نۇرغۇن بىمارلار ماڭا: «مەن دىنغا ئىشەنمەيمەن، مەن چېركاۋغا بارمايمەن، مەن دىنىي ئۇيۇشمىنىڭ ۋە ئاتا-ئانامنىڭ گېپىگە ئىشەنمەيمەن، مەندە ئاتا-ئانامنىڭ كونىلىقى يوق، مەن ئەقىللىق ئادەم ئەمەس» دەيدۇ. مەن ئۇلاردىن: «ئەقىلسىز دېگەن قانداق بولىدۇ؟» دەپ سورىغىنىمدا ھەممىسى تەئەججۇپلىنىدۇ. مەن ئۇلارغا: «ئەمەلىيەتتە سىز دىنغا ئىشىنىسىز، سىزنىڭ ئېتىقادىڭىز شۇنچىلىك چوڭقۇر، چۈنكى سىز ھەقىقەتكە چوقۇنىسىز، سىز ئۆزىڭىزنىڭ ھەقىقەتكە يېتەلەيدىغانلىقىڭىزغا، ھېچبولمىغاندا ئۇنىڭغا يېقىنلىشالايدىغىنىڭىزغا ئىشىنىسىز. دىنىنىڭ قۇدرىتى سىزنى كونا تەجرىبىدىن قۇتۇلۇشنىڭ ۋە يېڭى خىرىسقا دۈچ كېلىشنىڭ ئوقۇبىتىگە بەرداشلىق بېرىشكە كۆندۈرگەن. سىزنىڭ داۋالاشنى قوبۇل قىلىشىڭىزمۇ ئۆزىڭىزنىڭ ئېتىقادىڭىز ئۈچۈن. سىز ھەرگىزمۇ مەن ئاتا-ئانامدىن ئەقىلسىز دەپ ئويلىماڭ، ئەكسىچە، مەن سىزنى ئۇلاردىن تېخىمۇ ئەقىللىق دەپ قارايمەن، سىزنىڭ ئەقىللىقلىقىڭىز يۇقىرى قاتلامغا كۆتۈرۈلگەن، چۈنكى سىزدە گۇمانلىنىش جۈرئىتى بار» دەيمەن.

پەننىڭ ئېتىقاد قارىشى ئىلگىرىلەيدىغان ۋە ھالقىيدىغان قاراشتۇر، باشقا نۇرغۇن دۇنيا قاراشلارغا سېلىشتۇرغاندا، ناھايىتىمۇ ئىلغار. ئەڭ ياخشى تەرىپى، ئۇ خەلقئارالاشقان. ئۇ دۇنياۋى پەن توپىنى ھاسىل قىلغان، بۇ توپ خىرىستىيان دىنى ئۇيۇشمىسىغا سېلىشتۇرغاندا تېخىمۇ ئىتتىپاق، ھېچقانداق دۆلەتنىڭ توپ يۇقىرى-تۆۋەن دەپ ئايرىلمايدۇ. ھەر قانداق دۆلەتنىڭ ئاكادېمىكلار ئۆزئارا تۇتاشقان كۈچى بىلەن ھەرقانداق

ئادەتتىكى ئادەمدىن ھالقىپ كەتكەن. مەلۇم قاتلامدا، ئۇلار ئۆزىنىڭ مەدەنىيىتى دەپ ئاتالغان تار ئالەمدىن ھالقىپ چىققان، مەلۇم مەنىدە، ئۇلارنىڭ ھەممىسى ئەقىل ئىگىلىرىگە ئايلانغان.

پىشقان گۇمانىي نۇقتىنى ئاساس قىلغاندا، ئىلاھقا ئىشىنىش ئۈنچىلىك ھەيران قالغۇدەك ئىشمۇ ئەمەس. ئۇمۇ ئەمەلىيەتتە تار ئالەم قارىشىنىڭ تەسىرىنى ئاكتىپ تاللىۋېلىشىمىزدۇر.

بىز ئۇنىڭدىن دوگماتىزىمنى، ئۇرۇش، دىنىي ھۆكۈم ۋە ئېزىش پەيدا قىلىدىغان نەرسىنى كۆرەلەيمىز. بىز كۆرگەن رەھىمدىللىك ئەمەلىيەتتە ئۇلار ئېتىقاد دەپ ئاتىۋالغان ساختا نامدۇر، چوڭقۇر ئورالغان نىقابتۇر. تۇرداشلىرىنى ئۆلتۈرۈش، مەنپەئەت ئۈچۈن ھەممىنى قىلىش، ياۋايىلىقنى چېكىگە يەتكۈزۈشتىن ئىبارەتتۇر. غارايىپ مۇراسىملار ۋە مەبۇدلار ئۈچۈن ياسالغان كۆپ قول-پۇتلۇق ئىلاھ، مۇئەللەقتىكى ئەر ئىلاھ، تەسۋىرىي ئىلاھ، پەلەك ئىلاھى، ئىبادەتخانىلار، ئۆي ئىلاھلىرى، ئۈچ بىر تەنلىك ئىلاھ، كۆپ بىر تەنلىك ئىلاھ قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى نادانلىقنىڭ، خۇراپاتلىقنىڭ ۋە قاتماللىقنىڭ ئىپادىسىدۇر. ئېتىقاد خاتىرىسىنىڭ ياخشىلىقتا تولۇقى كونىراشتۇر. ئادەم بەزىدە، ئەگەر ئىنسان ئىلاھقا ئىشەنمىسە، ئۇنداقتا ئېخىمۇ ياخشى ياشىغان بولارمىدى؟ دەپ ئويلاپ قالىدۇ؛ ئىلاھ ھەرگىزمۇ تۇغۇلۇشنىڭ قەسىمى ئەمەس، بەلكى تىرىكلىكنىڭ زەھىرىدۇر. يەنى، تەڭرى ئىنسانىيەتنىڭ قەلبىدىكى خىيالىي سېزىم (فانتازىيە) دۇر، ئۇنىڭ ھېچقانداق ئۇيغۇنلۇقى يوق. ئېتىقاد ئىنسانلاردا ھەمىشە كۆرۈلىدىغان، چوقۇم داۋالاشقا تېگىشلىك پىسخىك كېسەللىكتۇر.

مۇشۇ يەردە بىر مەسىلە تۇغۇلىدۇ. ئۇنداقتا، تەڭرىگە ئىشىنىش بىر خىل پىسخىك كېسەللىكمۇ ياكى بىر تۇرلۇك ھىستېرىيە ھادىسىسىمۇ؟ (تەڭرىگە ئىشىنىشنى ئاتا-ئانىمىز ئۆزىنىڭ تار ئالەم قارىشىدىن بۇيۇك ئالەم قارىشىغا كېڭەيتىپ پەيدا قىلغانمۇ؟)، باشقىچە قىلىپ ئېيتقاندا، ئېتىقاد بىر تۇرلۇك ئىپتىدائىي ۋە ساددا تەپەككۇر شەكلىمۇ-يوق؟ بىز ئەڭ ئۈستۈن بىلىمنى ۋە مۇكەممەللىكنى قوغلىشىۋاتقىنىمىزدا، ئۇنىڭدىن ۋاز كېچىشىمىز كېرەكمۇ-يوق؟ بۇ مەسىلىلەرگە پەن نۇقتىسىدىن جاۋاب

www.uyghurkitap.com

بېرىش ئۈچۈن، بىز چوقۇم كىلىنىكىلىق سانلىق مەلۇماتلارنى دەلىل قىلىشىمىز كېرەك. بىر ئادەم پىسخىكىلىق داۋالىنىش جەريانىدا مۇكەممەللىككە قاراپ ئىلگىرىلىسە، دىنىي ئېتىقادىدا قانداق ئۆزگىرىش يۈز بېرەر؟

گەيسنىڭ ھېكايىسى

گەيس مەن ئۇچراتقان ئەڭ قورقۇنچاق ئادەم. مەن تۇنجى قېتىم ئىشخانىغا كىرگىنىمدە ئۇنى كۆرگەنىدىم. ئۇ ئىشخانىنىڭ بىر بۇلۇڭىدا، چىشلىرىنى غۇچۇرلاتقىنىچە دۇرۇت ئوقۇۋاتاتتى. مېنى ئىشىكتە كۆرۈپلا، كۆزلىرى چوڭايدى ۋە ۋەھىمىگە تولدى. ئۇ تۆگۈلۈپ تامغا ئارقىسىچە يۆلەندى، خۇددى تامغا كىرىپ كېتىدىغاندەك. مەن ئۇنىڭغا: «گەيس، مەن پسىخىك دوختۇر، مەن سىزگە زىيان يەتكۈزمەيمەن» دېدىم. مەن ئورۇندۇقنى ئوڭلاپ، ئۇنىڭدىن كىچىككىنە ئارىلىق ساقلاپ ئولتۇردۇم ۋە ئۇنى ساقلىدىم. ئۇ بىر ھازا تامغا چاپلىشىپ تۇرۇپ، ئاندىن بىر ئاز ئازادىلەشتى-دە، قاتتىق يىغلاشقا باشلىدى. بىردەمدىن كېيىن، يىغىدىنمۇ توختىدى، ئاندىن يەنە بۇرۇنقى دۇرۇتنى ئوقۇشقا باشلىدى. مەن ئۇنىڭدىن نېمە ئىش بولغانلىقىنى سورىدىم. ئۇ ناھايىتى چۈشىنىكسىزلا: «مەن تېزلا ئۆلۈپ كېتىمەن» دېدى. ئۇ دۇرۇتنىڭ رىتىمى تېزلىشىپ كەتكەنلىكتىن، بىردەم تىنىۋالدى. ئاندىن يەنە دۇرۇت ئوقۇشنى داۋاملاشتۇردى. مەن نېمە ئىش بولغانلىقىنى سورىسام، ئۇ پەقەت دۇرۇتنىڭ بىر قاتارى ئاخىرلىشىپ، يەنە بىر قاتارى باشلانغىچە ئارىلىقتىلا: «مەن تېزلا ئۆلۈپ كېتىمەن» دەپ جاۋاب بېرەتتى. ئۇ پەقەت ئارامىمۇ ئالماي، ئۇخلىماي، توختىماستىن دۇرۇت ئوقۇساملا، ئۆلۈمنىڭ كېلىشىنى توسۇپ قالالايمەن، دەپ ئويلايتتى.

ئۇنىڭ ئېرى ياش بىر ساقچى بولۇپ، ئىسمى خوك ئىدى. گەيس 20 يېشىدا نىكاھلانغانىكەن. نىكاھتا ھېچقانداق مەسىلە يوق ئىدى. ئۇنىڭ ئۆتمۈشىدىمۇ ھېچقانداق پسىخىك كېسەللىك ئالامىتى

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

كۆرۈلمىگەنىكەن. ئىشلار ناھايىتى تۇيۇقسىزلا يۈز بەرگەنىدى. ئۇ كۈنى سەھەردە، ئۇ ناھايىتى نورمال ھالەتتە ماشىنىسىنى ھەيدەپ ئىشقا بارغان. ئىككى سائەتتىن كېيىن ئاچىسى ئۇنى كۆرگىلى بېرىپ، مۈشۈنداق ھالەتتە كۆرگەن ۋە خوكقا تېلېفون قىلغان. ئۇلار گەيسىنى دوختۇرخانىغا ئېلىپ بارغان. ئۇنىڭدا يېقىندىن بۇيان ھېچقانداق غەيرىي ئەھۋال كۆرۈلمىگەن. پەقەت تۆت ئاي ئىلگىرى گەيس بازارغا نەرسە سېتىۋالغىلى بارغاندا، كىشىلەردىن قورۇنغاندەك بىر تۇيغۇدا ماشىنىدا ئولتۇرىۋالغان. خوك ئۇنىڭ ئورنىدا نەرسىلەرنى ئېلىپ كەلگەن. ئۇ ئېھتىمال نامەلۇم بىر ئادەمدىن قورققانغا ئوخشايتتى. ئۇ ھەمىشە «تۇۋنامە» ئوقۇيتتى. بۇ ئەھۋال ئۇلار تونۇشقاندىن باشلاپ بار ئىكەن. ئۇلارنىڭ ئائىلىسىدىكىلەر بەكلا ئىخلاسمەن بولۇپ، ئاتا-ئانىسى ھەپتىدە ئىككى قېتىم ئېيساغا تىۋىنىدىكەن. ھەيران قالارلىقى، گەيس توي قىلغاندىن كېيىن، تىۋىنىشقا بارمىغانىكەن. ئۇ ھەمىشە بۇلارنى بەربىر دەپ قارايدىكەن، ئەمما تۇۋنامە ئوقۇيدىكەن. سالامەتلىكىمۇ ناھايىتى ياخشى ئىكەن. ئەزەلدىن دوختۇرخانىغا كىرىپ قالمىغان. بىر قانچە يىللار ئىلگىرى ئۇ باشقىلارنىڭ تويىدا ھوشىدىن كەتكەن ھەم بويىدىن ئاجراپ كەتكەن. ئۇ داۋاملىق ھاملىدارلىقتىن ساقلىنىش كۆملىچى يەيدىكەن. بىراق بىرقانچە ئاي ئالدىدا، ئۇ ئېرىگە كۆملاچىنى ئەمدى يېمەيۋاتقانلىقىنى ئېيتقان. چۈنكى ئۇ ژۇرنالدىن ھاملىدارلىقتىن ساقلىنىش كۆملىچى يېيىشنىڭ ناھايىتى خەتەرلىكلىكىگە ئائىت بىر ماقالە ئوقۇغانىمىش.

مەن ئاخشىمى گەيسنى ئۇخلىتىش ئۈچۈن تىنچلاندۇرۇش كۆملىچى بەردىم. بىراق گەيستە ھېچقانداق ئۆزگىرىش بولمىدى. ئۇ توختىماستىن دۇرۇت ئوقۇيتتى، ئۆزىنىڭ ئۆلۈمىنى تىلەشتىن باشقا ھېچ نەرسە دېمەيتتى، يەنە ناھايىتى كۈچلۈك ۋەھىمە تۇيغۇسىمۇ بار ئىدى. ئۆتىنچى كۈنىگە كەلگەندە، ئۇنىڭغا تىنچلاندۇرۇش ئوكۇلى ئۇردۇم. ئاندىن ئۇنىڭغا: «گەيس، بۇ ئوكۇل سىزنى ئۇخلىتىدۇ، بىراق ھەقىقىي ئۇخلىمايسىز، ئۆلۈپمۇ كەتمەيسىز. ئوكۇل سىزنى دۇرۇت ئوقۇشتىن توختىدۇ، سىزمۇ ئارام تېپىپ قالىسىز. شۇ چاغدا ماڭا سىز دوختۇرخانىغا

كرىپ قالغان ئەتىگىنى نېمە ئىش بولغانلىقىنى ئېيتىپ بېرىڭ، بولامدۇ؟»
دېدىم.
—ھېچ ئىش يۈز بەرمىدى. —دېدى گەيىس
—ئۇ كۈنى سىز ئاۋۋال ئېرىڭىزنى ئىشقا ئاپىرىپ قويغانمۇ؟
—شۇنداق، ئاندىن ماشىنامنى ھەيدەپ ئۆيگە كەلدىم، ئاندىن ئۆزۈمنىڭ تېزلا ئۆلۈپ كېتىدىغانلىقىمنى بىلدىم.
—سىز ھەر كۈنى ئاشۇنداق ئېرىڭىزنى ئىشقا ئاپىرىپ قويۇپ ئاندىن ئۆيگە قايتىپ كېلەمتىڭىز؟
گەيىس يەنە دۈرۈت ئوقۇشقا باشلىدى.
—گەيىس، ئوقۇماڭ! —ئۇنىڭغا بۇيرۇق قىلدىم. —سىز ھازىر مۇتلەق بىخەتەر، ئازادىلىشىڭ، ئۇ كۈنى قايتىۋاتقىنىڭىزدا زادى نېمە ئىش يۈز بەرگەنىدى، ماڭا نېمە ئىش ئىكەنلىكىنى ئېيتىپ بېرىڭ؟
—مەن ئۇ كۈنى كۈندىكىگە ئوخشىمايدىغان يول بىلەن ماڭغانىدىم.
—نېمىشقا؟
—مەن بىلىنىڭ ئۆيىدىن ئۆتىدىغان يول بىلەن ماڭغانىدىم.
—بىل دېگەن كىم؟
ئۇ يەنە دۈرۈت ئوقۇشقا باشلىدى.
—سىز بىلەن مۇھەببەتلەشكەنمۇ؟
—شۇنداق، توي قىلىشتىن بۇرۇن.
—سىز دائىم ئۇنى ئەسلەيتتىڭىز، توغرىمۇ؟
گەيىس قاتتىق ئىگرىدى:
—ئاھ تەڭرىم، مەن ئۆلىدىغان بولدۇم.
—ئۇ كۈنى سىز بىلنى كۆردىڭىزمۇ؟
—ياق
—بىراق سىزنىڭ ئۇنى بەكلا كۆرگىڭىز كەلگەن، شۇنداقمۇ؟
—مەن تېزلا ئۆلىدىغان بولدۇم.
—سىزنىڭچە تەڭرى سىزنى پەقەت بىلنى كۆرگىڭىز كەلگەنلىكى ئۈچۈنلا جازالارمۇ؟

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

— شۇنداق. — گەيىس يەنە دۇرۇت ئوقۇشقا باشلىدى.

ئۇ دۇرۇتنى ئون نەچچە مىنۇت ئوقۇدى، مەن ئۆزۈمنىڭ پىكىرلىرىمنى رەتلەشكە باشلىدىم.

ئاخىرىدا مەن ئۇنىڭغا ئېيتتىم: «گەيىس، سىز ئۆزىڭىزنى ناھايىتى تېزلا ئۆلۈپ كېتىمەن دەپ ئويلايدىكەنسىز، بۇ سىزنىڭ تەڭرىنىڭ ئىرادىسىگە ئىشىنىدىغىنىڭىزدىن دېرەك بېرىدۇ. بىراق سىز تەڭرىگە بولغان چۈشەنچىلىرىڭىزنىڭ ھەممىسىنى باشقىلاردىن ئاڭلىغان، ھالبۇكى، ئۇ قاراشلارنىڭ كۆپىنچىسى خاتادۇر. مەن گەرچە تەڭرىنى بەش قولدەك چۈشەنمىسەممۇ، بىراق مېنىڭ بىلىدىغانلىرىم سىزنىڭكىدىن كۆپ، يەنە كېلىپ، سىزگە تەڭرىنىڭ قانداقلىقىنى ئېيتىپ بەرگەن ئادەملەرنىڭكىدىنمۇ كۆپ. مەسىلەن ئېيتسام، مەن ھەر كۈنى سىزگە ئوخشاش جانانىغا ئاسىيلىق قىلغان نۇرغۇن ئەر ۋە ئاياللارنى ئۇچرىتىمەن، ئۇلارنىڭ ھەممىسى ھەقىقەتەن شۇنداق ئىشلارنى قىلغان، بىراق ئۇلار ھېچقاچان تەڭرىنىڭ جازالىشىغا ئۇچراپ باققىنى يوق. ئۇلارنىڭ ھەممىسى مېنى ئىزدەپ كېلىپ كېسىلىنى داۋالاتقاندىن كېيىن، ۋەھىمىدىن قۇتۇلۇپ، خۇشال ياشايدىغان بولدى. سىزمۇ خۇشال ياشايدىغان بولۇپ كېتىسىز، چۈنكى بىز ھەمكارلىششقا موھتاج، سىز پەقەت ئۆزىڭىزنىڭ ئەسكى ئادەم ئەمەسلىكىڭىزنى بايقىغىنىڭىزدىلا، ئاندىن ئۆزىڭىزنىڭ ۋە تەڭرىنىڭ ماھىيىتىنى ھەقىقىي چۈشىنىسىز. ھازىر قېنىپ بىر ئۇخلىۋېلىڭ، ئويغانغىنىڭىزدا، سىز چوقۇم ئۆلۈپ كېتىشتىن قورقمايدىغان بولىسىز. ئەتە ئەتىگەن سىز مېنى كۆرگىنىڭىزدە، سىز ماڭا ئۆزىڭىز ۋە تەڭرى توغرۇلۇق سۆھبەتلىشىشنى ئېيتىسىز.»

ئەتىگەندە گەيىسنىڭ ئەھۋالىدا زور ياخشىلىنىش بولغانىدى. ئۇ يەنىلا قورقىۋاتاتتى. بىراق، ئۆلۈپ كېتىش-كەتمەسلىكىدىن گۇمانلىنىۋاتاتتى، ھېچبولمىغاندا، ئۇ تېخى مۇقىملاشتۇرالمىغانىدى. ئۇ ئۆزىنىڭ ھېكايىسىنى بىر-بىرلەپ سۆزلەۋاتاتتى. ئۇ تولۇق ئوتتۇرا ئۈچىنچى يىللىقتا ئوقۇۋاتقاندا خوك بىلەن جىنسىي مۇناسىۋەت يۈز بېرىپ، ئىككىسى توي قىلىشقان. ئىككى ھەپتىدىن كېيىن، ئۇ بىر دوستىنىڭ تويىغا قاتناشقاندا

تۈيۈقسىز ئۆزىنىڭ توي قىلغۇسى يوقلۇقىنى ھېس قىلغان ۋە ھوشىدىن كەتكەن. شۇنىڭدىن كېيىن، ئۇ خوكنى سۆيىدىغان-سۆيمەيدىغانلىقى ھەققىدە گاڭگىرىغان، بىراق جىنسىي مۇناسىۋەت ئۆتكۈزۈشنىڭ گۇناھىنى نىكاھ ئارقىلىق يۇيۇشنى قارار قىلغان. ئۇ ئۆزىنىڭ خوكنى سۆيىدىغان-سۆيمەيدىغانلىقىنى مۇقىملاشتۇرۇپ بولغۇچە، بالىلىق بولماسلىقنى قارار قىلىپ، ھامىلىدارلىقتىن ساقلىنىش كۇملىچى يېيىشكە باشلىغان. بىراق بۇمۇ كاتولىك دىنىدا بىر تۈرلۈك گۇناھ بولۇپ، ئۇ بۇ گۇناھنى ئېتىراپ قىلىشنى ئېغىر كۆرگەن ۋە كۇملاچنى يېمىگەن. خوك دەسلەپتە گەيىس بىلەن مۇھەببەتلىشىشنى خالىسىمۇ، تويدىن كېيىن ئۇنىڭغا قىزىقمايدىغان بولۇپ قالغان. ئۇ خۇددى ئۇزاق مۇددەتلىك غايىۋى كارتىدەك، ئۇنىڭغا سوۋغاتلارنى ئېلىپ بەرگەن، كۆيۈنگەن، ئۇنى خىزمەتمۇ قىلدۇرمىغان، بىراق ئۆزى ئىسمىنا ئىشلىگەن. پەقەت گەيىس چىدىيالمىغان ۋاقىتتا، خوك ئۇنىڭ بىلەن سۆيۈشۈپ قويغان. ھەر ھەپتىدىكى بىر قېتىملىق جىنسىي مۇناسىۋەت گەيىسكە بىردىنبىر تەڭپۇڭلاشتۇرغۇچ بولۇپ قالغان. ئاجرىششىمۇ ئەسلا مۇمكىن ئەمەسكەن، چۈنكى ئاجرىشىش ئويلىغىلى بولمايدىغان بىر تۈرلۈك گۇناھمىش.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

بېسىۋېلىنغان خىيالىي سېزىم

گەيستە باشقىلار بىلەن بىللە بولۇش ئىستىكى پەيدا بولۇشقا باشلىغان. ئۇ «تۇۋنامە» ئوقۇش ئارقىلىق بۇ ئەبجەش خىياللاردىن قۇتۇلماقچى بولغان، شۇڭا، ھەر سائەتتە بەش مىنۇت دۇرۇت ئوقۇغان. خوك دەسلەپتە بۇنى بىلگەندە ئۇنى مەسخىرە قىلغان، شۇنىڭ بىلەن ئۇ كۇندۇزى خوك ئۆيدە يوق ۋاقىتتا بۇ ئىشلارنى قىلىشقا مەجبۇر بولغان. ئۇ كىچىدىكى «تۇۋسى»نى تولۇقلاش ئۈچۈن، كۈندۈزدىكى زىكرىسىنى ھەسسىلەپ ئاشۇرغان. ھەتتا ھەر يېرىم سائەتتە بىر قېتىم «تۇۋنامە» ئوقۇغان ۋە سۈرئىتىنى ھەسسىلەپ ئاشۇرغان. بىراق جىنسىيەت ئىستىكى يوقالماقتا يوق، تېخىمۇ كۈچەيگەن، بۇ خىل خىيالىي سېزىمنى بېسىشمۇ تەسلەشكەن. ئۇ ئىشىكتىن چىقىشىغىلا ئەرلەرگە ھاڭۋېقىپ قاراپ قالىدىغان بولۇپ قالغان، بۇ تېخىمۇ چاتاق بولغان. شۇڭا ئۇ خوك بىلەن بىللە سىرتقا چىقىشتىن قورقىدىغان بولۇپ قالغان ھەم خوك بىلەن بىللە ئاممىۋى سورۇنلارغىمۇ بارمىغان. ئۇ چېركاۋغا بېرىشنى ئويلاشقان، بىراق چېركاۋغا بېرىپ، پەرۋەردىگارغا بۇ خىل خىيالىي سېزىمنى ئېيتىشمۇ يەنىلا گۇناھ ئىدى. شۇڭا ئۇ بارالمىغان. شۇنىڭ بىلەن ئۇ بىر «تۇۋنامە سىستېمىسى» تۈرگۈزگەن، ئۇنىڭ دۇرۇت ئوقۇشىمۇ مۇشۇنىڭدىن كەلگەن. ئۆزۈن ئۆتمەي، ئۇ بۇ سىستېمىنى ناھايىتى مۇكەممەل ھالەتكە تەرەققىي قىلدۇرغان، ئۇ تۇۋنامەنى بەش مىنۇتتا مىڭ قاتار ئوقۇپ بولىدىغان ھالەتكە يەتكەن.

ئۇ بۇ سىستېمىنى تۈرگۈزگەن ۋاقىتتا جىنسىي ئىستىكى بىر ئاز پەسەيگەن بولسىمۇ، بىراق سىستېما مۇقىملىشىپ بولغاندىن كېيىن، ئۇ

يەنە ئەسلىي ھالىتىگە قايتىپ قالغان. ئۇ ھەرقانداق يەردە بۇ خىيالىي سىزىمنى ئەمەلىيەتلەشتۈرۈشنى ئويلىغان. ئۇ ئىلگىرىكى ئوغۇل دوستى بىلغا تېلېفون بېرىپ، چۈشتىن كېيىن مەيخانىدا كۆرۈشۈشنى ئېيتىشىنىمۇ ئويلىغان. بىراق يەنە چەكلەنگەن ئىشلارنىڭ يۈز بېرىپ قېلىشىدىن قورققان. ئۇنىڭ جىنسىي ئىستىكى بارغانسېرى كۈچەيگەن، بىر كۈنى چۈشتىن كېيىن، ئۇ ئۆزىنىڭ ئىستىكىنى ئۆزى قاندۇرغان، بۇ ئىش ئۇنى تېخىمۇ قورقىتىۋەتكەن. ئۇ گۇناھىنى يۇيۇش ئۈچۈن مۇزدەك سۇدا يۇيۇنغان. ئاندىن خوكنى ئالغىلى بارغان. ئەمما ئىككىنچى كۈنى بۇ ئىش ئەينەن تەكرارلانغان.

كېيىن ھېلىقى ئەتىگىنى، ئۇ ئاخىرى ۋاز كەچكەن. ئۇ خوكنى ئىشقا ئاپىرىۋېتىپ، ماشىنىسىنى ئۇدۇل بىلىنىڭ ئۆيىگە ھەيدەپ بارغان. ئۇ ئىشىك ئالدىدا توختاپ بىلنى ساقلىغان، بىراق ھېچ ئىش يۈز بەرمىگەن، ئۆيدە ئادەم يوقتەك قىلاتتى. ئۇ ماشىنىدىن چۈشۈپ، ماشىنىغا يۆلەنگىنىچە بىلىنىڭ ئۆيىگە قاراپ تۇرغان. ئاندىن ئۇ ئۈنسىز تىۋۋا قىلىشقا باشلىغان: «ئەي تەڭرىم، ئۆتۈنۈپ قالاي، مېنى بىل بىلەن كۆرۈشتۈرگىن، ئۇ ماڭا دىققەت قىلسۇن». يەنىلا ھېچ ئىش يۈز بەرمىگەن. «ھەرقانداق ئادەم ماڭا قارىسۇن، ھەممە ئادەم ياخشى، مەن بىراۋ بىلەن ياتمىسام زادى بولمايدۇ، ئەي تەڭرىم، مەن بىر پاھىشە، مەن بابىلۇندىكى داڭلىق ئىشرەتچى خېنىم، ئەي تەڭرىم، مېنى ئۆلتۈرىۋەت، مەن ئۆلۈشۈم كېرەك».

ئۇ ماشىنىغا چىقىپ، ئۈچقاندەك ھەيدىگىنىچە ئۆيىگە قايتقان. ئاندىن بىر پىچاقنى تېپىپ، بېغىشىنى كېسىشنى ئويلىغان، بىراق ئۇنداق قىلالمىغان. پەقەت تەڭرىلا قىلالايدۇ، تەڭرىنىڭ قۇدرىتى بار، تەڭرى چوقۇم جازالايدۇ، تەڭرى ھەممىنى ئاخىرلاشتۇرىدۇ، تەڭرى مېنى چۈشىنىدۇ دەپ ئويلىغان. ئۇ دۇرۇت ئوقۇغىنىچە ئاخىرلىشىشنى كۈتكەن. بۇ دەل ئاچىسى ئۇنى بايقىغاندىكى ھالىتى ئىدى.

بىر قانچە كۈن تىرىشىش ئارقىلىق، مەن ئاران مۇشۇ ئۈچۈلارغا ئېرىشتىم. خىزمىتىمنىڭ مۇھىم نۇقتىسىنى ئۇنىڭ گۇناھ قارىشىغا يۆتكىدىم. ئۇ بۇنداق ئۆزىنى لەززەتلەندۈرۈشنىڭ گۇناھ ئىكەنلىكىنى

كىمـدىن ئاڭلىغانـدۇ؟ ئۇنىڭغـا ئىيتـپ بەرگەن ئـادەم يەنە قەيەردىـن بىلگەندۇ؟ ئۆزىگە تەسەللى ئـىزدەش قانداقسـىگە گۇنـاھ بولـدۇ؟ ئەگەر گۇناھ بولسا، ئۇنى بىكىتىشـىنىڭ ئـۆلچىمى نـېمە؟ مۇشـۇنىڭغا ئوخشـاش نۇقتىلار...

دىنىي ئۆيۈشمىدىن گۇمانلىنىش ۋە چېركاۋ

مېنىڭ نەزىرىمدە پىسخىك داۋالاش مېنى ئەڭ جەلپ قىلىدىغان ۋە ئادەم پۈتۈن ۋۇجۇدى بىلەن قىلىشقا تېگىشلىك بىر كەسىپ، بىراق پىسخولوگلار ۋە بىمارلار ئوتتۇرىسىدىكى قەلب سۆزلىرىنى دېيىشىشتە، ئۇنىڭدىكى مۇھىم ئۇقۇم ۋە تەپسىلاتلارنى بىر قەدەر سىستېمىلىق ئېنىقلاش جاپالىق ۋە ئاۋارىچىلىكتۇر. مەسىلەن ئېيتساق، گەيستىمۇ گۇناھ تۇيغۇسى ئۇقۇمىغا ۋە مەلۇم قىلىقلارنى گۇناھ دەپ قاراشقا نىسبەتەن گۇمان پەيدا بولغاندىن كېيىن، ئاندىن ئىستەككە ئىگە چىقىشقا ۋە لەززەتلىنىشكە باشلىغان. ئۇ گۇمانلىنىش پوزىتسىيەسىدە بولۇشتىن ئىلگىرى، چوقۇم بارلىق كاتولىك دىنىي ئۆيۈشمىسى (ھېچبولمىغاندا ئۇ بىلىدىغان قىسمى) نىڭ ھوقۇقىغا ۋە پاراستىگە گۇمان قىلىش كېرەك ئىدى. ھازىر مېنىڭ قوللىشىم ئارقىسىدا، دىنىي ئۆيۈشما بىلەن قارشى مەيدانغا تۇرۇشنىڭ تەس ئەمەسلىكىنى تونۇپ يەتتى. ئۇ ئاستا-ئاستا مېنىڭ ئۆزى تەرەپتە تۇرۇۋاتقانلىقىمغا، ئۇنىڭ ئۈچۈن ئويلاۋاتقانلىقىمغا، ئۇنى تۇيۇق يولغا باشلىمايدىغانلىقىمغا ئىشەندى. بىز قۇرغان بۇ خىل «داۋالاش ھەمكارلاشمىسى» مۇناسىۋىتى بارلىق مۇۋەپپەقىيەتلىك پىسخىك داۋالاش جەريانىدا كەم بولسا بولمايدىغان ئامىلدۇر.

بىزنىڭ ھەمكارلىقىمىز ئاساسلىقى شىپاخانىدا ئېلىپ بېرىلغاندى. ئۇنىڭغا باربىتال تۈرىدىكى ئۇخلىتىش ئوكۇلى سېلىنغاندىن كېيىن، بىر ھەپتە ئىچىدىلا دوختۇرخانىدىن چىقتى. بىراق ئۇ تۆت ئاي داۋالىنىش جەريانىدا، ئاندىن ئۆزىنىڭ گۇناھقا بولغان كۆزقارىشىنى ئاشكارىلىدى. ئۇ:

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

«مەن دىنىي ئۇيۇشمىنىڭ ماڭا ئىشەنچسىز نەرسىلەرنى ئۆگەتكىنىنى ئېتىراپ قىلىمەن» دېگەنىدى. بۇ چاغدا داۋالاش يېگى بىر باسقۇچقا كىرگەنىدى. ئاندىن بىز، بۇ ئىش زادى قانداق كېلىپچىققان؟ گەيىس نېمىشقا دىنىي ئۇيۇشمىنىڭ تەلىماتلىرىنى ئازراقمۇ گۇمانلانماستىن ئۆز پېتىچە ئۆزلەشتۈرىۋالىدۇ؟ نېمىشقا ھازىرغا قەدەر ئۆزى مۇستەقىل پىكىر يۈرگۈزۈپ باقمايدۇ؟ دېگەن مەسىلىگە ئۆتتۇق. گەيىسنىڭ دېيىشىچە، ئاپىسى ئۇنىڭغا چىركاۋدا دېيىلگەن ھەرقانداق گەپتىن گۇمانلىنىشقا بولمايدىغانلىقىنى ئېيتقان. بىز ئۇنىڭ دادىسى بىلەن بولغان مۇناسىۋىتىنى ئېنىقلاپ باقتۇق. ئۇنىڭ دادىسىغا ھېچقانداق ھېسسىياتى يوقكەن، دادىسى ھەرۋاقىت خىزمەت بىلەن ئالدىراش ئۆتىدىكەن، ئۆيگە كەلسىمۇ، مەست بولغىنىچە ئۇستەلدىلا ئۇخلاپ قالىدىكەن، پەقەت جۈمە كۈنى كەچنى ھېسابقا ئالمىغاندا، ھەر كۈنى مەيخانىغا بارىدىكەن. ئائىلىدىكى ھەممە ئىشقا ئاپىسى مەسئۇل بولغانلىقتىن، ھېچقانداق ئادەمنىڭ ئۇنىڭ گېپىنى ئاڭلىماسلىقىقا يول قويۇلمايدىكەن. ئۇ ناھايىتى ئاق كۆڭۈل بولسىمۇ، بىراق ھەممەيلەندىن ئۆزىنىڭ گېپىنى ئاڭلىشىنى تەلەپ قىلىدىكەن. «ئۇنداق قىلساڭ بولمايدۇ، قەدىرلىكىم، ياخشى بالا بۇنداق ئىش قىلمايدۇ»، «سەن ئۇنداق ئاياغنى كىيسەڭ بولمايدۇ، قەدىرلىكىم، ياخشى ئائىلىنىڭ قىزى بۇنداق ئاياغنى كەيسە بولمايدۇ»، «سىزنىڭ ئېيساغا تىۋىنغىلى بېرىش-بارماسلىقىڭىز مۇھىم ئەمەس، قەدىرلىكىم، بىراق تەڭرى بىزدىن ئەيساغا تىۋىنىشىمىزنى تەلەپ قىلغان». گەيىس ئاستا-ئاستا كاتولىك دىنىنىڭ نوپۇزى ئارقىسىدا، ئاپىسىنىڭ تەڭداشسىز ھوقۇقىنىڭ بارلىقىنى چۈشەنىدى. ئۇنىڭ سىلىق سۆزلىرىنىڭ ئارقىسىدا، باللىرىغا بولغان مۇتلەق ھۆكۈمرانلىق ھوقۇقىنىڭ يوشۇرۇنغانلىقىنى چۈشەنىدى.

داۋالىنىش جەريانىدا توسالغۇلارنىڭ كۆرۈلۈشىدىن ساقلانغىلى بولمايدۇ. گەيىس دوختۇرخانىدىن چىقىپ ئالتە ئايدىن كېيىنكى مەلۇم يەكشەنبە كۈنى سەھەردە، خوك ماڭا تېلېفون قىلىپ گەيىسنىڭ يەنە دۈرۈت ئوقۇشقا باشلىغىنىنى، ئەسلىگە قايتىپ قالغانلىقىنى ئېيتتى. مەن

ئۇنىڭغا گەيسنى دوختۇرخانىغا ئېلىپ بېرىشنى، شۇ يەردە ئۇچرىشىشنى ئېيتتىم. دوختۇرخانىغا بارغىنىمدا، گەيس بىرىنچى قېتىم كۆرگىنىمدىكىدەك هالەتتە ئىدى. خوك زادى قانداق ئىشنىڭ يەنە ئۇنىڭغا تەسىر قىلغانلىقىنى بىلمىگەنلىكىنى ئېيتتى. مەن ئۇنى بالنىستقا ئەكىردىم، ئاندىن ئۇنىڭغا:

— ئوقۇماق، نېمىش بولغانىقىنى ماڭا دەپ بېرىڭ! — دېدىم.

— ئۇنداق قىلالمايمەن.

ئۇ دۇرۇت ئوقۇغاچ جاۋاب قايتۇردى:

— ئەگەر سىز ماڭا هېلىقى راست گەپ قىلدۇرىدىغان دورىڭىزدىن بەرسىڭىز قىلالىشىم مۇمكىن.

— بولمايدۇ گەيس، بۇ قېتىم سىزنىڭ يېتەرلىك قۇدرىتىڭىز بار، ئۆزىڭىزگە تايىنىڭ.

ئۇ هەسرەتلەنگىنىچە ماڭا قارىدى، ئاندىن يەنە دۇرۇت ئوقۇشقا باشلىدى. مەن ئۇنىڭ كۆزلىرىدىن ماڭا قېيداۋاتقانلىقىنى، ماڭا ئۆچ بولغانلىقىنى بايقىدىم.

— مەندىن رەنجىپ قالدىڭىزمۇ؟

ئۇ بېشىنى لىڭشىتقىنىچە دۇرۇت ئوقۇۋاتاتتى.

— گەيس، مەندىن رەنجىشىڭىزگە نۇرغۇن ئاساسىڭىز بار، بىراق سىز دېمىسىڭىز، زادى نېمە ئىش ئىكەنلىكىنى مەن بىلمەيدىكەنمەن، ماڭا دەپ بېرىڭ، هېچ ئىش بولمايدۇ.

— مەن تېزلا ئۆلۈپ كېتىمەن. — ئۇ يىغلىغىنىچە شۇنداق دېدى.

— ياق، ئۇنداق بولمايدۇ گەيس، سىز مەندىن رەنجىگەنلىكىڭىز سەۋەبلىك ئۆلۈپ كەتمەيسىز، مەن سىزگە زىيانكەشلىك قىلمايمەن، سىزنىڭ مەندىن رەنجىش هوقۇقىڭىز بار.

— مېنىڭ كۈنۈم ئۈزۈن قالمىدى، مېنىڭ كۈنۈم ئۈزۈن قالمىدى. — دېدى ئۇ يەنە يىغلىغىنىچە.

بۇ گەپ ئاڭلىماققا ناهايىتى غەلىتە ئىدى. دەل شۇ ۋاقىتتا كۆڭلۈمدىن بىر ئوي كەچتى، بىراق يەنە ئۇنتۇپ قالدىم. مەن يەنە بىر

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

قېتىم تەكرارلىدىم:

—گەيس، مەن سىزگە ئامراق، سىزنىڭ مەندىن رەنجىگىنىڭىز ئۈچۈن، مەن ھەرگىزمۇ ئۈچ ئالمايمەن.

—مېنىڭ ئۈچ بولغىنىم سىز ئەمەس. —دېدى ئۇ ئۆكسۈپ تۇرۇپ.

مەن تۈيۈقسىز بىر نەرسىنى ئەسلىدىم:

—〈سېنىڭ كۆڭلىرىڭ ئۆزۈن قالمىدى، زېمىندا ئۆزاق تۇرالمايسەن〉، گەيس، سىز ئىنجىلدىكى بەشىنچى بۆلۈمنى دەۋاتامسىز؟ 〈ئاتا-ئاناڭنى ھۆرمەتلىسەڭ ئۆزۈن ياشايسەن، ئۇنداق قىلمىساڭ ئۆلۈپ كېتىسەن〉، قەلبىڭىزدىكى تۇگۈن مۇشۇ توغرىمۇ؟

گەيس پەس ئاۋازدا ئېيتتى:

—مەن ئۇنىڭغا ئۆچ، ئاپامدىن نەپرەتلىنىمەن، كىچىكىمدىن باشلاپ مېنى ئۆزۈم بولغىلى قويمىغان دەل شۇ، ئۇ مېنى ئۆزىدەك بولغۇزماقچى بولغان، ئۇ ماڭا پۇرسەت بەرمىگەن.

ئەمەلىيەتتە، گەيسنىڭ داۋالىنىشى ئەمدى باشلىنىۋاتاتتى، ئالدىمىزدىكى قىيىنچىلىقلار يەنە كۆپ ئىدى. ئۇ ئۆزى بولۇش ئۈچۈن سانسىزلىغان ئىنچىكە ھالقىلاردىن ئۆتۈشى كېرەك ئىدى. شۇندىلا ئۇ ھەقىقىي ئۆزى بولالايتتى. ئۇ ئاپىسىنىڭ ئۆزىگە بولغان كونتروللۇقىنى ئايدىڭلاشتۇرغاندىن كېيىن، چوقۇمكى ئۆزىنىڭ قىممەت قارىشىنى قايتىدىن تىكلىشى كېرەك ئىدى. ئىشلارنى ئۆزى قارار قىلىشى كېرەك ئىدى. بىراق بۇنداق قىلىش ئۇنىڭ ئۈچۈن ناھايىتى تەسكە توختايتتى. ئۇنىڭغا يەنىلا ئانىسىنىڭ قارارى بىخەتەر تۇيۇلاتتى. دىنىي ئۇيۇشمىنىڭ ۋە ئانىسىنىڭ قىممەت قارىشىنى قوللىنىش ئاڭسىز ئالدا بىرقەدەر ئاددىيدەك تۇيۇلاتتى. ئۇ ئۆزىنىڭ تۇرمۇشىنى ئىزدەپ تېپىش ئۈچۈن تېخىمۇ كۆپ تىرىشچانلىقلارنى كۆرسىتىشى كېرەك ئىدى. كېيىن گەيس: «سىز بىلىسىز، مەن ئۆتمۈشۈمگە قايتىپ كېتىشنى خالىمايمەن، بىراق بەزىدە يەنە ئاشۇ خىل تۇرمۇش شەكلىنى ئەسلەيمۇ قالىمەن، مەلۇم جەھەتتىن ئالغاندا، ئۇنداق ياشىغاندا كۈن ئۆتكۈزمەك ناھايىتى ئاسان ئىدى» دېدى.

ئۆزلۈكىنى تونۇپ يەتكەن گەيس، ئاخىرى غەيرەتكە كەلدى. ئۇ

خوك بىلەن ئۆزىنىڭ جىنسىي تەلپىنى قاندۇرالمايۋاتقان مەسىلىسىنى سۆزلەشتى، خوك ياخشىلايدىغانلىقىغا ۋەدە بەردى، بىراق ئىپادىسى كۆرۈلمىدى. گەيس ئۇنىڭغا بىسىم قىلدى، خوكتا كىسەللىك ھالىتى كۆرۈلۈشكە باشلىغانىدى. ئۇ مىنى ئىزدەپ كەلدى، مەن ئۇنىڭغا باشقا بىر پسىخولوگقا كۆرۈنۈشنى ئېيتتىم. ئۇ قەلبىدە بىسىلىپ قالغان ھەمجىنىسلىق ئىستىكىگە ئەمدى يۈزلىنىشكە باشلىدى. ئەسلىدە ئۇ گەيس بىلەن نىكاھلىنىش ئارقىلىق بۇ ئىستىكىنى ئۆزگەرتمەكچى بولغان. گەيسنىڭ فىگۇرىسى ئادەمنى مەست قىلىدىغان بولغاچ، ئۇنى قىممەتلىك سوۋغا سۈپىتىدە قوبۇل قىلغان، گەيسكە ئېرىششىنى ئۆزىنىڭ مۇكەممەل ئەرلىك خاراكتېرىنى نامايان قىلغانلىق دەپ قارىغان، بىراق ئەزەلدىن گەيسنى ھەقىقىي ياخشى كۆرۈپ باقمىغان. بۇ ئەمەلىيەتنى چۈشەنگەندىن كېيىن، ئۇ گەيس بىلەن چىرايلىق ئاجرىشىپ كەتتى.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

قەلب زەخمىسىدىن قۇتۇلۇش

گەيىس چوڭ بىر كىيىم-كېچەك سارىيىدا مال ساتتى. ئۇ خىزمەت داۋامىدا نۇرغۇنلىغان مۇستەقىل قارارلىرىدا مەن بىلەن مەسلىھەتلەشتى. گەرچە ئۇنىڭ ئوقۇبەتلىك تەجرىبىسى بولسىمۇ، بىراق يەنە قەيسەر ۋە ئۆزىگە ئىشىنىدىغان بولۇپ ئۆزگەردى. ئۇ يىگىت ئىزدەش ۋە بالىلىق بولۇش ئارزۇسىدا نۇرغۇن ئەرلەر بىلەن ئۇچراشتى، خىزمەتتىمۇ نۇرغۇن خۇشاللىقلارغا ئېرىشتى. داۋالاش ئاخىرلاشقاندا، ئۇ مال تىزىملىغۇچىلىقتا ئۆستۈرۈلدى. يېقىندا ئاڭلىسام، تېخىمۇ چوڭ بىر شىركەتكە ئالمىشىپ ئىشلەۋېتىپتىمىش. خۇشال ياشاۋاتقان 27 ياشلىق قىزچاق ھازىر چېركاۋغىمۇ بارمايدۇ، ئۆزىنى كاتولىك دىنى مۇخلىسى دەپمۇ قارىمايدۇ. ئۇ گەرچە تەڭرىگە ئىشىنىدىغان ياكى ئىشەنمەيدىغانلىقىنى ئېنىق جەزملەشتۈرەلمىسىمۇ، بىراق ھازىر ئۇنىڭغا نىسبەتەن بۇ ئانچە مۇھىم مەسىلە ئەمەس.

مېنىڭ گەيىسنىڭ ھېكايىسىنى تەپسىلىي بايان قىلىشىم، ئۇنىڭ دىنىي مۇھىت ۋە پسىخىك كېسەللىكلەرنىڭ مۇناسىۋىتىدىكى ئەڭ ئۆلگىلىك مىسال بولغانلىقى ئۈچۈندۇر. ئەمەلىيەتتە دۇنيادا گەيىستەك ھېكايىسى بار ئادەملەر كۆرمىڭ. شۇڭا مەن بەزىدە چاقچاق قىلىپ، بىز پسىخولوگلار دىنىي ئۇيۇشمىنىڭ تامىقىغا تايىنىمىز دەپ قويىمەن. كاتولىك دىنى ئۇيۇشمىسى ۋە باشقا ئۇيۇشمىلارنىڭ ھەممىسى ئوخشاش.

ئەلۋەتتە دىنىي ئۇيۇشما گەيىستىكى نېۋروزنى كەلتۈرۈپ چىقارغان بىردىنبىر سەۋەب ئەمەس. ئەمەلىيەتتە، دىنىي ئۇيۇشما گەيىسنىڭ ئانىسىنىڭ ئۆز ھوقۇقىنى يۈرگۈزۈشتىكى قورالغا ئايلانغان. ئانىسىنىڭ

مۇستەبىتلىكى بىلەن دادىسىنىڭ پەرۋاسىزلىقى گەيسىنىڭ ھەقىقىي كىسەللىك مەنبەسىدۇر، بۇ جەھەتتىن ئېيتقاندا، ئۇنىڭ كىسەللىك ئارخىپى ناھايىتى تىپىكلىككە ئىگە. ئىراق، بۇنىڭ بىلەن دىنىي ئۇيۇشمىمۇ ئۆزىنىڭ سەۋەنلىكىدىن باش تارتىپ بولالمايدۇ. دىنىي ئۇيۇشما مەكتەپلەردە گەيسىنىڭ دىنىي ئەقلىي چۈشىنىشىگە ۋە مۇستەقىل پىكىر يۈرگۈزۈشىگە ئىلھاملاندۇرمىغان. دىنىي ئۇيۇشما خاتا يېتەكلەش، خاتا تەتبىقلاش ۋە ئاشۇرۇۋېتىش قاتارلىق مەسىلىلەرى ئۈستىدە ئويلىنىپ باقمىغان. گەيسىنىڭ مەسىلىسى گەرچە پۈتۈن ۋۇجۇدى بىلەن تەڭرىگە، پەرھىزگە ۋە گۇناھ قارىشىغا ئىشىنىش بولسىمۇ، ئىراق ۋارىسلىق قىلغان دىنىي قاراش ۋە دۇنيا قاراش ئۇنىڭ رېئاللىقىغا ئۇيغۇن كەلمىگەن. ئۇ ئۆزى مۇستەقىل ھالدا گۇمانلانمىغان، جەڭ ئېلان قىلمىغان ۋە تەپەككۇر قىلمىغان. دىنىي ئۇيۇشما ئۇنىڭ شەخسىيىتىگە ئۇيغۇن كېلىدىغان دىنىي قاراش تىكلىشىگە ياردەم قىلمىغان. ئەكسىچە، ئالدىنقى بىر دەۋردىكى ئېپتىدائىي قاراشلارغا ۋارىسلىق قىلىشقا مەجبۇرلىغان، بۇمۇ ناھايىتى تىپىكلىككە ئىگە ھادىسە.

گەيسىنىڭ مەسىلىسى ناھايىتى ئومۇملاشقان بولغانلىقتىن، نۇرغۇن پىسخولوگلار دىنىي ئۇيۇشمىنى دۈشمەن قاتارىدا كۆرىدۇ. ئۇلار ھەتتا دىنىنىڭ ئۆزى بىر خىل نېۋروز، ئادەمنىڭ ئېگىنى چەكلەيدۇ، ئادەملەرنىڭ ئېگىدىكى غەيرىي ئەقلىي ماھىيەتلەرنى ئۆلتۈرىدۇ دەپ قارايدۇ. ئەقلىيلىك (راتسيونال) بىلەن پەننى چوڭقۇر تەتقىق قىلغان فرېئود دەل مۇشۇ خىل كۆزقارىشىنى ئىپادىلىگەن. پىسخولوگلار ھازىرقى زامان پېنىنىڭ ئاكتىپ جەڭچىلىرى، ئۇلار قەدىمىي دىنىنىڭ خۇراپاتلىقىغا ۋە دىنىي ئۇيۇشمىنىڭ نامۇۋاپىق بەلگىلىمىلىرىگە قارشى كۈرەش قىلىدۇ، شۇ ئارقىلىق ئادەمنى قايىل قىلىدىغان نەتىجىلەرگىمۇ ئېرىشتى. ئەمەلىيەتتە پىسخولوگلار ۋاقتىنى ۋە زېھنىنى قۇرۇق ئىسراپ قىلىشتىن كۆرە، بىمارلارنىڭ ۋاقتى ئۆتكەن ۋە بۇزغۇنچىلىق خاراكتېرىگە ئىگە دىنىي قاراشلاردىن قۇتۇلۇشىغا، قەلب (ئاڭ) ئەركىنلىكىگە ئېرىشىشىگە ياردەم قىلىشى كېرەك.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

غەمكىن مارىيە

گەيسىنگكىدىن باشقىمۇ، ئۇنىڭ ھاياتىغا ئوخشىشىپ كېتىدىغان ئىشلار ناھايىتىمۇ كۆپ. مارىيە مەن ناھايىتىمۇ ئۇزۇن داۋالىغان بىمارلىرىمنىڭ بىرى. ئۇ 20 نەچچە ياشتا غەمكىنلىك كېسەلى ئۆچۈن مېنى ئىزدەپ كەلگەنىدى. گەرچە ئۇ ئۆزىنىڭ تۇرمۇشىدىن ئاغرىنمىسىمۇ، بىراق غەمكىن ئىدى. تاشقى كۆرۈنۈشىمۇ ھەسرەتلىك ئىدى. گەرچە ئۇ ناھايىتى پۇلدار ۋە ئالىي مائارىپ تەربىيەسىگە ئېرىشكەن بولسىمۇ، بىراق ناھايىتى نامرات ۋە سەرگەردان ئاياللاردەك ياسىنىپ يۈرەتتى. داۋالاشنىڭ بىرىنچى يىلى ئۇ ھەمىشە بەدىنىگە ماس كەلمەيدىغان كۆك، كۇل رەڭ، قارا ۋە قوڭۇر كىيىملەرنى كىيىۋالاتتى. قولىدا رەڭگى ئۆڭگەن ۋە كېلەڭسىز سومكىسىنى كۆتۈرىۋالاتتى. ئۇ يالغۇز قىز ئىدى. ئاتا-ئانىسى ئالىي مائارىپ تەربىيەسىگە ئىگە، كەسپىتە مۇۋەپپەقىيەت قازانغان، ئۇنىۋېرسىتېت پىروفېسورلىرى ئىدى. ئۇلارنىڭ ھەر ئىككىلىسىدە سوتسىيالىزم خاھىشى بولۇپ، دىنىنى «نامراتلارنىڭ ئەپيۇنى» دەپ قارايتتى. مارىيە ئون نەچچە يېشىدا دوستلىرى بىلەن چېركاۋغا بارغاندا، ئۇلارنىڭ كۆچلۈك مەسخىرىسىگە ئۇچرىغان.

داۋالاشنى قوبۇل قىلغان ۋاقىتتا، مارىيە ئاتا-ئانىسىنىڭ قاراشلىرىغا تولۇق قوشۇلاتتى. ئۇ ئۆزىنىڭ ئاتېزىمچى ئىكەنلىكىدىن پەخىرلىنەتتى، ئۇ كىشىلەرنى تەڭرىنىڭ مەۋجۇتلۇقىدىن ئىبارەت فانتازىيەدىن خالاس بولسا، تۇرمۇشى تېخىمۇ گۈزەل بولىدۇ، دەپ قارايتتى. قىزىقارلىق يېرى، مارىيەنىڭ چۈشلىرى دىنىي سىمۋوللار بىلەن تولغان. مەسىلەن: قۇشلارنىڭ قەدىمىي سىرلىق يېزىقتىكى كىتابلارنى چىشلىگىچە ئىشخانىغا ئۇچۇپ كىرىشى

قاتارلىق. بىراق مەن ئۆزۈمنىڭ يوشۇرۇن ئېڭىمدىكى بۇ تەرەپتىن ئاغىز ئېچىپ باقمىدىم. ئىككى يىللىق داۋالىنىش جەريانىدا، بىز دېئىغا ئائىت ھېچقانداق مەسىلە ئۈستىدە پاراڭلىشىپ باقمىدۇق. ئاساسلىق پاراڭلىرىمىز، ئۆزۈمنىڭ ئاتا-ئانىسى بىلەن بولغان مۇناسىۋىتى ئۈستىدە بولىدى. بۇ ئىككى مۇتلەق ئەقلىلىق ۋە ئەقلىي كىشىلەر مارىيەنى ئىقتىسادىي تەرەپتىن قوللىغاندىن باشقا، ھېسسىيات جەھەتتە ئۆزۈمنىڭدىن ئايرىلىق ساقلىغان. ئۇلار ھېسسىيات جەھەتتە مارىيە بىلەن يېقىنلاشمىغان، بەلكى زېھنىنى كەسىپلىرىگە قاراتقان، مارىيەگە ھەمراھ بولىدىغان ۋاقىت ۋە زېھىن ئاجراتمىغان. نەتىجىدە، مارىيە پىسخىكا جەھەتتىن يالغۇز، ئاتالمىش «بىچارە باي قىزى»غا ئايلانغان. بىراق ئۇ بۇ رېئاللىققا يۈزلىنىشنى خالىمىغان، ھەر قېتىم ئاتا-ئانىسىنىڭ ئۆزۈمنىڭغا پەرۋاسىزلىقىنى تىلغا ئالسام، ياكى ئۆزۈمنىڭ يېتىملەردەك ياسىنىۋالغانلىقىنى دېسەم، ئۇ رەنجىپ كېتەتتى. ئۇ ئۆزىنىڭ ياسىنىشنى مودا، مېنى ئايرىلىشىش ھوقۇقى يوق دەپ تەنقىد قىلاتتى.

مارىيەنى داۋالاشنىڭ ئۈنۈمى ناھايىتى ئاستا بولۇۋاتاتتى. بىراق ئۆزگىرىش خېلى كۆرۈنەرلىك ئىدى. مەن ئاساسلىقى ئارىمىزدا شەكىللىنىۋاتقان يېقىنلىق تۇيغۇسىغا تايىنىۋاتاتتىم. بۇ خىل ھېسسىيات ئۆزۈمنىڭ ئاتا-ئانىسى بىلەن بولغان مۇناسىۋىتىگە نىسبەتەن روشەن سېلىشتۇرما ئىدى. داۋالاشنىڭ ئىككىنچى يىلىغا قەدەم قويغان بىر سەھىرى، مارىيە بىر يېڭى سومكىنى ئېسىپ ئىشخانىغا كەلدى. بۇ سومكا بۇرۇنقىسىنىڭ ئۈچتىن بىرىچىلىك كېلەتتى، رەڭگىمۇ ناھايىتى شوخ ئىدى. شۇنىڭدىن باشلاپ ئىككى ئايغىچە ئۇ ئىزچىل يېڭى كىيىم ئالماشتۇرۇپ تۇردى. ئاچ سېرىق، توق سېرىق، سۇس كۆك، سۇس يېشىل، بىر دەستە پورەكلەپ ئېچىلىۋاتقان ئەتىرگۈل كەبى.

ئۇ ئىككىنچى قېتىم مېنى كۆرگىلى كەلگەندە، ئۇ ئۆزىدىكى ياخشىلىنىشلارنى بايان قىلدى: «سىزمۇ بىلىسىز، بۇ بەك غەلىتە ئىش بولدى، مېنىڭ قەلبىملا ئەمەس، قىياپىتىممۇ ئۆزگەردى. گەرچە مەن بۇرۇنقى بەزى تەرەپلىرىمنى ساقلاپ قالغان بولساممۇ، بىراق بۇرۇنقىغا

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇرچە كىتابلارنىڭ يېڭى ئادرېسى

قەتئىي ئوخشمايمەن، دۇنياغا بولغان سېزىممۇ ئۆزگەردى. ناھايىتى چوڭ ئۆزگىرىش بولدى. مەن بىر خىل ئىللىقلىقنى، بىخەتەرلىكنى، مېھرىبانلىقنى ۋە خۇشاللىقنى ھېس قىلدىم. سىزگە مەن بىر ئاتېزىمچى دېگىنىم ئېسىڭىزدىمۇ، مەن ھازىر مۇقىملاشتۇردۇم، ئەمەلىيەتتە مەن ھازىر ئۆزۈمنى ئاتېزىمچى دەپ قارىمايمەن. مەن خۇشال ۋاقىتلىرىمدا، ئۆزۈمگە: «مەن تەڭرىنىڭ مەۋجۇتلۇقىغا ئىشىنەتتىم، تەڭرى بولمىغان دۇنيا ياخشى بولمايدۇ» دەپ پىچىرلايمەن. ئۇ سۆزىنى داۋاملاشتۇردى: «ھەقىقەتەن غەلىتە، بۇ خىل تەسىراتنى مەن ئىپادىلىيەلمەيمەن. مەن ھازىر ئۆزۈمنى ناھايىتى مۇھىم بىر لايىھەنىڭ ئەڭ زۆرۈر قىسمى دەپ قارايمەن، گەرچە بۇ لايىھە ھەققىدە بىلىدىغانلىرىم ناھايىتى چەكلىك بولسىمۇ، بىراق مەن ئۇنىڭ مەۋجۇتلۇقىغا ئىشىنىمەن، ئۇ ناھايىتى ياخشى لايىھە، مەن ئۇنىڭ بىر قىسمى.»

داۋالاش ئارقىلىق، گەيىس تەڭرىگە قارىغۇلارچە چوقۇنۇشتىن ئەقلىيلەشكەن بولسا، مارىيە تەڭرىنى چەتكە قاقىدىغان قاراشتىن تەڭرىنىڭ مەۋجۇتلۇقىغا ئىشىنىشكە ئۆزگەردى. ئوخشاش داۋالاش ئۇسۇلى، ئوخشاش پىسخولوگ، نەتىجە پەرقلىق بولغاندەك قىلسىمۇ، بىراق ئوخشاشلا مۆۋەپپەقىيەتكە ئېرىشتى. بۇنى بىز قانداق چۈشەندۈرىمىز؟ بىراق چۈشەندۈرۈشتىن ئىلگىرى، مەن يەنە بىر مىسالنى بايان قىلىپ ئۆتىمەن.

تىدىنىڭ ھاياتلىق قارىشى

تىد مېنى ئىزدەپ كەلگەندە 30 ياشتا ئىدى، زاھىتلارچە ياشاتتى. يەتتە يىلدىن بۇيان، ئۇ ئورمانلىقتىكى بىر كىچىك كەپىدە يالغۇز ياشىغانىكەن، دوستلىرىمۇ ئازكەن، ئالاھىدە يېقىن ئادىمىمۇ يوقكەن. ئۇ ئۈچ يىلدىن بېرى ئاياللار بىلەن ئۇچرىشىپ باقماپتۇ. ئۇنىڭ ئاددىي ياغاچچىلىق ئىشلىرىنى قىلغىنىنى ھېسابقا ئالمىغاندا، كۆپىنچە ۋاقتى بىلىق تۇتۇش، كىتاب كۆرۈش ياكى ئۇششاق ئىشلارنى قىلىش بىلەن ئۆتىدىكەن. مەسىلەن: كەچتە نېمە تاماق ئەتسەم بولار، ياكى ئۇ يەرگە بارغاندا نېمە ئۇسكۇنە ئېلىۋالسام بولار دېگەندەك. ئاتا-ئانىسىدىن نۇرغۇن مىراس قالغىنى ئۈچۈن، پۇلدىن غەم قىلمايدىكەن، ئۆزىمۇ ئەقىللىق ئىكەن. بىرىنچى قېتىملىق دىياگنوزدىلا ئۇ ئۆزىنىڭ پسىخىك نورماللىسىزلىقىنى ئېتىراپ قىلدى.

ئۇ: «مەن ھاياتىمنى ئەڭ يۇقىرى لايىھەگە ئىگە قىلىشىم كېرەكلىكىنى بىلىمەن، بىراق مەن ئۇلۇغۋارلىرىنى دېمىگەندىمۇ، ئەڭ ئەقەللىي قارارلارنىمۇ قىلالمىدىم. مەن بىرەر كەسىپنى مۇقىم ئىشلىشىم كېرەك ئىدى، ماگىستىرلىقنى ئوقۇشۇم ۋە مەلۇم بىر كەسىپنى ئۆگىنىشىم كېرەك ئىدى، بىراق ھېچقانداق ئىشقا كىرىشەلمىدىم. مەن ئوقۇتقۇچىلىقنى، سەنئەت تەتقىقاتىنى، دىپلومات بولۇشنى، دوختۇرلۇقنى، زىرائەت ياكى ئېكولوگىيەنى ئويلاشقان، بىراق ئۇلار قىزىقىشىمنى قوزغىيالمىدى. مەن پەقەت ئىككى كۈن قىلىپ باقىمەن، ھەر بىر ساھە بەرداشلىق بەرگۈسىز قىيىن ئىكەن. ياشاشمۇ بەرداشلىق بەرگۈسىز تەس ئىكەن» دېدى.

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى www.uyghurkitap.com

ئۇنىڭ دېيىشىچە، مەسىلە ئۇ ئۇنىۋېرسىتېتقا كىرگەن 18 ياش ۋاقىتلىرىدا باشلانغانىكەن، ئۇنىڭدىن ئىلگىرى ھېچقانداق مەسىلە يوقكەنمىش. ئۇ بىر ئالاھىدە بالا بولۇپ، ئائىلىسى باي، ئىككى ئاكىسى بار ئىكەن. پەقەت ئاتا-ئانىسى كۆڭۈل بۆلمەيدىكەن. ئۇ بىر شەخسىي ياتاقلىق مەكتەپتە ئوقۇغان بولۇپ، نەتىجىسى بەك ياخشى ئىكەن، ئۇ شۇ ۋاقىتتا بىر قىزغا ئاشىق بولۇپ قالغانىكەن (ئېھتىمال مەسىلىنىڭ مەنبەسى مۇشۇ يەردە بولسا كېرەك)، بىراق ئالىي مەكتەپكە كىرىشكە ھەپتە قالغاندا قىز ئۇنى رەت قىلىپتۇ. شۇنىڭدىن كېيىن ئۇ چۈشكۈنلىشىپ، بىر يىلغىچە مەيخانىدىن چىقماپتۇ. بىراق نەتىجىسى يەنىلا ئەلا ئىكەن. كېيىن ئۇ بىر قانچە قېتىم مۇھەببەتلىشىپ بېقىپتۇ، بىراق ھېچقايسىسى بىر باشقا چىقماپتۇ. ئۇنىڭ نەتىجىسمۇ چېكىنىشكە باشلاپ، دېسسىرتاتسىيەنى قايسى تېمىدا يېزىشنىمۇ قارار قىلالمىغۇدەك ئەھۋالغا چۈشۈپ قاپتۇ. ئۈچىنچى يىللىقتا، ئۇنىڭ يېقىن دوستى خېلى قاتناش ۋەقەسىدە ئۆلۈپ كېتىپتۇ، شۇنىڭ بىلەن ئۇمۇ ھاراقنى تاشلاپتۇ.

بىراق ئىككىلىنىش ھالىتى بارغانسېرى يامانلىشىپتۇ، ھەتتا ئوقۇش پۈتكۈزۈش دېسسىرتاتسىيەسىنىمۇ قايسى تېمىدا يېزىشنى قارار قىلالماپتۇ. ئۇ ئوقۇش نومۇرىنى تولۇقلاش ئۈچۈن، مەكتەپ سىرتىدا بىر ئېغىز ئۆي ئىجارە ئېلىپ تۇرۇپتۇ. پەقەت بىر قىسقىغىنە ماقالە ئۈچۈن، باشقىلار بىر ئاي سەرىپ قىلسا، ئۇ ئۈچ يىلدىمۇ پۈتكۈزەلمەپتۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن، يەتتە يىلدىن بېرى، ئۇ ھېچقانداق ئىش قىلماي، ئورمانلىقتا تۇرغانىكەن.

ئىد ئۆزىنىڭ مەسىلىسىنى جىنسىيەت بىلەن مۇناسىۋەتلىك دەپ قارايدىكەن. ئۇنىڭ قىيىن كۈنلىرى سۆيگۈنىدىن ئايرىلىپ قالغاندىن كېيىن باشلانغان ئەمەسمۇ؟ بۇ زادى قانداق ئەھۋالدۇر؟ ئۇ فرېئودنىڭ ئەسەرلىرىنى ئەڭ تولۇق ئوقۇغان، ھەر بىر ئەسىرىنى قويماي ئوقۇغان (مەندىنمۇ تولۇق ئوقۇغانىكەن) بىر ئادەم قانداقسىگە بۇنداق بولىدۇ؟

شۇڭا داۋالاشنىڭ ئالدىنقى ئالتە ئېيىدا بىز دىققىتىمىزنى ئۇنىڭ باللىق دەۋرىدىكى جىنسىيەت كەچمىشىگە قاراتتۇق، بىراق ھېچقانداق نەتىجىگە ئېرىشەلمىدۇق. بىراق ئۇنىڭ خاراكتېرىدە ساقلانغان بىر قانچە

قىزىقارلىق مەسىلە ئاشكارىلىنىشقا باشلىدى. شۇلارنىڭ بىرى ھەرقانداق ئىشقا قىزغىنلىق يوق ھالەت ئىدى. ئۇ ئەتىسى كۈننىڭ ئوچۇق بولۇشىنى ساقلايدىكەنىۇ، بىراق ئەتىسى ھاۋا ئوچۇق بولغاندا، مۇرىسىنى قىسىپ قويۇپ: «قانداق بولسا ئوخشاش، ئىشقىلىپ كۈن ھامان ئۆتىدىكەنغۇ» دەيدىكەن. بىر قېتىم ئۇ كۆلدىن يوغان بىر موكا بېلىقنى تۇتۇۋاپتۇ، بىراق «مەن بىر ئادەم يەپ بولالمىغۇدەكمەن، بىللە يەپ ھۇزۇرلانغۇدەك دوستۇممۇ يوق» دەپ يەنە كۆلگە قويۇۋەتكەنىكەن.

بۇ خىل قىزغىنلىقسىز ھالەت ھەرقانداق ئىشقا پەرۋاسىز مۇئامىلە قىلىدىغان قىلىپ قويىدۇ. ئۇ پۈتۈن دۇنيا بىمەنە، ھەرقانداق شەيئىنىڭ چاتىقى بار دەپ قارايدىكەن. مەن ئۇنىڭ بۇ خىل قۇسۇر تاپىدىغان پوزىتسىيەسى ئارقىسىدا، ئۆزىنىڭ كەيپىياتىغا تەسىر يەتكۈزىدىغان ھەرقانداق ئىشتىن ئارىلىق ساقلامدىغاندۇ، دەپ گۇمانلىنىشقا باشلىدىم. بىراق تىدنىڭ ھەممە نەرسىنى مەخپىي تۇتىدىغان مىجەزى داۋالاشنىڭ تەرەققىياتىنى بەكلا ئاستىلىتىۋەتتى. مەن ئامال بار ئۇنىڭ ئاغزىدىن نۇرغۇن ماتېرىياللارنى سوراپ بىلىۋېلىشنى قارار قىلدىم.

ئۇ ماڭا مۇنداق بىر چۈشىنى ئېيتىپ بەردى: «مەن بىر دەرسخانىدىمىشمەن، مەلۇم بىر نەرسىنى، مەنمۇ نېمىلىكىنى بىلمەيمەن، بىر ساندۇققا سېلىپ، ھېچكىمنىڭ ئۇنى بىلىپ قالماسلىقى ئۈچۈن ساندۇقنى مەھكەم مىخلاپتىمىشمەن. ئاندىن ساندۇقنى ئورمانلىققا ئاپىرىپ يوشۇرۇپ، يەنە ۋىنتىلار بىلەن مەھكەم چىگىتىپتىمىشمەن، سىنىپتا ئولتۇرۇپ، تويۇقسىز ۋىنتىلارنىڭ تولۇق چىگىمىغانلىقىنى سېزىپ، جىددىيلىشىشكە باشلاپتىمەن، شۇڭا ئورمانلىققا بېرىپ، ۋىنتىلارنى تولۇق چىگىتقاندىن كېيىن، ئاندىن خاتىرجەم بولۇپتىمىشمەن ۋە دەرسخانىغا قايتىپتىمىشمەن.

باشقىلارغا ئوخشاش، چۈشتىكى دەرسخانا ۋە دەرس تىدقا نىسبەتەن ئېيتقاندا، روھىي داۋالاشنىڭ سىمۋولىدۇر. بىراق ئۇنىڭ نېۋرۇزىنىڭ سەۋەبىنى تېپىشىمغا پايدىسى يوق.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

يىپ ئۇچىنىڭ كۆرۈلۈشى

داۋالىنىش ئالتىنچى ئايغا قەدەم قويغاندا، تىدىنىڭ ئىگىدىن بەزى يوچۇقلار كۆرۈلۈشكە باشلىدى. مېنىڭ يېنىمغا كېلىشتىن بۇرۇنقى بىر ئاخشىمى ئۇ بىر دوستىنىڭ ئۆيىگە ئويىنىغىلى بېرىپتۇ، ئۇ ئۇ يەردىكى ئەھۋالنى توختىماي سۆزلەپ كەتتى: «نېمانچە تېتىقسىز بەزمە بۇ، ئۇ مېنى ئۆزى سېتىۋالغان يېڭى پىلاستىنكىنى ئاڭلىشىم ئۈچۈن چاقىرىپتىكەن. نىل دايمودنىڭ ‹ئاسمان-زېمىن بىر قوشتۇر› ناملىق كىنوسىغا قىستۇرۇلغان مۇزىكىنىڭ ئەسلىي نۇسخىسىكەن. بىزارلىق، مەن تەربىيە كۆرگەن ئادەملەرنىڭ نېمە ئۈچۈن بۇنداق زېرىكىشلىك نەرسىلەرنى ئاڭلايدىغانلىقىنى چۈشەنمىدىم، بۇنى تېخى مۇزىكا دېيىشىدىكەن.»

ئۇنىڭ رەددىيەسى ناھايىتى كۈچلۈك ئىدى. مەن ئۇنىڭ گېپىگە قۇلاق سالدىم ۋە دېدىم:

— «ئاسمان-زېمىن بىر قوشتۇر» دېگەن بىر دىنىي كىتابقۇ، مۇزىكىمۇ دىنىي تۈسكە ئىگىمىكەن؟

— ئەگەر سىز ئۇنى مۇزىكا دېسىڭىز، بەلكىم ئۇنىڭغا دىنىي تۈس بار دېيىشكىمۇ بولىدۇ.

— بەلكىم سىز ئۇنىڭدىكى دىنىي تۈسنى ياقتۇرسىڭىزمۇ، بىراق مۇزىكىنى ياقتۇرمىغان بولۇشىڭىز مۇمكىن.

— بەلكىم، مەن ئۇنداق دىندىن بىزار! —دېدى تىد.

— ئۇنداق دىن دېگىنىڭىز قايسى دىن؟

— ھېسسىي، ساختا ھېلىقى دىنچۇ؟ ئۇ يىرگىنىچ مىمىكىسى بىلەن بۇ سۆزلەرنى دېدى.

—ئۇنىڭدىن باشقا يەنە قانداق دىن بار؟
تىد گاڭگىراپ قالدى ۋە ھۇدۇقۇش ئىچىدە جاۋاب بەردى:
—مېنىڭچە يوقمىكىن، ئىشقىلىپ دىن مېنى قىزىقتۇرالمايدۇ.
—ئەزەلدىن مۇشۇنداقمۇ؟
ئۇ ئەپسۇسلۇق بىلەن كۈلۈمسىرىدى:
—ياق، مەن ياشلىقىمدا دىنغا پۈتۈن ۋۇجۇدۇم بىلەن ئىشەنگەن، تولۇق 3-يىللىقتا مەن تېخى چېركاۋدا ئىشلىگەن.
—كېيىنچۇ؟
—نېمە كېيىن؟
—سىزنىڭ دىنىي ئېتىقادىڭىز نېمىشقا ئۆزگەردى؟
—مەن چوڭ بولغاندىن كېيىن، ئۇنىڭغا موھتاج بولمىغاندىمەن بەلكىم.
—سىز قانداق چوڭ بولدىڭىز؟
—بۇ نېمە دېگىنىڭىز؟ —تىد ئاچچىقلانغاندەك دېدى، —ئادەملەر قانداق چوڭ بولىدۇ؟ تەبىئىيلا، شۇنداق بىر ئىش.
—سىز قايسى ۋاقىتتىن باشلاپ چوڭ بولغىنىڭىزنى، دىنغا موھتاج بولمايدىغانلىقىڭىزنى بايقىغان؟
—مەن بىلمەيمەن، ئىشقىلىپ مەن سىزگە دەپ بەرگەن، مەن ئۇنىۋېرسىتېتقا بارغاندىن كېيىن چېركاۋغا بېرىپ باقمىدىم.
—راستلا بارمىدىڭىزمۇ؟
—بىر قېتىممۇ بارمىدىم.
—سىز تولۇق ئوتتۇردا چېركاۋدا ئىشلىگەنىكەنسىز، كېيىن تەتىلدە بىر قېتىملىق ياردىن ئايرىلىشتىن كېيىن، چېركاۋغا قايتا بارماپسىز. بۇ خىل ئۆزگىرىش جىددىي بولۇپتۇ، سىزنىڭچە بۇ ئىشنىڭ قىز دوستىڭىزنىڭ سىزنى رەت قىلىشى بىلەن مۇناسىۋىتى بارمۇ؟
—مېنىڭچە، بۇ ناھايىتىمۇ مەنىسىز بىر گەپكەن، مېنىڭ نۇرغۇن ساۋاقداشلىرىمنىڭ مۇشۇنداق ئۆتمۈشى بار. ئىشقىلىپ ئۇ ۋاقىتلاردا دىنغا ئىشىنىش مودا بولغان. قىز دوستۇمنىڭ ئىشىنىڭ بۇنىڭ بىلەن مۇناسىۋىتى

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

بارمۇ-يوقمۇ، ئۇنى بىلمەيمەن، مەن پەقەت شۇنىڭدىن كېيىن دىنغا قىلچىلىك قىزىقىشىم قالمىغانلىقىنى بىلىمەن.

تەخمىنەن بىر ئايدىن كېيىن بوسۇش يۈز بەردى. بىز تىدنىڭ ھەرقانداق ئىشقا تۇتقان پەرۋاسىزلىقى ئۈستىدە سۆزلىشىۋاتاتتۇق. ئۇ مۇنداق بىر ئىشنى ئېتىراپ قىلدى: «مېنىڭ ئاخىرقى قىزغىنلىقىم ئون نەچچە يىللار ئىلگىرى، مەن ئۇنىۋېرسىتېتنىڭ ئۈچىنچى يىللىقىدا، ئىنگلىز تىلى مودېرنىزم شېئىرىيىتى ھەققىدە دىسسېرتاتسىيەمنى ناھايىتى ئەستايىدىل يېزىۋاتاتتىم.

— نېمە تېمىدا ئىدى؟ — سورىدىم.

— ئۆزۈن بولغاچ ئۇنتۇپ قاپتىمەن.

— يالغان، ياخشى ئويلىسىڭىز، ئەسلىيەلەيسىز.

— ئېھتىمال گىراد مانلىي خوپكىنىس دەيدىغان بىر مودېرنىزمچى شائىرنىڭ شېئىرلىرى ھەققىدىكى دەيمەن، ئېھتىمال «ئەبجەش ئېستېتىكا» ناملىق شېئىرى ئۈستىدە ئاساسلىق توختالغانمەن.

مەن كىتاب جاھازامدىن ئۇنىۋېرسىتېتتىكى ئىنگلىزچە شېئىرلار دەرسلىكىمنى ئالدىم. 819-بەتتىكى «ئەبجەش ئېستېتىكا»نى ئوقۇدۇم:

چىپار شەيئىلەر تەڭرىنى مەدھىيەلەش ئۈچۈندۇر،
زەڭگەر ئاسمان بەئەينى چىپار كالىغا ئوخشايدۇ،
ئەتىرگۇل پورىكى ئۈزۈۋاتقان راكىنى يۇقۇملاندۇرغان،
پارتلاشتىكى يالقۇنلار سۇ قۇشقىچىنىڭ قاناتلىرىدۇر،
قاتلاملارغا ئايرىلغان مەنزىرە، تاغ باغرى، ئېتىزلىق، نەشپۈتزارلىق،
ھەر خىل كەسىپ، ئىشچى، قورال ۋە يۈك-تاق
قارىمۇقارشى، ئېپتىدائىي، ئارتۇقچە، غەيرىي شەيئىلەر،
ئۆزگىرىشچان شەيئىلەر ئارىلاشقان (قانداق بولغىنىنى كىم بىلىدۇ؟)
تېزلىكتىكى ئاستىلىق، تاتلىقلىقتىكى چۈچۈمەللىك، يورۇقلۇقتىكى قاراڭغۇلۇق.
ئۇ ئاددىيلىقتىن ھالقىغان گۈزەللىكتۇر،

مەن چوڭقۇر ھاياجانلانغان ھالدا ئېيتتىم:
—بۇ ناھايىتى لەززەتلىك بىر شېئىر.
—شۇنداق.
—بۇ بىر دىنىي تۇسى ناھايىتى قويۇق بىر شېئىر.
—شۇنداق.
—سىزنىڭ بۇ دېپسسىرتاتسىيەرىڭىز كۆزلۈك كۇرس ئاخىرلاشقاندا تاماملانغان، ئۇ بىرىنچى ئاي ئىدى، شۇنداقمۇ؟
—شۇنداق.
—ئەگەر ئېسىمدە خاتا تۇتۇۋالمىغان بولسام، شۇ يىلى ئىككىنچى ئايدا خېلى ۋەقەگە ئۇچرىغان، شۇنداقمۇ؟
—شۇنداق.
مۇشۇ يەرگە كەلگەندە، مەن كېيىنكى قەدەممدە نېمە قىلىشىمنى بىلەلمەي جىددىيلىششكە باشلىدىم. ئاندىن ھەممىنى بىۋاستە سەزگۈمگە قويۇپ بەردىم:
—مۇشۇنداق بولغاندا، سىز 17 يېشىڭىزدا تۇنجى يارىڭىز تەرىپىدىن رەت قىلىنىپ، دىنىي ئېتىقادىڭىزدىن ۋاز كەچتىڭىز. ئۇچ يىلدىن كېيىن جانجىگەر ئاغىنىڭىز خېكنىڭ ۋاپاتىدىن كېيىن لەززەتتىن ۋاز كەچتىڭىز، شۇنداقمۇ؟
—ۋاز كەچمىدىم، ئەكسىچە ئۇلار مېنى قىزىقتۇرالماس بولۇپ قالدى، —دېدى تىد يۇقىرى ئاۋازدا خۇددى بىرەرسىگە ۋارقىراۋاتقاندەك، مەن ئەزەلدىن ئۇنىڭ بۇنداق ھاياجانلانغىنىنى كۆرمىگەنىدىم.
—تەڭرى سىزنى رەت قىلغانلىقى ئۇچۇن، سىزمۇ تەڭرىنى رەت قىلدىڭىز، شۇنداقمۇ؟
—نېمىشقا بولمىغۇدەك، —دېدى ئۇ زەردە بىلەن، بۇ دۇنيا بەك رەھىمسىزكەن، ئەزەلدىن رەھىمسىز دۇنياغۇ بۇ.
—مەن تېخى باللىقىڭىزنى ناھايىتى خۇشال ئۆتتىمىكىن دەپتىم؟

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

— ياق، ئۇمۇ رەھىمسىزلىككە تولغان.

ئەسلىدە ئىش مۇنداق ئىدى: تىدنىڭ باللىق تۇرمۇشىمۇ قانلىق بىر جەڭ مەيدانى ئىدى. ئۇنىڭ ئىككى ئاكىسى ئۇنى رەھىمسىزلەرچە ئۇراتتىكەن. ئاتا-ئانىسى ئۆزئارا كەسپكە بېرىلگەن ھەم بىر-بىرىگە ئۆچ بولۇپ، باللىرىنىڭ تۇرمۇشىغا ناھايىتىمۇ پەرۋاسىز قارىغان، ئۇلارنى قوغدىمىغان. شۇڭا تىد ئۆزى يالغۇز ئادەمسىز يەرلەردە ئايلىنىپ ئۆزىگە تەسەللى تاپقان. بۇنىڭدىن بىلەلەيمىزكى، تىدنىڭ ئادەملەردىن قاچىدىغان زاھىدلارچە تۇرمۇشى ئۇن نەچچە يېشىدىلا باشلىنىپ بولغان. ياتاقلىق مەكتىپمۇ ناھايىتى تار بىر دۇنيا بولۇپ، گەرچە بوزەك قىلىنمىغان ۋە بىر ئاز ئازادىلەشكەن بولسىمۇ، بىراق تەنھالىقتا ئۆتكەن. تىد بۇ ئىشلارنى سۆزلىگەندە، ئۇنىڭ دۇنياغا بولغان نەپرىتى تېگى-تېگىدىن ئېتىلىپ چىقاتتى. كېيىنكى بىر قانچە ئاي ئىچىدە ئۇ ماڭا باللىقتىكى ئوقۇبەتلىرىنى، خېكنىڭ ئۆلۈمدىن كېيىنكى ئۆلۈم تەشۋىشى، يەكلىنىش، ئۈمىدسىزلىك كەچمىشلىرىنى ئەسلەپ بەردى. ئۇنىڭ پۈتۈن ھاياتى ئۆلۈمگە، ئوقۇبەتكە، خەتەرگە ۋە زۇلۇمغا تولغان داشقازانغا ئوخشايتتى.

ئۆلۈمدىن قېچىش كەچمىشى

15 ئايلىق داۋالاش ئارقىلىق، ئاخىرى بۇرۇلۇش نۇقتىسىنى تاپتىم. بىر كۈنى تىد كىچىك بىر خاتىرىنى كۆتۈرۈپ كەپتۇ. ئۇ: «سىز دائىم مېنى ئۆزۈڭنى بەك مەخپىي تۇتىسەن دەيسىز، ئەھۋال بەلكىم شۇنداقتۇ، ئاخشام بىر كونا چامادانىنىڭ ئىچىدىن مېنىڭ بۇ ئىككىنچى يىللىقتىكى كۈندىلىك خاتىرەمنى تېپىۋالدىم، ئۆزۈممۇ قايتا ئوقۇپ باقمىدىم، ئۇنى سىزگە بېرەي، ئېھتىمال سىز قىزىقىدىغان بىرەر نەرسە چىقىپ قالسا ئەجەب ئەمەس» دېدى.

مەن ئىككى كەچتىن پايدىلىنىپ بۇ خاتىرىنى ئوقۇپ چىقتىم. بىراق ئۇنىڭ شۇ ۋاقىتتىكى تەنھالىقنى ئىسپاتلايدىغان دەلىلدىن باشقا ئالاھىدە پۇتۇلمىلەر يوق ئىدى. ئادەمنى ئەڭ جەلپ قىلىدىغىنى شۇ يىلى بىرىنچى ئاينىڭ يەكشەنبىسىدە، ئۇنىڭ يالغۇز تاغقا چىققاندا ئۇچرىغان ۋەقەلىرى بولسا كېرەك، ئۇ بىر قارا بوراندا قېلىپ، يېرىم كېچىدە ئاندىن ياتاققا قايتقان خاتىرىسى ئىدى. ئۇ مۇنداق يازغانىدى: «خاتىرجەملىك ماڭا يەنە بىر خىل ئەسەبىيلىك سېزىمىنى سەزدۈردى، خۇددى ئاشۇ قېتىم ئۆلۈمدىن قېچىپ قۇتۇلغانغا ئوخشاش». كېيىنكى قېتىم كۆرۈشكەندە، مەن بۇنىڭ قانداق ئىشلىقىنى سورىدىم. ئۇ: «مەن سىزگە دەپ بەرگەن» دېدى. ئۇ ھەر قېتىم شۇنداق دەيتتى، مەلۇم بىر نەرسىنى يوشۇرۇۋاتقادەك، مەن بۇ نۇقتىنى بىلىپ قالغانىدىم، شۇڭا مەن قايتا-قايتا سوراۋەردىم.

ئۇ ئاخىرى: «مەن بىرىنچى يىللىقتىن ئىككىنچى يىللىققا كۆچىدىغان تەتىلدە، فلورىداغا ئىشلىگىلى بارغىنىمنى سىز بىلىسىز، ئۇ چاغدا بىر قېتىملىق قارا بورانغا ئۇچرىدىم. سىز مېنىڭ قارا بوراندىن ھۆزۈر

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئالدىغان مىجەزىمنىڭ بارلىقىنى بىلىسىز، شۇڭا مەن بوراندا پورتقا باردىم. بىر دولقۇن مېنى دېڭىزغا چۆكتۈردى، يەنە بىر دولقۇن مېنى قىرغاققا چىقىرىپ قويدى. مانا مۇشۇنداق ئاددىي، بىردەملىكلا.

مەن ئىشەنمىگەن هالدا سورىدىم: «سىز شۇ بوراندا پورتقا باردىڭىزمۇ؟

—مەن قارا بوراننى ياخشى كۆرىمەن، مەن تەبىئەتنىڭ ئەسەبىيلىكىدىن بەھرە ئېلىشنى ياخشى كۆرىمەن.

—بۇنى چۈشىنىمەن، مەنمۇ ھەم شۇنداق، بىراق مەن ئۆزۈمنى ئۇنداق خەتەرگە تاشلاپ بەرمەيمەن.

تىد سەل تاتارغان ھالدا جاۋاب بەردى: «سىز مېنىڭ ئۆلۈۋېلىش ئىستىكىمنىڭ بارلىقىنى بىلىسىز، ئۆزۈممۇ ئانالىز قىلىپ باققان، ئۇ يازدا مەن راستلا ئۆزۈمنى ئۆلتۈرۈۋېلىشنى ئويلىغان، ئەمدى بولدىمۇ. راست گەپنى قىلسام، مەن ئۇ ۋاقىتتا پورتقا ئۆلۈۋالغىلى بارغانلىقىمنى ياكى ئۇنداق ئەمەسلىكىنى بىلمەيمەن، بىراق مەن ھەقىقەتەن ھاياتىمغا پەرۋا قىلمايتتىم.

—سىز دېڭىزغا چۈشۈپ كەتتىڭىز؟

—شۇنداق، نېمە ئىش يۈز بەرگىنىنى جەزملەشتۈرەلمەيمەن، ناھايىتى كۈچلۈك دولقۇن، ھېچنېمىنى كۆرەلمىگەنىدىم. مەن ئۇ دولقۇننىڭ ناھايىتى غايەت زورلۇقىنى ھېس قىلدىم. ئەمدى پورتقا بېرىشىمغا سۇغا چۈشۈپ كەتتىم، ئۆزۈمنى قۇتقۇزغىدەك ئىقتىدارىم يوق ئىدى. ئەسلىدە ئۆلدۇم دەپ ئويلىغانىدىم، بەكلا قورققانىدىم. بىردەمدىن كېيىن، نامەلۇم كۈچ تەرىپىدىن قىرغاققا ئېتىلدىم. ساھىلدا ياتاتتىم، ئۆمىلىگىنىمچە چىقتىم، بىراق يارىلانمىغانىدىم.

—بۇ قېتىمقى ئىشتىن قانداق تەسىراتقا ئېرىشتىڭىز؟

تىد كەسكىن سورىدى:

—تەسىرات دېگەن نېمە؟

—ھېچنېمە، بۇ ئۆلۈمدىن قۇتۇلغاندىن كېيىن نېمىلەرنى ئويلىدىڭىز؟

— ھە، تەلىيم باركەن، دېدىم شۇ.

— تەلەي، دولقۇننىڭ سىزنى قىرغاققا قايتۇرۇشى بىر خىل ئۇدۇل كېلىپ قېلىشمۇ؟

— ئەلۋەتتە، شۇنداقلا بىر ئىش.

— بەزىلەر بۇنى مۆجىزە دەپ ئاتايدۇ.

— مەن تەقدىر دەپلا ئويلىدىم.

— تەقدىر بولغان تەقدىردىمۇ، — دېدىم مەن، — تىد، بەختسىزلىككە ئۇچرىسىڭىز تەگرىنىڭ جازاسى دەپ بىلىسىز، دۇنيادىن نارازى بولىسىز. بىراق مۆجىزىگە ئۇچرىغاندا، تەلەي دەپ قارايسىز، بۇنى قانداق چۈشىنىمىز؟

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

ئېتىقادنىڭ قايتىدىن بىخلىنىشى

تىد ئۆزىنىڭ قوش بىسلىق ئۈلچىمىنى ھېس قىلىپ يەتكەندىن كېيىن، تەدرىجىي ئەتراپىدا يۈز بەرگەن ياخشى ئىشلارغا دىققەت قىلىشقا باشلىدى. قاراڭغۇلۇقنىڭ مەۋجۇتلۇقىغىلا ئەمەس، يورۇقلۇقنىڭ مەۋجۇتلۇقىغىمۇ ئىشەندى. ئۇ خېلى ۋە باشقىلارنىڭ ئۆلۈمى ھەققىدە ۋە ھايات ھەققىدە قايتا ئويلاندى. ھاياتنىڭ ئوقۇبىتىدىن ساقلانغىلى بولمايدىغانلىقىنى ۋە ھاياتنىڭ ئەسلىدە زىددىيەت «رەڭگارەڭ»لىكىگە ۋە «ئەبجەش»لىككە تولغانلىقىنى ئېتىراپ قىلدى. ئىككىمىزنىڭ ئارىسىدىكى مۇناسىۋەتمۇ بارغانسېرى يېقىنلىق، تۇغقانچىلىق ۋە خۇشاللىققا ئايلاندى. ئۇ قىزلار بىلەن ئۇچرىشىشقا چىقتى، تاشقى دۇنياغا نىسبەتەن قىزغىنلىقى پەيدا بولدى. ئۇنىڭ دىنىي ئېتىقادىمۇ قايتىدىن بىخلىنىشقا باشلىدى، ھەر يەردە تۇغۇم بىلەن ئۆلۈمنى، يارىلىش بىلەن يوقىلىشنىڭ مەخپىيىتىنى تەڭ كۆرىدىغان بولدى. ئۇ بىر قىسىم دىنىي مۇزىكىلارنى ئاڭلاپ كۆردى، ئىلاھىيەتشۇناسلىق كىتابلىرىنى ئوقۇدى، يەنە تېخى «ئاسمان-زېمىن بىر قۇشتۇر» دىن بىرنى سېتىۋالدى.

ئىككى يىللىق داۋالاشتىن كېيىن، بىر ئەتىگىنى، تىد «ئوقۇش پۈتكۈزگەن»لىكىنى جاكارلىدى ھەمدە «مەن پسىخولوگىيە ئاسپىرانتلىقىدا ئوقۇشنى ئىلتىماس قىلىمەن، سىز بەلكىم باشقىلارنى دوراۋاتىسەن دېيىشىڭىز مۇمكىن، بىراق مەن ئويلىنىپ بولدۇم، مەن ئوقۇيمەن» دېدى.

—بارغىن. —دېدىم مەن ئىلھام بېرىپ.

—ئادەم مۇشۇنداق ھەقىقىي ئىشلار بىلەن شۇغۇللانسا بولىدىكەن، ئەگەر ئوقۇش كېرەك بولسا، مەن مۇشۇنداق ئەمەلىي دەرسلىكنى

ئوقۇيمەن. ئەڭ ئاخىرى شۇنى قارار قىلدىمكى، ئىنسانىيەتنىڭ قەلبى (پسىخىكىسى، ئېڭى) ئەڭ مۇھىمكەن، قەلبنى (پسىخىكىنى، ئاڭنى) داۋالاش تېخىمۇ مۇھىمكەن.

— سىزنىڭچە ئىنسانىيەتنىڭ قەلبىنى داۋالاش ۋە تەتقىق قىلىش ئەڭ مۇھىممىدۇ؟ — سورىدىم.

— ھە، مېنىڭچە، ئەڭ مۇھىمى تەگرى بولسا كېرەك.

— ئەمىسە نېمىشقا تەگرىنى تەتقىق قىلمايسىز؟

— بۇ نېمە دېگىنىڭىز؟

— ئەگەر تەگرىُ ئەڭ مۇھىم بولسا، نېمىشقا تەگرىنى تەتقىق قىلمايسىز؟

— نېمە دەۋاتقىنىڭىزنى راستلا چۈشىنەلمىدىم.

— ئۇنداقتا سىز چۈشىنىشنى خالىمايۋېتىپسىز.

— مەن راست چۈشەنمىدىم، ئادەم قانداقسىگە تەگرىنى تەتقىق قىلالىسۇن؟

— پسىخىكا تەتقىقات مەركىزى بولغىنىدەك، تەگرى تەتقىقات مەركىزىمۇ بار.

— دەۋاتقىنىڭىز ئىلاھىيەتشۇناسلىق ئىنستىتۇتى؟

— شۇنداق.

— سىز مېنى پوپ بولسۇن دېمەكچىمۇ؟

— شۇنداق.

تىد كەسكىن جاۋاب بەردى:

— ئۇنداق قىلسام بولمايدۇ.

— نېمىشقا بولمايدۇ؟

— پسىخولوگ بىلەن پوپنىڭ نېمە پەرقى بار؟ — ئۇ ئۆزىنى قاچۇرغان ھالدا جاۋاب بەردى، — پوپلارمۇ پسىخولوگلارنىڭ ئورنىنى ئالسا بولىدۇ، يەنە كېلىپ، پسىخولوگلارمۇ مېسسىيونېرلارغا ئوخشايدۇ.

— ئەمىسە سىز نېمىشقا پوپ بولمايسىز؟

— نېمىشقا مېنى مەجبۇرلايسىز، كەسپىنى ئۆزۈم ئەركىن تاللايمەن،

پسخولوگلارنىڭ بىمارلارنىڭ ئورنىدا كەسىپ تاللاپ بېرىش ھوقۇقى يوق، —دېدى ئۇ تېرىكىپ.
—ئاڭلاڭ، —دېدىم مەن، —مەن سىزنىڭ ئورنىڭىزدا تاللاۋاتقان يېرىم يوق، مەن سىزگە ياردەملىشىپ ئانالىز قىلىشىپ بېرىۋاتىمەن، مەن سىزگە ياردەملىشىپ باشقا بىر تاللاشنى ئانالىز قىلىشىپ بېرىۋاتىمەن، باشقا بىر خىل مۇمكىنچىلىكنى ئەسكەرتىپ قويۇۋاتىمەن. سىز ئۆزىڭىز «تەگرى ئەڭ مۇھىم» دېدىڭىز، مەن سىزگە ئەڭ مۇھىم بولغان تەگرىنى تەتقىق قىلىدىغان كەسپىنى تاللاڭ دەۋاتىمەن، سىز تاللىمىسىڭىزمۇ بولىدۇ. سىز قىلالمايمەن دېسىڭىز، ھېچقىسى يوق، قىلالمايدىغان بولىسىز. بىراق نېمىشقا قىلالمايدىغانلىقىڭىز مېنىڭ مەسئۇلىيەت دائىرەمدىكى ئىش، سىز نېمىشقا بۇ خىل مۇمكىنچىلىكنى ئويلىشىپ باقمايسىز؟
—ئىشقىلىپ مەن پوپ بولسام بولمايدۇ. —تىد مەيۈسلەنگەن ھالدا جاۋاب بەردى.
—نېمىشقا؟
—چۈنكى پوپ دېگەن تەگرىنىڭ غالچىسى، بۇنى ھەممە بىلىدۇ، پوپ بولسام تەگرىگە ئىشىنىدىغانلىقىمنى ھەممە ئادەمگە ئاشكارىلىشىم كېرەك، ناھايىتى ئىخلاسمەن ئىكەنلىكىمنى بىلدۈرۈشۈم كېرەك، شۇڭا قىلالمايمەن.
—سىز مۇشۇنداق يوشۇرۇنۇپ ئۆتمەكچىمۇ؟ ھۇجرىدا ئىخلاسمەن بولالايسىز، كىشىلەرنىڭ ئالدىدا بولالمايسىز، شۇنداقمۇ؟
—ئاڭلاڭ، —دېدى تىد ئۇھسىنغان ھالدا، —سىز مېنىڭ ھېسسىياتىمنى چۈشەنمەيسىز، مەن ھەر قېتىم مەلۇم ئىشقا قارىتا قىزغىن ئىكەنلىكىمنى ئېيتسام، ئاكىلىرىم مېنى مەسخىرە قىلاتتى.
—ئۇنداقتا سىز ھازىرمۇ ئاشۇ ئون ياشلىق ۋاقتىڭىزدىمۇ؟ ھازىرمۇ ئاكىلىرىڭىز بىلەن بىرگە ياشاۋاتامسىز؟
—ئۇنداق بولمىغان بىلەن، —دېدى ئۇ يىغلامسىرىغىنىچە، —ئاتا-ئاناممۇ مۇشۇنداق ئۇسۇل بىلەن مېنى جازالايتتى. مەن خاتالىق

ئۆتكۈزسەم، ئۇلار مېنىڭ ياخشى كۆرىدىغان نەرسەمنى تارتىۋالاتتى. قاراپ باقايلى، تىد نېمىنى ياخشى كۆرىدىغاندۇ، ھە توغرا، كېلەر يەكشەنبە ھاماڭلارنىڭ ئۆيىگە بارىمىز، قاراڭلار ئۇنىڭ خۇشال بولۇپ كەتكىنىنى، ئەمىسە ئۇنى بارغىلى قويمايلى، مۇشۇنداق بېكىتتۇق. يەنە ئۇنىڭ ئوقياسىنى، ئۇنىڭ ئەڭ ئامراق ئويۇنچۇقىنىمۇ ئېلىۋالايلى دەيتتى، ھالبۇكى بۇ ئەڭ ئاددىيلىرى ئىدى. ئۇلار مېنىڭ ياخشى كۆرىدىغان بارلىق نەرسىلىرىمنى تارتىۋالاتتى. مېنىڭ ياخشى كۆرىدىغان نەرسىلىرىمنى ئېلىۋالاتتى.

ھازىر بىز ئاخىرى تىدتىكى نېۋرۇزنىڭ ھەقىقىي مەنبەسىنى تاپقاندۇق. شۇنىڭدىن كېيىن، تىد تەدرىجىي ئىرادىگە كېلىپ، ئەمدى ئاتا-ئانىسىنىڭ چەكلىمىسى ۋە ئاكىلىرىنىڭ بوزەك قىلىشىدىن قۇتۇلغانلىقىنى تونۇدى. شۇنىڭ بىلەن، ئۇنىڭدا ھاياتقا ۋە تەڭرىگە بولغان قىزغىنلىق قايتا پەيدا بولدى. كېيىن ئۇ ئىلاھىيەتشۇناسلىق ئىنستىتۇتىغا بېرىپ ئوقۇيدىغان بولدى، مېگىشتىن ئىلگىرى ماڭا بىر داۋالىنىش بېلىتى بەردى. دىققىتىمنى تارتقان بىر نۇقتا، ئۇنىڭ ئىمزاسىنىڭ ئورنىدا «تىد» ئەمەس، بەلكى ئۇنىڭ تولۇق ئىسمى «دېيدورى» تۇراتتى. مەن بۇنىڭ قانداق ئىشلىقىنى سورىدىم.

—كىچىك ۋاقتىمدا، —دېدى تىد، —ھاممام ماڭا تولۇق ئىسمىمنىڭ مەنىسىنى دەپ بەرگەنىدى. مەن «تەڭرىنىڭ سۆيگۈچىسى» دېگەن بۇ ئىسمدىن پەخىرلىنەتتىم. شۇڭا ئۇنىڭ مەنىسىنى ئاكىلىرىمغىمۇ دەپ بەردىم، بىراق ئۇلار مېنى قاتتىق مەسخىرە قىلدى، ئاپامغىمۇ دېيىشتى. شۇنىڭ بىلەن ئۇ ئىسمنى ئىشلەتمىدىم. نەچچە ھەپتە ئىلگىرى مەن بۇ ئىسمدىن نومۇس قىلسام بولمايدىغانلىقىنى بايقىدىم. شۇڭا بۇنىڭدىن كېيىن مۇشۇ تولۇق ئىسمىمنى ئىشلىتىشنى قارار قىلدىم. دېمىسىمۇ مەن ئەزەلدىن تەڭرىنى ياخشى كۆرىدىغان ئادەم تۇرسام، شۇنداق ئەمەسمۇ؟

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

بوۋاق ۋە يۇيۇندۇرۇش سۇيى

يۇقىرىقى مىساللارنىڭ ھەممىسى ئوخشاش بىر مەسىلىگە، تەگرىگە ئىشىنىش پىسخىك كېسەللىك پەيدا قىلامدۇ؟ دېگەن مەسىلىگە جاۋاب بېرىش ئۈچۈن بايان قىلىندى. ئەگەر بىز بالىلىقىمىزدىكى مائارىپ (تەربىيە) ۋە تۇرمۇشىمىزدىكى ئەنئەنىنىڭ خۇراپاتلىقىدىن قۇتۇلماقچى بولساق، ئۇنداقتا، بۇ مەسىلە ئۈستىدە توختالمىساق بولمايدۇ. بىراق يۇقىرىقى مىساللارنىڭ نەتىجىسىدىن قارىغاندا، مەسىلىنىڭ جاۋابى پەقەت بىرلا ئەمەس، بەزىدە جاۋابنى مۇئەييەنلەشتۈرۈشكە بولىدۇ. گەيس ئاتا-ئانىسى ۋە دىنىي ئۇيۇشمىنىڭ ئېتىقاد قارىشىنى ئۆز ئەينى ئۆزلەشتۈرۈۋالغان. نەتىجىدە پسىخىكىسىدا توسالغۇ كۆرۈلۈپ، قەلبى زەخىملەنگەن. بىردىنبىر ئامال ئېتىقادتىن گۇمانلىنىش ۋە ئېتىقادتىن ۋاز كېچىش ئىدى، شۇندىلا ئۇ تېخىمۇ كەڭ، تېخىمۇ قانائەتلىنەرلىك ۋە تېخىمۇ ھاياتىي كۈچكە ئىگە تۇرمۇشقا ئىگە بولالايتتى. مۇشۇنداق بولسىلا، ئۇ ئاندىن مۇكەممەل ئەركىنلىككە ئېرىشەلەيتتى. بەزىدە جاۋابنى ئىنكار قىلىشقا توغرا كېلىدۇ. مارىيەنىڭ ساغلاملىقى ئۇنىڭ بالىلىقتىكى تار دۇنيادىن قۇتۇلۇشقا باغلىق ئىدى، ئۇ تېخىمۇ كەڭ، ئىللىق دۇنياغا كىرمىسە بولمايتتى، ئوخشاشلا، ئېتىقاد ئۇنىڭ قەلبىدە جىمجىت ۋە تەبىئىي بىخلىنىشى كېرەك ئىدى. ھالبۇكى، تىدنىڭ قەلبى قايتا تۇغۇلمىغا ۋە ئېچىۋېتىلىشكە موھتاج ئىدى، ئۇ ئۆزىگە زىچ مۇناسىۋەتلىك ئېتىقادنى ئىزدەپ تاپمىسا بولمايتتى. بىز بۇ خىل قوش بىسلىق جاۋابقا قانداق يۈزلىنىشىمىز كېرەك؟ ھەقىقەتنى تېپىش ئاكادېمىكلارنىڭ مۇقەددەس بۇرچى، بىراق ئۇلار شۇنچىلىك ئاددىي ئادەملەر، باشقىلارغا ئوخشاش. ئۇلار پەقەت ئاددىيرەك جاۋابنى تېپىشنى ئۈمىد قىلىشىدۇ. مانا بۇ ئۇلار

دىن ۋە ئېتىقادنى تەھلىل قىلغاندا، ناھايىتى ئاسانلا پاتقاققا كىرىپ قالىدىغان سەۋەبتۇر. خۇددى بوۋاقنى ئۇنى يۇيۇندۇرغان سۇغا قوشۇپلا تۆكۈۋەتكەندەك ياكى ئۆز چەمبىرىكىنىڭ سىرتىدىكى ھەرقانداق شەيئىنى ئېتىراپ قىلماسلىقتەك ئىككى خىل پاتقاققا چۆكۈپ قالىدۇ. «تەڭرىنىڭ ھەقىقىي ئەھۋالى»نىڭ ئەتراپىدا زور مىقداردىكى بوۋاق يۇيغان سۇ تۇرغان بولىدۇ، مەسىلەن: دىن ئۈچۈن جەڭ قىلىش، دىنىي ھۆكۈم، ھايۋانلارنى قۇربانلىق قىلىش، ئادەمنى نەزىر قىلىش، خۇراپاتلىق، دۆتلۈك، دوگماتىزم، نادانلىق، رىيا، مەغرۇرلۇق، جاھىللىق، رەھىمسىزلىك، كىتاب كۆيدۈرۈش، قىزلارنى بوۋاق ۋاقتىدا ئۆلتۈرۈۋېتىش، مائارىپنى چەكلەش، تېررورلۇق، بويسۇندۇرۇش، بىنورماللىق ۋە ئەسەبىيلىك... قاتارلىق، ساناپ تۈگەتكۈسىز. بۇ خىل ئەھۋالدىن قارىغاندا، تەڭرى ئادەملەرگە يۈز كېلەلمەمدۇ ياكى ئادەملەر تەڭرىگە يۈز كېلەلمەمدۇ دەپ سورۇشتۇرگەندە، ئېتىقادنىڭ بۇزغۇنچىلىق خاراكتېرىگە ئىگە دوگماتىزمغا ئايلىنىپ كېتىدىغانلىقىدەك ئەھۋال مەۋجۇتتۇر. ئۇنداقتا مەسىلە ئادەملەرنىڭ تەڭرىگە ئىشەنگەنلىكىدىمۇ ياكى دوگماتىزمغا ئالدىنىپ قالغانلىقىدىمۇ؟ بەزى جاھىل ئاتېزمچىلار بىلەن ئۇچرىشىپ باققانلارنىڭ ھەممىسى بىلىدۇ، ئۇ خىل ئادەملەر تەڭرىگە ئىشەنمەيدۇ ھەم ئۆزىنىلا كۆرىدۇ. ئۇنداقتا بىزنىڭ ئىنكار قىلىۋاتقىنىمىز ئېتىقادمۇ ياكى دوگماتىزممۇ؟

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

پەن مۇجاھىدلىرى

بوۋاقنى «بوۋاق يۇيۇش سۈيى»گە قوشۇپ تۆكۈۋېتىدىغان ئىشلارنى ھەمىشە ئاكادېمىكلار سادىر قىلىپ قويىدۇ. بۇنىڭ خۇددى بىز بۇرۇن پەننى بىر خىل دىن دەپ ئاتىغىنىمىزغا ئوخشايدۇ. پەنگە يېڭى بېرىلگەن كىشىلەرنىڭ پوزىتسىيەسى خىرىستوسنىڭ كىرېستلىك ئارمىيەسى بىلەن ئىسلامدىكى دىنىي ئۇرۇش قوزغىغۇچىلارنىڭ خاراكتېرىگە ئوخشاپ كېتىدۇ. ئېھتىمال ئۇلارنىڭ ئائىلىسىگە ۋە مەدەنىيىتىگە لىق تولۇپ تۇرغان ئېتىقاد پەيدا قىلغان نادانلىق، خۇراپاتلىق، جاھىللىق ۋە رىيا تېخىمۇ ئېغىر بولىدۇ. ئىپتىدائىي ئېتىقادلارنىڭ كېلىپچىقىشىنىڭ ئارقىسىدا، ئەقلىي ئامىللار بولۇپلا قالماستىن، يەنە ھېسسىي ئامىللار بولىدۇ. شۇڭا ئاكادېمىكلار پەننىڭمۇ دىنغا ئېغىپ كېتىدىغان دوگماتىزم مۇمكىنچىلىكىنى ئېنىقلىۋالمىسا بولمايدۇ. مۇشۇنداق بولغاندا ئاندىن ئىلمىي بولىدۇ.

مەن بۇرۇندىنلا، باشقىلار بىزگە ئۆگەتكەن نەرسىلەرگە ۋە مەدەنىيەت تەرىپىدىن بېكىتىلگەن بارلىق نەرسىلەرگە پەننىڭ گۇمانلىنىش پوزىتسىيەسىنى قوللىنىپ، قەلب مۇكەممەللىكىگە يېتىشنى تەكىتلەپ كېلىۋاتىمەن. بىراق پەننىڭ ئۆزىمۇ بەزىدە مەدەنىيەتنىڭ بۇتى (خۇداسى) بولۇپ قېلىشتىن ساقلىنالمايدۇ، بىز بۇ نۇقتىدىنمۇ گۇمانلىنىشىمىز كېرەك.

بىز مۇكەممەللىككە يېتىش ئۈچۈن ئېھتىمال دىننى تەرك ئېتىشىمىز مۇمكىن، ۋە بەلكىم يەنە دىننى قايتىدىن قوبۇل قىلىشىمىزمۇ مۇمكىن. گۇمانغا تولغان ئاتېزىمچىلارنىڭ بىلمىسە بولمايدىغان بىر نۇقتىسى بىرقەدەر يۇقىرى قاتلاملىق دۇنيا قاراشتۇر. ئەكسىچە، بىزنىڭمۇ بارلىق ساختا «تەڭرى قارىشى»نىڭ ئارقىسىدا بىر ھەقىقىي تەڭرىنىڭ

مەۋجۇتلۇقىغا ئىشىنىشكە ئاساسىمىز بار. مەشھۇر ئىلاھىيەتشۇناس تىلىچ تىلغا ئالغان ئاتالمىش «تەڭرىنىڭ تەڭرىسى» دەل مۇشۇ مەنىدىدۇر؛ بىر قىسىم خىرىستىيان مۇخلىسلىرىنىڭ ھاياجان ئىلكىدە «تەڭرى ئۆلدى»، «تەڭرى مەڭگۈلۈكتۇر» دېيىشلىرىمۇ ئوخشاش قانۇنىيەتكە ئىگە. قەلب مۇكەممەللىكىنىڭ يولى ئاۋۋال خۇراپاتلىقتىن باشلىنىدۇ، ئاندىن بىلگىلى بولماسلىق نەزەرىيەسىگە كىرىدۇ، ئاخىرىدا بىلگىلى بولماسلىق نەزەرىيەسىدىن ئايرىلىپ، تەڭرىنى ھەقىقىي بىلىشتە توختايدۇ. 900 يىللار ئىلگىرىكى ئەۋلىيا سۇفى ئابا سەئىد ئىبنى ئابىكارنىڭ ماڭغىنى دەل مۇشۇنداق يول ئىدى. ئۇ مۇنداق دېگەن:

مەسچىت، بۇتخانا، چېركاۋلارنىڭ سوغۇق مۇنارلىرى غۇلاپ چۈشكەندىلا،

ئىبادەتلىرىمىز مۇقەددەسلىككە ئۆرلەيدۇ

ئېتىقاد گۇمانغا، گۇمان ئېتىقادقا ئايلانغاندىلا،

ئاندىن ھەقىقىي قەلب ئىگىلىرى تۇغۇلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئېتىقادنى تازىلاش

قەلب مۇكەممەللىكىدىن ئىبارەت بۇ يولنىڭ ئاتېزمدىن توغرا ئېتىقادقا تەرەققىي قىلالىشى-قىلالماسلىقىدىن قەتئىينەزەر، مارىيە بىلەن تىدنىڭ ئەقلىي يېتىلىشى، گۇمانلىنىش مەۋقەسىدە تۇرۇپ ئېتىقاد مۇكەممەللىككە يېتىشى ئەمەلىيەتتۇر، دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئەرزىيدىغىنى ئۇلار يېتىلدۇرگەن ئېتىقاد گەيىس قۇتۇلغان ئېتىقاد بىلەن تۈپتىن ئوخشىمايدۇ. دىنىنىڭ بىر قانچە تۈرگە بۆلۈنگىنىدەك، ئېتىقادنىڭ قاتلىمىمۇ نۇرغۇن تۈرگە بۆلۈنىدۇ. بەزى دىنلار مەلۇم ئادەملەرگە نىسبەتەن زىيانلىق بولۇشى مۇمكىن، بىراق بۇنى ھېس قىلالايدىغانلار ئاز.

بۇ خىل بىلىش پسىخىك داۋالاش بىلەن شۇغۇللىنىغان ئاكادېمىكلار ئۈچۈن ئالاھىدە مۇھىم. ئۇلار مۇكەممەللىك مەسىلىسىنى بىۋاستە بىر تەرەپ قىلالايدۇ، بىر ئادەمگە نىسبەتەن دىن سىستېمىسىنىڭ پايدىلىق ياكى ئەمەسلىكىگە ھۆكۈم قىلىش ئۇلارنىڭ مەسئۇلىيىتىدۇر. پسىخولوگلار فىرئودنىڭ سىستېمىسىغا تەۋە بولغانلىقتىن، ھېچبولمىغاندا شۇبھىچىلەرگە تەۋە بولغانلىقتىن، ئۇلارنىڭ ھەممىسى ئەسەبىي ئېتىقادنى بىر خىل كېسەللىك دەپ قارايدۇ. بەزىدە بۇ خىل پوزىتسىيەگە ئېغىپ كېتىشتىن ساقلىنالمايدۇ. نەچچە ئاي ئىلگىرى، مەن بىر ئالىي مەكتەپ ئوقۇغۇچىسىنى ئۇچراتتىم. ئۇ نەچچە يىل ئىلگىرى تەركىدۇنيا بولۇپ كەتكەن، بىر يىل ئىلگىرى پسىخولوگىيە ئۆگىنىشكە باشلىغان، ھازىرمۇ داۋاملاشتۇرۇۋېتىپتۇ. ئۇ: «مەن ئىزچىل پسىخولوگىيە بىلەن تەركىدۇنيالىقنىڭ باغلىنىشى بارلىقىنى دېيىشكە جۈرئەت قىلالمىدىم، مەن ئۇنى چۈشەنمەسىمكىن دەپ ئويلىدىم» دېدى. مەن بۇ ياشنىڭ

تەركىدۇنيالىق خاھىشىنى نېۋروز دەپ چۈشەندىم. ھەم ئۇنىڭغا: «سىز بۇ ئىشىنى ئۇستازىڭىزغا ئېيتىڭ، سىز ھەممىنى ئېيتىپ قىلىسىڭىز، داۋالاشنىڭ ئاندىن ئۈنۈمى بولىدۇ، بۇ ئىش ناھايىتى مۇھىم، سىز ئۇستازىڭىزنىڭ ئوبيېكتىپ پوزىتسىيەسىگە ئىشىنىشىڭىز كېرەك» دېيىشنى ئويلىدىم، بىراق دېمىدىم. چۈنكى ئۇ تېخىچە ئۇستازىنىڭ ئوبيېكتىپچانلىقىنى ۋە ئۇنى چۈشىنىدىغانلىقىنى جەزملەشتۈرەلمەيۋېتىپتۇ.

دىنىي ھەددىدىن زىيادە ئاددىيلاشتۇرۇۋالغان پسىخولوگلار، بەزىدە بىمارلارنى زىيانلىق مۇھىتقا باشلايدۇ. ئۇلار بارلىق دىنلارنى پايدىلىق دەپ مۇئەييەنلەشتۈرگەن تەقدىردىمۇ، دىنىي بىمارلارنىڭ دۇشمىنىگە ئايلاندۇرۇپ قويىدۇ، بارلىق مەسىلىلەرنى دىندىن كېلىپچىققان دەپ قارايدۇ. ئوخشاشلا، بىزمۇ بەكلا ئوبيېكتىپ قاراشلارنىڭ كەينىگە يوشۇرۇنۇۋالساق، بىمارلارنىڭ دىن مەسىلىسىنى سۆزلىمىسەك، مەسىلە ھەل بولمايدۇ. مەن ئوبيېكتىپ مەۋقەدە تۇرۇشنىڭ ئاسان ئەمەسلىكىنى چۈشىنىمەن، بىراق بارچە پسىخولوگلارنىڭ ئېتىقاد مەسىلىسىگە يولۇققان ۋاقىتتا، پىشقان ۋە سەزگۈر، بىتەرەپ پوزىتسىيەنى ساقلىشىنى ئۈمىد قىلىمەن.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

پەننىڭ بىر تەرەپلىمىلىكى

بەزى پسىخولوگلار بىمارلارنىڭ كۆرۈش سەزگۈسىدە بىر خىل غەلىتە كېسەللىكنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى بايقىغان. بۇ خىل بىمارلار پەقەت كۆز ئالدىدىكى تار دائىرىنىلا كۆرىدۇ، ئاستى-ئۈستى، ئوڭ-سولنى كۆرەلمەيدۇ. ئۇلار كۆز ئالدىدىكى ئىككى نەرسىنى تەڭ كۆرەلمەيدۇ، چوقۇم بىرىنى كۆرۈپ بولۇپ، ئاندىن يەنە بىرىنى كۆرىدۇ. بۇ خۇددى تونېلدىن ياكى تۇرۇبىدىن قارىغانغا ئوخشايدۇ. پەقەت تار چەمبىرەكتىكى نەرسىلارنىلا كۆرۈشتىن ئىبارەت بۇ ھالەتنى فىزىيولوگىيەلىك تەكشۈرگەندە ھېچقانداق مەسىلە كۆرۈلمىگەن. ئۇلار كۆز ئالدىدىكى مەلۇم بىر نەرسىگىلا باغلىنىپ قالغانلىقى ئۈچۈن، باشقا نەرسىلەرگە دىققەت قىلىشنى خالىمىسا كېرەك. پەن ئالىملىرىنىڭ بوۋاقنى يۆيۈندۇرغان سۇغا قوشۇپ تۆكۈۋېتىشىنىڭ مۇھىم سەۋەبلىرىدىن بىرى شۇكى، ئۇلار كۆپۈك ئىچىدە تۇرغان ئادەم (بوۋاق) نى كۆرەلمىگەن. نۇرغۇنلىغان پەن ئالىملىرى تەكرىنىڭ مەۋجۇتلۇقىغا ئائىت پاكىتلارغا توغرا قارىمايدۇ. ئۇلار «پەن بىر تەرەپلىمىلىك كېسىلى»گە گىرىپتار بولغان، پسىخىكىسىنى بېكىندۈرۈۋالغان، روھىيەتكە دىققەت قىلىشنى خالىمايدۇ.

پەن بىر تەرەپلىمىلىك كېسەللىكىنىڭ سەۋەبلىرى نۇرغۇن، تۆۋەندە مەن پەننىڭ ئەنئەنىۋى ماھىيىتىدە شەكىللەنگەن ئىككى خىل سەۋەبنى مۇلاھىزە قىلىمەن. بىرىنچى مېتودولوگىيە مەسىلىسى، پەن ئەزەلدىن تەجرىبىدىن ئۆتكۈزۈشنى، توغرا كۆزىتىشنى، ئىسپاتلىق بولۇشنى ۋە ئۆلچىگىلى بولۇشنى تەشەببۇس قىلىدۇ. ئۆلچەشتە مەلۇم جەھەتتىن ئۇنى ھېس قىلىش كېرەك، مەلۇم تەرەپتىن ئىنچىكە كۆزىتىش كېرەك، باشقا

ئادەم ئالمىشىپ يەنە شۇ تەجرىبىنى ئوخشاش تەكرارلاش كېرەك. ئۆلچەش ئارقىلىق ئىلىم-پەن ماددىي ئالەمنى چۈشىنىشتە يۈكسەك تەرەققىياتلارغا ئېرىشكەن بولسىمۇ، بىراق ئۆلچەش ئۇسۇلى مۇۋەپپەقىيەتلىك ھالدا بىر پەن بولۇپ شەكىللىنەلمىدى. نۇرغۇن ئاكادېمىكلار ئۆلچەشنىڭ مۇمكىنسىزلىكىنى تەشەببۇس قىلدى ياكى گۇمانلاندى ۋەياكى تولۇق چىقىرىپ تاشلىدى.

بىر خىل غەلىتە، بىراق ئومۇملاشقان قىياس بار، ئۇ قىياس شۇكى، تەتقىق قىلىش تەس نەرسىلەر تەتقىق قىلىشقا ئەرزىمەيدۇ دەپ قارايدۇ. ھەرھالدا يېقىندىن بۇيانقى يىگىرمە تەرەققىياتلار بۇ خىل قىياسقا جەڭ ئېلان قىلدى. شۇنىڭ ئىچىدىكى بىرى شۇكى، تەتقىقات ئۇسۇلى (مېتودى)نىڭ ئىنچىكىلىشىشىدۇر. مىكروسكوپ، نۇرتارقاتقۇچ ۋە كومپيۇتېردىن پايدىلىنىش ياكى ئىستاتىستىكا ماھارىتى قاتارلىق جەھەتلەردە ئىلمىيلىك ئاساس قىلىنىشقا باشلىدى. ئون يىل بۇرۇن ئۆلچىيەلمىگەن نەرسىلەرنى ئەسلىدە ئۆلچىگىلى بولىدىغانلىقىنى بايقىدۇق. يەنىنىڭ نەزەر دائىرىسىمۇ بارغانسېرى كېڭىيىشكە باشلىدى. بۇ خىل تەرەققىياتلارغا ئاساسلانغاندا، ئۆزۈن ئۆتمەي: «ھېچقانداق نەرسە ئىنسانلارنىڭ كۆزىدىن قېچىپ قۇتۇلالمايدۇ، پەقەت بىز تەتقىق قىلىشنى قارار قىلساقلا، چوقۇمكى ئامالى تېپىلىدۇ» دېيەلەيدىغان بولۇشىمىز مۇمكىن.

يەنە بىرى، ئۆزىمىزنى چەكلىمىگە ئەكىرىۋالىدىغان پوزىتسىيەلەرگە قارشى تەرەققىياتلار مەيدانغا كەلدى. پەن پارادوكسىنىڭ ماھىيىتىنى بايقىدى. بىر ئەسىر ئىلگىرى، ئاكادېمىكلارنىڭ نەزىرىدە، پارادوكس خاتالىق ئىدى. ئوپتىكا، ئېلېكتروماگنىت ئىلمى، كۋانت مېخانىكىسى ۋە نىسپىيلىك نەزەرىيەسى كۆنسېرى يېڭىلاندى، فىزىكلارمۇ مەلۇم قاتلامدىن ئېلىپ ئېيتقاندا، رېئاللىقنىڭ پارادوكسقا تولغانلىقىنى بايقىدى. شۇڭا روبىرت ئوپپېنخېمىر مۇنداق يازغاندى:

ئاددىي مەسىلىلەرنى چۈشەندۈرۈشىمىز تەسكە

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

توختايدۇ. چۈشەندۈرگەن تەقدىردىمۇ، باشقىچە سىرلىق تۇسلەر بېرىلىپ، نەق جاۋابى چىقمايدۇ. مەسىلەن ئېيتساق، ئەگەر ئېلېكترون ئىزچىل تۇراقلىقنى ساقلامدۇ، دەپ سورىساق، جاۋاب شۇكى، ياق؛ ئەگەر، ئېلېكترونىنىڭ ئورنى ۋاقىتقا ئەگىشىپ ئۆزگىرەمدۇ، دەپ سورىساق، جاۋابى شۇكى، ياق؛ ئەگەر، ئېلېكترون جىمجىت ھالەتتىمۇ، دەپ سورىساق، جاۋابى شۇكى، ياق؛ ئەگەر، ئېلېكترون ھەرىكەت ھالىتىدىمۇ، دەپ سورىساق، جاۋابى شۇكى، ياق؛ ئەگەر بۇددادىن ئادەمنىڭ ئۆلگەندىن كېيىنكى ھالىتىنى سورىسىمۇ، مۇشۇنداق جاۋاب بېرىشى ئېنىق؛ بىراق 17-، 18-ئەسىرلەردىكى پەن ئەنئەنىسىدە، مەسىلىگە بۇ خىل جاۋاب بېرىش ئۇسۇلى كۆپ كۆرۈلگەن.

نەچچە يۈز يىللاردىن بۇيان، مىستىكلار (سوپىزمچى، تەسەۋۋۇپچى) بىزگە ئىزچىل پارادوكس ھالىتىدە سۆزلىدى. بىز دەل مۇشۇ نۇقتىدىن پەن بىلەن دىنىنىڭ كېسىشمە نۇقتىسىنى تېپىۋالامدۇق-قانداق؟ «ئادەم ھەم ۋاقىتلىق ھەم مەڭگۈلۈكتۇر» ياكى «نۇر بىر خىل دولقۇن ھەمدە زەررىچىلەردىن تۈزۈلگەن» دېگىنىمىزدە، ئىشلەتكىنىمىز ئوخشاش بىر تىلدۇر. دىنىنىڭ خۇراپاتلىقى بىلەن پەننىڭ سكېپتىكىزمى (شۈبھىچىلىك، گۇمان نەزەرىيەسى) ئاچقان روھىي مۇكەممەللىك يولىدا، ئېھتىمال دىنىي رىئاللىقنى تېپىۋېلىشىمىز مۇمكىن. دىن بىلەن پەننىڭ پاراللېل تەرەققىياتى بۈگۈنكى ئەقلىي تۇرمۇش ئۈچۈن ناھايىتى مۇھىم ھەم ئادەمنى خۇشال قىلىدىغان بىر تەرەپتۇر. بىراق ھەممە نەرسە ئەمدى باشلىنىۋاتىدۇ، چۈنكى دىن بىلەن پەن يەنىلا ئەسلىدىكى تار قورۇلمىسىنى ساقلاپ تۇرۇۋاتىدۇ. يېقىنقى يۈزلىنىشلەر ئاجىزدۇر. مۆجىزە جەھەتتىكى ئىزدىنىشلەرنى ئېلىپ ئېيتساقمۇ، كۆپ سانلىق ئاكادېمىكلار ئۆزىنى قاچۇرىدۇ. ئىلگىرىكى تۆت ئەسىردىن بۇيان، پەن نۇرغۇن «تەبىئەت قانۇنىيىتى»نى شەرھلىدى. مەسىلەن: «ئىككى جىسىم (ماددا)

ئارىسىدىكى تارتىش كۈچى بىلەن ھەجىمىنىڭ ئوڭ تاناسىپ، ئارىلىقىنىڭ كىۋادراتىغا تەتۈر تاناسىپ بولۇشى» ياكى «ئېنېرگىيەنىڭ ئايلىنىش» قانۇنىيىتى قاتارلىقلار. بىراق يەن ئالىملىرى تەبىئەت قانۇنىيىتىنى بايقاش بىلەن بىرگە، «ئۆلچەم» (ئۆلچەش) قاتارلىق يېڭى مەبۇدلارنى پەيدا قىلىشتىنمۇ ساقلىنالمىدى. نەتىجىدە تەبىئەت قانۇنىيىتىگە ماس كەلمىگەن ئىش-ھادىسىلەر ھەقىقەت ئەمەس دەپ ئىنكار قىلىندى. مېتودولوگىيەدىن ئېلىپ ئېيتقاندا، يەن: «تەتقىق قىلغىلى بولمايدىغان نەرسە تەتقىق قىلىشقا ئەرزىمەيدۇ» دېگەن قاراشنى بېكىتىشكە مايىل، تەبىئەت قانۇنىيىتىدىن ئېلىپ ئېيتقاندا، يەن: «چۈشەندۈرگىلى بولمايدىغان نەرسىلەر ئەمەلىيەتتە مەۋجۇت ئەمەس نەرسە» دېگەن قاراشنى بېكىتىشكە مايىل.

www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى

مۆجىزە ھەممە يەردە

چېركاۋنىڭ خاراكتېرى شۇكى، ئۇ بىر قەدەر ئېچىۋېتىلگەن بولىدۇ. دىنىي تەشكىلاتلار تەبىئەت قانۇنىيىتى بويىچە چۈشەندۈرۈلگەن ھەممە نەرسىنى مۆجىزە دەپ ئاتىدى. ھالبۇكى، مۆجىزە ھەقىقەتەن مەۋجۇت ئىدى. بىراق چېركاۋ مۆجىزىنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى مۇئەييەنلەشتۈرۈشتىن باشقا، ئۇنى تەتقىق قىلىشتەك ئىشلارنى قىلمىدى. ئۇلار: «مۆجىزىنى ئىلمىي ئۇسۇللار ئارقىلىق تەتقىق قىلىش ھاجەتسىز، ئۇنى پەقەت تەڭرىنىڭ تەسىرى سۈپىتىدە ئېتىراپ قىلسىلا بولىدۇ» دەپ قارايدۇ. ساداقەتمەن دىنىي مۇخلىسلار ئىلىم-پەننىڭ ئۆز ئېتىقادىنى تەۋرىتىپ قويۇشىنى خالىمايدۇ. ئۇنىڭ تەسىرىدىن قورقىدۇ.

مۆجىزىنىڭ كېسەل داۋالاش رولىنى مىسال قىلساق، كاتولىك دىنى ئىزچىل ھالدا ئۇنى «ئەۋلىيا»لىققا ھۆكۈم قىلىشنىڭ ئۆلچىمى قىلىپ كەلمەكتە. خىرىستىيان دىنىنىڭ نىستورىيان مەزھىپىمۇ بۇ ئۆلچەمنى نۇرغۇن جايلاردا ئىشلىتىدۇ. بىراق ھېچقانداق چېركاۋ دوختۇرغا: «بىزگە قوشۇلۇپ، بۇ غارايىپ ھادىسىنى تەتقىق قىلىشىڭىزنى قارشى ئالىمىز» دېمەيدۇ. دوختۇرمۇ تەتقىقاتىمغا ياردىمى بولۇپ قالار دەپ بولسىمۇ، ئۇلارغا ھەمكارلىشىشنى ئېيتمايدۇ. بىراق مېدىتسىنا مۆجىزىنىڭ كېسەل داۋالايدىغانلىقىنى ئەسلا ئېتىراپ قىلمايدۇ. ئۇلار يا بىمارنى كېسەل ئەمەس، يا ئۆزى شۇنداق ئويلىۋاپتۇ، يا دىياگنوز خاتا قويۇلغان، يا ھىستېرىيەنىڭ سەۋەبى دەپ كېسىپلا ئېيتىدۇ. بىراق ئادىمىلىك ئۈچۈن خىزمەت قىلىدىغان ئاكادېمىكلار، دوختۇرلار، پىسخولوگلار ۋە دىندىن ھەقىقەت ئىزدىگۈچىلەر ئاللىقاچان راك كېسەللىنى تۇيۇقسىز

ساقايتىۋېتىشنى ۋە ئاڭنى داۋالاشنى باشلىۋەتكەن بولىدۇ.

15 يىل بۇرۇن، ئەمدى ئوقۇش پۈتكۈزگەن ۋاقتىمدا، مەنمۇ مۆجىزىنى تامامەن ئىنكار قىلاتتىم. بىراق ھازىر مەن ھەممە يەردە مۆجىزە بارلىقىغا ئىشىنىمەن. مۇنداق ئىككى ئۇچۇرغا مۇناسىۋەتلىك ئامىل پوزىتسىيەمدىكى بۇرۇلۇشقا سەۋەب بولغانىدى. ئۇنىڭ بىرى، پسىخولوگ بولۇپ كېسەل داۋالاش جەريانىمدا مەن ئۇچراتقان تۈرلۈك كېسەللەر؛ ئۇلار قارىماققا ناھايىتى ئادەتتىكىچە، بىراق چوڭقۇر ئويلىساق، كېسەلگە مۆجىزىدىن باشقا ئەڭ ياخشى شەرھىنى ئىزدەپ تاپقىلى بولمايدۇ. مۇشۇ تەجرىبىلەر مېنى ئۆتمۈشۈمدىكى مۆجىزىنى ئىنكار قىلىش پوزىتسىيەمدىن گۇمانلاندۇردى. گۇمان شۇنداق باشلىنىۋىدى، مۆجىزىگە بولغان پوزىتسىيەم بىردىنلا ئېچىۋېتىلگەن ھالەتكە ئۆزگەردى. ئېچىۋېتىلىش مېنىڭ ئىدىيەمنى بۇرىغان ئىككىنچى ئامىلدۇر. مەن مۆجىزە نۇقتىسىدىن تۇرمۇشقا قاراشقا باشلىغىنىمدا، بىلگەنلىرىم ۋە ئېرىشكەنلىرىم كۆپىيىشكە باشلىدى. ئوقۇرمەنلىرىمنىڭ كېيىنكى مەزمۇنلارنى ئوقۇش ئارقىلىق مۆجىزىنىڭ رولىنى چۈشىنىشىنى ئۈمىد قىلىمەن.

ئادەتتىكى كىشىلەرنىڭ مۆجىزىنى تونۇشتا پايدىلانغان قۇرۇلمىسى تىياتىرلاشقان دەپ قارايمەن. بىز ئۆسۈملۈكلەرنىڭ تەبىئەتتىن مۇستەقىللىششىنى، دېڭىز سۈيىنىڭ ئىككىگە بۆلۈنۈشىنى ۋە ئاسماندىن ئاۋازلارنىڭ كېلىشىنى ئۈمىد قىلىمىز. ئەمەلىيەتتە كۈندىلىك تۇرمۇشتىن مۆجىزە ئىزدىگەندە، ئۇنداق ئىلمىي بولۇۋېلىشنىڭ ھېچقانچە زۆرۈرىيىتى يوق. كېيىنكى بابتا، مەن پسىخولوگلار ئۇچراتقان دەرىجىدىن تاشقىرى ئىشلارنى، ئۇلارنىڭ قانداق قىلىپ تەگرى شەپقىتىگە نائىل بولغانلىقىنى تونۇشتۇرىمەن.

مۇشۇ يەردە كىشىلەرنى پەن (ئىلىم-پەن) بىلەن دىنىنى ئايرىشقا ئاگاھلاندۇرىمەن، چۈنكى ئۇلار بۇرۇندىن ئايرىلاش ئىدى، خاتالىقلار يۈز بېرەتتى. سېزىمدىن ھالقىغان مۆجىزىۋى ھادىسىلەرنى مۇلاھىزە قىلغاندا، چوقۇمكى ئەقلىيلىكنى ساقلىشىمىزغا توغرا كېلىدۇ. يېقىندا مەن بىر قېتىملىق پسىخىك داۋالاشقا مۇناسىۋەتلىك ئىلمىي دوكلاتقا قاتناشتىم. ئۇ

يەردە شۇنداق ياخشى تەربىيەلەنگەن بىر دوكلات بەرگۈچىنىڭ سۆزلىرى دىققىتىمنى تارتتى. ئۇ شۇنچىلىك ئۇلۇغ پاكىتلارنى كەلتۈرۈپ، ئۆزىدە ياكى پسىخولوگلاردا كېسەل داۋالاشتەك ئىقتىدارنىڭ بارلىقىنى ئىسپاتلاشقا تىرىشىۋاتاتتى. ئۇلارنىڭ ئىسپاتلىرى گەرچە ئىلمىيلىككە ئۇيغۇن بولسىمۇ، بىراق ئىدىيەمدىن ئۆتمىدى. ئەگەر كارامەتكە ئىگە داۋالىغۇچى قولىنى بىمارنىڭ بوغۇمىغا تەگكۈزسە، ئىككىنچى كۈنى بىمارنىڭ بوغۇم ياللۇغى ساقىيارمىش، ھالبۇكى، بۇ ھەرگىزمۇ داۋالىغۇچىنىڭ بىمارنى ياخشى داۋالىغانلىقىغا ۋەكىللىك قىلالمايدۇ. بوغۇم ياللۇغى ئەسلىدە ئۆزلۈكىدىن جاراھەتلىنىدۇ، داۋالىسۇن-داۋالىمىسۇن بەربىر ئوخشاش. ئىككى ئىشنىڭ تەڭلا يۈز بېرىشى ھەرگىزمۇ ئۇلارنىڭ ئىلگىرى-كېيىنلىك مۇناسىۋەتكە ئىگە ئىكەنلىكىگە ۋەكىللىك قىلمايدۇ. قەلبنى داۋالاش بىر قەدەر مەجھۇل پائالىيەت بولغانلىقتىن، ئۆزىمىز ۋە ئۆزگىلەرنىڭ ئېرىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن، ئۇنى ساغلام گۇمانلىنىش پوزىتسىيەسىدە بىر تەرەپ قىلىشىمىزغا توغرا كېلىدۇ. دائىم ئۇچرايدىغان ۋاستىلەر باشقىلارنى ئېزىقتۇرغاندا، ھېچكىم گۇمانلانمايدۇ، بۇ ئارقىلىق قەلب قۇدرىتىنى تارقىتىشنى سىنىغلى بولىدۇ. بۇ ئەھۋالنى «بىر ئۇيۇننىڭ پوقى مىڭ ئۇيۇنى بولغاپتۇ» دەيمىز. قەلب (روھ) ساھەسى نۇرغۇن كىشىلەرنى جەلپ قىلغاچقا، ئەمەلىيەتچىل كۆزەتكۈچىلەر يەكۈنىدە، قەلب ھادىسىسى بىر خىل ساختا نەرسە دېيىشىدۇ. ئىش مانا مۇشۇنداق. نۇرغۇن كىشىلەر قىيىن مەسىلىلەرگە ئاددىي جاۋاب ئىزدەيدۇ، ئۆزىنىڭ خاھىشى بۇيىچە ئاممىباب پەننى دىنغا «ئايلاندۇرىدۇ». ئەمما بۇ خىل بىرىكتۈرۈش دائىم مەغلۇپ بولۇپلا كەلدى، بىراق بۇنىڭ ئۈچۈن ئۇنىڭ مۇمكىنچىلىكىنى ئىنكار قىلىشقا بولمايدۇ. خۇددى بىكىنمە پەننىي قاراشلارنى سىغدۇرمىغىنىمىزغا ئوخشاش، روھىيەت ساھەسىدىكى «پارقىراق گۈزەللىك»نىڭ تەنقىد ۋە گۇمان ئىقتىدارىمىزنى توسۇپ قويۇشىغىمۇ يول قويماسلىقىمىز كېرەك.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

تۆتىنچى باب تەبىئەتتىن ھالقىغان مۆجىزە ـــ شەپقەت

ساكيامونى ئىستەكتىن ھالقىپ ئۆتكەندە، بۇددالىق ئاڭغا ئېرىشىپ بولدى. چۈنكى ئۇ «بۇددا»لاش ئارقىلىق ئۆزىنىڭ قەلبىگە يەتكەنىدى. بىز گەرچە ئىرادىمىزگە تايىنىپ تەڭرى شەپقىتىگە ئېرىشەلمىسەكمۇ، بىراق ئۆزلۈكىمىزنى بىر پارچە مۇنبەت تۇپراق قىلىپ، تەڭرى شەپقىتى يىلتىز تارتالايدىغان يەر قىلىپ تەييارلىساق بولىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
www.uyghurkitap.com

ساغلاملىقمۇ بىر خىل مۆجىزە

خىرىستوسنى مەدھىيەلەيدىغان «سېھرىلىك شەپقەت» ناملىق بىر پارچە شېئىر بار، «سېھرىلىك» دېگەن سۆپەت ئارقىلىق شەيئىلەرنى سۆپەتلىگىنىمىزدە، ئۇ بىزگە تونۇش قانۇنىيەت بويىچە تەرەققىي قىلىدىغان ئەمەس، بەلكى دەرىجىدىن تاشقىرى نەتىجە يۈز بېرىدىغان ھالەتكە ۋەكىللىك قىلىدۇ. ئەگەر شەپقەتنى ئەنئەنىۋى پەنلەرنىڭ ۋە تەبىئىي قانۇنىيەتلەرنىڭ چۈشىنىش دائىرىسىدىن ھالقىپ كەتكەن، شۇڭا ئۇ مەڭگۈ شۇنداق «سىرلىق» ياكى «مۆجىزە» دەپ قارىلىدۇ.

پسىخىكىلىق داۋالاش جەريانىدا ساقلانغان ھادىسىلەر مېنى ۋە باشقا پسىخولوگلارنى ھەيران قالدۇردى. شۇلارنىڭ ئىچىدىكى بىرى دەل بىمارلارنىڭ پسىخىكىسىدىكى ئاجايىپ چىدامچانلىقتۇر. ھازىر پسىخىك ئانالىز ئارقىلىق بىمارلارنىڭ نېۋروزلىنىشىنىڭ سەۋەبىنى ۋە تەرەققىياتىنى تېپىپ چىققىلى بولىدۇ. توغرىلىق دەرىجىسىمۇ باشقا پەنلەردىكى نەتىجىگە سېلىشتۇرغاندا كۆپ يۇقىرى. بىز بىمارلاردىكى نېۋروزنىڭ قاچان، قەيەردە، قانداق سەۋەب بىلەن قوزغالغانلىقىنى ۋە ئۇنى قاچان، قەيەردە، قانداق ئۇسۇل بىلەن داۋالاشنى بىلەلىسەكمۇ، بىراق بىمارلاردىكى بۇ كېسەللىكنىڭ نېمە ئۈچۈن ئاخىرقى چەككىچە ئېغىرلاشمىغانلىقىنى بىلىشكە ئامالسىزمىز. بىز بىمارلارنى كېسەل قىلغان پسىخىك جاراھەتنى ئېنىقلىيالايمىز، بىراق ئادەتتىكى ئەھۋالدا، ئۇ قەدەر كۈچلۈك زەربە ئەسلىدە ئېغىرراق ئېغىر كېسەللىك پەيدا قىلسا توغرا بولاتتى دەپ ئويلايمىز.

35 ياشلىق، كەسپىدە ئۇتۇق قازانغان بىر تىجارەتچى يېنىك

دەرىجىدىكى نېۋروزىنى داۋالىتىش ئۈچۈن مېنى ئىزدەپ كەلدى. ئۇ يالغۇز ئوغۇل بولۇپ، چىچىخارنىڭ نامرات رايونىدىن ئىكەن. دەسلەپتە ئۇنى گاس ۋە گاچا ئانىسى باققانىكەن. بەش ياشقا كىرگىنىدە، ئىشتاتلىق ھۆكۈمەت ئۇنىڭ ئانىسىنىڭ ئەھۋالىنى كۆرۈپ، ئۇنى باشقىلارنىڭ بېقىشىغا بۇيرۇغان. ئۇ ئۇدا ئۈچ ئائىلە يۆتكىلىپ بېقىلغان، ھەر خىل خورلىنىشلارغا ئۇچرىغان، ھېچقانداق مېھرىبانلىققا ئېرىشەلمىگەن. 15 ياشقا كىرگەندە نېرۋا خاراكتېرلىك تۇغما ئارتېرىيە ئۆسمىسى سەۋەبلىك پالەچ بولۇپ قالغان. 16 يېشىدىن باشلاپ، ئاسراندى ئائىلىسىدىن ئايرىلىپ، مۇستەقىل ياشاشقا باشلىغان. ھەيران قالارلىقى، 17 يېشىدا بىراۋنى ئېغىر زەخىملەندۈرگەنلىكى سەۋەبلىك تۈرمىگە كىرگەن. تۈرمىدىكى ۋاقتىدىمۇ ھېچقانداق پسىخولوگ بىلەن ئۇچراشمىغان.

ئۇ ئالتە ئاي تۈتۈپ تۇرۇلغاندىن كېيىن، تۈرمە ئۇنى بىر شىركەتنىڭ ئىسكىلات خىزمەتچىسى سۈپىتىدە تونۇشتۇرغان، ھەرقانداق بىر پسىخولوگ ۋە ئىجتىمائىيەتچى ئۇنىڭ كەلگۈسىنى قاراشقۇ بولىدۇ، دەپ پەرەز قىلاتتى. بىراق ئۈچ يىلدىن كېيىن، ئۇ ئەڭ ياش تارماق دۇكان دىرېكتورلۇقىغا ئۆستۈرۈلگەن. بەش يىلدىن كېيىن، ئۇ يەنە بىر تارماق دۇكان دىرېكتورى ئايالغا ئۆيلەنگەن. شۇنىڭدىن كېيىن، شىركەتتىن ئايرىلىپ، ئۆزى مۇستەقىل ئىگىلىك تىكلەپ، تېزلا بېيىغان. ئۇ مېنى ئىزدەپ كەلگەندە، بىر ياخشى ئاتا ۋە سەنئەتكار ئىدى. بۇلار قانداق سەۋەب، قانداق تەقدىر، قانداق شەكىل بىلەن يۈز بەردى؟ مەن بۇلارنىڭ سەۋەب-نەتىجىلىك مۇناسىۋىتىنى چۈشەندۈرەلمەيمەن. ئۇنىڭ نېۋروزىنى داۋالىساق بولىدۇ، بىراق ئۇنىڭ بۇنداق دەرىجىدىن تاشقىرى كۈچكە قانداق ئېرىشكەنلىكىگە ھۆكۈم قىلماق تەس.

مېنىڭ بۇ مىسالنى سۆزلىشىمدىكى سەۋەب، ئادەمنىڭ بۇرۇنقى پسىخىك يارىسىنىڭ ئىزى قالىدۇ، كېيىنكى نەتىجىلىرىدىمۇ كۆرۈنەرلىك چېلىقىدۇ. كۆپىنچە ئەھۋاللاردا، ئادەملەرنىڭ بالىلىقتىكى قەلب زەخمىسى مەۋھۇم بولىدۇ، كېيىنكى نەتىجىلىرىدىمۇ ئادەتتىكىچە چېلىقىدۇ. بىمارلارنىڭ ئاتا-ئانىسىدىن ساغلام بولۇشى بىر ياخشى مىسال بولالايدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ماڭا ئادەملەرنىڭ نېمىشقا پىسخىك كېسەل بولىدىغانلىقى ناھايىتى ئېنىق. بىراق ماڭا نامەلۇم بولغىنى، بەزى ئادەملەرنىڭ بەرداشلىق بېرىش كۈچى نېمىشقا بۇ قەدەر كۈچلۈك دېگەندىن ئىبارەتتۇر. بىزگە ئادەملەرنىڭ نېمىشقا ئۆلۈۋالىدىغانلىقى ئېنىقلا، بىراق ئادەتتىكى ئەھۋالدا، كۆپىنچە كىشىلەرنىڭ ئۆزىنى ئۆلتۈرىۋالمايدىغانلىقى بىر چۈشەندۈرگىلى بولمايدىغان تېپىشماق. بىز پەقەت «نامەلۇم بىر كۈچ بار، بىز چۈشىنەلمەيدىغان بىر مېخانىزم بار» دېيەلەيمىز. «دەل ئاشۇ كۈچ ئۆلارنىڭ خەتەردىن ئۆتۈۋېلىشىغا ياردەم بېرىدۇ، ئۆلارنى قوغدايدۇ، پىسخىك كېسەللىك پەيدا قىلدۇرمايدۇ» دېيەلەيمىز.

مەسىلەن ئېيتساق، ئەگەر مەلۇم بىر دوختۇردىن: «مېڭە پەردىسى ياللۇغى قانداق قوزغىلىدۇ؟» دەپ سورالسا، ئۇ چوقۇمكى: «ئەلۋەتتە قوش شارچە باكتېرىيەسى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ-دە» دەپ جاۋاب بېرىدۇ. بىراق بىر مەسىلە مەۋجۇت، ئەگەر بۇ يىل كۈزدە، مەن ئۆلتۈرۈۋاتقان قورودا، ھەر بىر ئادەمدىن باكتېرىيە ئېلىپ، تىرىك تەندە يېتىلدۈرسەم، مەن چوقۇم بايقايمەنكى، ئون ئادەمنىڭ توققۇزىدا بۇ خىل باكتېرىيە بار. بىراق كەنتتىكى ھېچكىمدە مېڭە پەردىسى ياللۇغى كۆرۈلمەيدۇ، بۇ يىلمۇ ئۇنداق جىق بولۇشى ناتايىن، بۇ زادى قانداق ئىش؟ مېڭە پەردىسى ياللۇغى تارقالمايدۇ، بىراق كېسەللىك باكتېرىيەسى ناھايىتى كۆپ ئۇچرايدۇ. دوختۇرلار بۇنى ئىممۇنىتېت كۈچى ھادىسىسىگە باغلاپ چۈشەندۈرىدۇ، بىراق مەسىلە ئۇنداق چۈشەندۈرۈپ قويۇشلا ئەمەس. چۈنكى بۇ يىل كۈزدە مېڭە پەردىسى ياللۇغى بىلەن ئۆلۈپ كەتكەنلەر ئىچىدە، دەرۋەقە بەزىلەرنىڭ قوغدىنىش ئىقتىدارىدىن مەسىلە چىقىشى مۇمكىن. بىراق كۆپ سانلىق كىشىلەرنىڭ تېنى ئەسلىدىكىدەك ساغلام، ئىممۇنىتېت كۈچىدىمۇ ھېچقانداق چاتاق بولمايدۇ. مەلۇم مەنىدىن ئېلىپ ئېيتقاندا، بىز ئۆلارنىڭ ھەممىسىنى مېڭە پەردىسى ياللۇغى بىلەن ئۆلگەن دېيىشكە قارشى ئەمەسمىز، بىراق بۇ قاراش تولىمۇ يۈزەكي. چوڭقۇرراق مۇلاھىزە قىلغاندا، بىز ھەرگىزمۇ ئۆلارنىڭ ئۆلۈش سەۋەبىنى چۈشەنمەيمىز، پەقەت بىزنى قوغدايدىغان كۈچنىڭ تۈيۈقسىز ئۇنۇمىنى يوقاتقانلىقىنى بىلىمىز.

گەرچە ئىممۇنىتېت كۈچى ئۇقۇمى ئاساسلىقى يۇقۇملۇق كېسەللەرگىلا ئىشلىتىلسىمۇ، بىز ئۇنىڭ يۇقۇملانمايدىغان كېسەللەرگە قانداق تەسىر كۆرسىتىدىغىنىنى چۈشەندۈرەلمەيمىز. ھەممىشە روھ-تەن كېسەللىكى دەپ قارىلىدىغان ئۈچەي ياللۇغىنى ئېلىپ ئېيتساق، بەزى كىشىلەردە بىر قېتىم گىرىپتار بولغاندىن كېيىن قايتا قوزغالمايدۇ، بەزى كىشىلەردە تەكرار قوزغىلىدۇ، بىر ئۆمۈر ئازابىنى تارتىدۇ. ھەتتا بەزىلەر جىددىي داۋالانمىسا ئۆلۈپ كېتىشى مۇمكىن. ئەمەلىيەتتە ئوخشاش بىر كېسەل، بىراق نەتىجىسى ئەسلا ئوخشىمايدۇ. نېمىشقا؟ ئېھتىمال بەزى كىشىلەرنىڭ خاراكتېر ئەندىزىسىدە مەسىلە بولۇشى مۇمكىن. شۇڭا بۇ خىل كېسەللەرنىڭ ئىممۇنىتېت كۈچى ئادەملەرنىڭكىدىن پەرقلىقمۇ، بۇلارنىمۇ قانداق چۈشەندۈرۈشنى بىلمەيمىز، مەسىلە قانداق كېلىپچىقتى، بۇلارنىمۇ چۈشەندۈرەلمەيمىز. كۆپ سانلىق مۇتەخەسسىسلەر بارلىق بىمارلارنىڭ روھ-تەن كېسەللىكى دائىرىسىگە كىرىدىغانلىقىغا — بىمارلارنىڭ ئاۋۋال پسىخىكىسىدا چاتاق چىقىپ، ئاندىن تېنىنىڭ ئۆزىنى قوغداش ئىقتىدارىنى يوقىتىدىغانلىقىغا قوشۇلىدۇ. بىراق ھەقىقىي مۆجىزە قوغدىنىش سىستېمىسىنىڭ ئۈنۈمدىن قالغانلىقىدا ئەمەس، بەلكى ئۇنىڭ ناھايىتى ياخشى يۈرۈشۈۋاتقانلىقىدا كۆرۈلىدۇ. قائىدە بويىچە ئېيتقاندا، ئادەملەرنى باكتېرىيەلەر تىرىك پېتى يۇتۇۋالسا، راك ھۈجەيرىلىرى كۆيدۈرۈۋەتسە، ئاقسىللار ۋە قانلار تورمۇزلاپ قويسا، كىسلاتالار چىرىتىۋەتسە، بۇ ئادەتتىكىچە ئىشمۇ؟ ئاغرىق ۋە ئۆلۈم كۆپ ئۇچرايدۇ، ئاز ئۇچرايدىغىنى بىز ھەممىشە كېسەل بولمايمىز، ھەممىشە ئۆلۈپ كەتمەيمىز.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

قارا نويابىر

تاسادىپىي ھېكايىلەردىن كېلىپچىققان مەسىلىلەر تېخىمۇ قىزىقارلىق بولىدۇ. نۇرغۇن دوختۇرلار ۋە كۆپ سانلىق پسىخولوگلارنىڭ ھەممىسى ناھايىتى تۇيۇقسىز يۈز بەرگەن تاسادىپىي ھېكايىلەرگە ئۇچراپ باققان بولىدۇ. ماڭا ئەڭ بەك تەسىر قىلغىنى، بىر 14 ياشلىق ئوغۇل بالا، ئەينى چاغدا مەن ئۇنىڭ بالىنىستىتا يېتىشقا موھتاج ياكى ئەمەسلىكىنى تەكشۈرۈشكە مەسئۇل بولغانىدىم. ئۇ سەككىز ياشقا كىرگەن يىلى نويابىردا ئانىسى تۆگەپ كەتكەنىكەن. توققۇز ياشقا كىرگەن يىلى نويابىردا ئۇ شوتىدىن يىقىلىپ چۈشۈپ، ئومۇرتقىسى ئۈزۈلۈپ كەتكەنىكەن. ئون ياشقا كىرگەن يىلى نويابىردا ئۇ ۋېلسىپىت مىنىپ كېتىۋېتىپ ھادىسىگە ئۇچراپ، باش قىسمى ئېغىر يارىلىنىپ، مېڭىسى سىلكىنىپ كەتكەنىكەن. 11 ياشقا كىرگەن يىلى نويابىردا ماشىنىنىڭ ئۈستى دېرىزىسىدىن قاڭقىپ چىقىپ كېتىپ، يانپاش سۆڭىكى سۇنغانىكەن. 12 ياشقا كىرگەن يىلى نويابىردا پولدا يىقىلىپ چۈشۈپ، بېغىشى سۇنۇپ كەتكەنىكەن. 13 ياشقا كىرگەن يىلى نويابىردا ئۇ ئېغىر قاتناش ۋەقەسىگە ئۇچراپ، داس سۆڭىكى دەز كەتكەنىكەن. بۇلارنى ئاڭلىغان ئادەم چوقۇمكى، بۇ بالىدا بىرەر غەيرىي خاھىش بارلىقىدىن ياكى باشقىچە بىر تەقدىرنىڭ بارلىقىدىن گۇمانلانماي تۇرالمايدۇ. ئەمەلىيەتتە بۇ بالىدا ئۆزىنى قەستەن زەخمىلەندۈرۈش ئىستىكىمۇ يوقكەن، ئۇ ھەتتا ئانىسىنىڭ ئۆلۈمىنىڭ ئۆزىگە بۇنچىلىك ئېغىر كەلگەنلىكىنىمۇ ھېس قىلمىغانىكەن. ئۇ خىيالىدا: «ئۇنى ئالىقاچان ئۇنتۇپ كەتتىم» دېدى. مەن بۇ تاسادىپىي ۋەقەلەرنىڭ سەۋەبىنى چۈشىنىش ئۈچۈن، ئىممۇنىتېت كۈچى ئۇقۇمىنى كېسەلدىن ھالقىتىپ

ئاشۇ ۋەقەنىڭ ئۆزىگىچە كېڭەيتىش كېرەكلىكىگە ئىشىنىمەن. ئادەم ئۆزىنىڭ تاسادىپىيلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىش ئىستىكىنى ۋە ئۇنىڭغا قارشى ئىممۇنىتېت كۈچىنىڭ بارلىقىنىمۇ ئېتىراپ قىلىش كېرەك. ئادەمنىڭ ھاياتىدا ناھايىتى ئاسان يۈز بېرىدىغان تاسادىپىي ۋەقەلەر بولىدۇ. يەنە بىر تەرەپتىن كۆپ سانلىق كىشىلەردە ئۇنى يۈز بەرگىلى قويمايدىغان ئىممۇنىتېت كۈچىمۇ بولىدۇ.

مەن توققۇز ياشقا كىرگەن شۇ يىلى كۈزدە، بوغچامنى يۈدگىنىمچە ئۆيگە قايتىۋاتاتتىم، قار دۆۋىلەنگەن بىر يەردە يىقىلىپ چۈشتۈم، دەل شۇ ۋاقىتتا شىددەت بىلەن كەلگەن بىر ماشىنا بېشىمغا تەگكىنىچە تورمۇزلاندى، مېنىڭ تېنىم ۋە پۇتلىرىم ماشىنىنىڭ ئاستىدا قالغانىدى. مەن ماشىنىنىڭ ئاستىدىن ئۆمىلىگىنىمچە چىقتىم، يارىلانمىغانىدىم. مەن ناھايىتى قورقۇش ۋە ۋەھىمە ئىچىدە ئۆيگە قايتتىم. بۇ قېتىملىق تاسادىپىيلىقنىڭ ھېچقانچە تەسىرى بولمىدى، مەن تەلىيىم باركەن دېگەندىم. بىراق كېيىنكى نۇرغۇن مىساللار بىلەن قوشۇپ مۇلاھىزە قىلغىنىمدا، يولدىن قانچە قېتىم ئۆتكىنىمنى ۋە قانچە قېتىم ماشىنىغا سوقۇلغىلى تاس قالغىنىمنى ئەسىيەلمەيمەن، قانچە قېتىم كېچىدە ماڭغىنىمنى ۋە ۋەقەگە ئۇچرىغىلى قىل قالغىنىمنى ئەسلىيەلمەيمەن. يەنە قانچە قېتىم تورمۇز ئالدىدا قۇتۇلۇپ قالغىنىمنى ئەسلىيەلمەيمەن، يەنە قانچە قېتىم دېرىزىدىن يىقىلغىنىمنى، دەرەختىن يىقىلغىنىمنى ئەسلىيەلمەيمەن، بىراق بۇنداق ئۆتمۇشۇم ناھايىتى نۇرغۇن.

بۇ قانداق ئىشتۇ؟ ھاياتىم شۇقەدەر خەۋپ ئىچىدىمۇ؟ ئوقۇرمەنلەرنىڭ پۇرسىتى بولسا ئۆز ھاياتىغا نەزەر سېلىپ باقسا، چوقۇمكى كۆپ قىسىملىرىنىڭ تۇرمۇشى مۇشۇنداق خەتەرلىك تەجرىبىلەرگە تولغان بولىدۇ، ئەمەلىيەتتە تاسادىپىيلىقنىڭ يۈز بېرىشكە ئاز قېلىشى يۈز بەرگەنلىرىنىڭ نەچچە ھەسسىسىدىنمۇ كۆپ. يەنە بىر قەدەم ئىلگىرىلەپ چۈشەنسەك، سىز بايقىغان شەخسنىڭ بۇنداق ئىممۇنىتېت كۈچىنىڭ ھەرگىزمۇ ئاڭلىق تاللاشنىڭ نەتىجىسى ئىكەنلىكىگە مەنمۇ ئىشەنمەيمەن. ئەجەبا كىشىلەرنىڭ ھەممىسىنىڭ تۇرمۇشى مۇشۇنداق

«خەۋپكە تولغان»مۇ؟ ياكى بىز تەڭرىنىڭ شەپقىتىگە ئۇچراۋاتامدىمىز؟
نۇرغۇن كىشىلەر ھېچقانداق خەۋپ ئەمەس دەپ قارىشى مۇمكىن، يۇقىرىدا بايان قىلغانلىرىمىزنىڭ ھەممىسى ئۆزلۈكىدىن رول ئوينايدىغان جەريانمۇ ئەمەس. بىراق، ئەسلىي گېپىمىزگە كەلسەك، بىر ھادىسىنىڭ مەلۇم بىر ئىسىم بىلەن ئاتىلىشى ئۇنى ئېنىق چۈشەندۈرگىلى بولىدىغانلىقىغا تەڭ بولامدۇ؟ ئۇنى بىر خىل ئىقتىدار بىلەن ئاتىغانغا ئۇ مۆجىزە ئەمەس بولۇپ قالامدۇ؟ بىزنىڭ ماھىيەت مېخانىزمىنى تاھازىرغىچە بىلەلىگىنىمىز يوق. تاسادىپىيلىقنىڭ ئۆزى بىزگە شۇنى دەيدۇكى، بىزنىڭ ھازىرغىچە ھايات تۇرالىشىمىزنىڭ ئۆزى دەل ماھىيەتلىك مۆجىزە، ئۇنى مۆجىزە دەپ ئاتىمىغان تەقدىردىمۇ يەنىلا شۇنداق بولۇۋېرىدۇ.

يوشۇرۇن ئاڭدىكى مەخپىي رايون

ھەربىر بىمارنى داۋالاشقا باشلىغان چېغىمدا، مەن ئاۋۋال بىر چوڭ چەمبەرنى سىزىۋېلىپ، ئاندىن چەمبەرنىڭ ئىچىگە كىچىك كاتەكچىنى سىزىمەن. ئارقىدىن بىمارلارغا چەمبەرنىڭ ئىچىدىكى كاتاكچىنى كۆرسىتىپ تۇرۇپ: «بۇ سىزنىڭ ئېڭىڭىز، باشقا رايونلىرى سىزنىڭ يوشۇرۇن ئېڭىڭىز، يوشۇرۇن ئېڭىڭىز 95% تىن كۆپرەكىنى ئىگىلەيدۇ، ئەگەر سىز ئۆزىڭىزنى ھەقىقىي چۈشەنمەكچى بولسىڭىز، سىز تېخى بىلىپ يەتمىگەن ئۆزلۈكىڭىزنى بايقىشىڭىزغا توغرا كېلىدۇ، يوشۇرۇن ئېڭىڭىز تەسەۋۋۇرىڭىزنىڭ سىرتىدىكى ناھايىتمۇ ئەلۋەك مەزمۇننى ئۆز ئىچىگە ئالغان» دەپ چۈشەندۈرىمەن.

چۈش دەل ئادەم ئېڭىنىڭ ئىچكى قاتلىمىدا مەخپىي بىر ساھەنىڭ بارلىقىنى دەلىللەيدىغان ياخشى ئىسپاتتۇر. ئابرۇيلۇق بىر جامائەت ئەربابى ئۇزاق مۇددەت داۋاملاشقان غەمكىنلىك كېسىلى ئۈچۈن مېنى ئىزدەپ كەلگەنىكەن. بۇ كىشى ئۆزىنىڭ غەمكىنلىكىنى بىلىدىكەنۇ، بىراق سەۋەبىنى بىلەلمىگەنىكەن. ئۇنىڭ ئاتا-ئانىسى گەرچە نامرات ۋە ئابرۇيسىز بولغىنى بىلەن، بىراق ئەجدادلىرى ناھايىتى ئابرۇيلۇق ئۆتكەن كىشىلەركەن. بۇ بىمارىم ماڭا سۆزلەپ بەرمىگەن بىر ئىشنى بىر قانچە ئاي ئالدىدا ئاندىن بىلىشكە مۇيەسسەر بولدۇم. چۈنكى ئۇ شۇ كۈنى كەچتە ماڭا مۇنداق بىر چۈشىنى سۆزلەپ بەردى: «مەن بىر قەسىردە ئىمىشمەن، بۇ قەسىردىكى ئۆي جاھازىلىرىنىڭ چوڭلۇقى ئادەمنى ۋەھىمىگە سالاتتى. مەن ھازىرقىدىن ياشمىشمەن. ئاتام مېنى كىمنى قارشى قىرغاققا ھەيدەپ بېرىپ، ئىلگىرى سەۋەبسىز يوقىتىپ قويغان كېمىمىزنى قايتۇرۇپ

كېلىشكە بۇيرۇغۇدەكمىش. مەن بۇ ئىشقا ناھايىتى قىزغىنلىق بىلەن ماقۇل بولۇپ، قانداق قىلسام كېمىنى تاپالايدىغانلىقىمنى سورىغۇدەكمىشمەن. دادام مېنى غايەت زور بىر ئىشكاپنىڭ ئالدىغا باشلاپ كەلگۇدەكمىش. بۇ ئىشكاپنىڭ ئېگىزلىكى 12 ئىنگلىز چىسى بولۇپ، داۋاملىق تورۇسقىچە ئېگىزلەۋاتقۇدەكمىش. 20 – 30 تارتمىسى بارمىش. دادام ماڭا مۇشۇ ئىشكاپنى بويلاپ ماڭساڭ، كېمىنى تاپالايسەن دېگۇدەكمىش».

بۇ چۈشىنىڭ مەنىسىنى چۈشىنىش تەس كەلگەنلىكى ئۈچۈن، مەن ئۇنىڭدىن ئىشكاپقا مۇناسىۋەتلىك بارلىق شەيئىلەرنى بايان قىلىپ بېرىشنى تەلەپ قىلدىم. ئۇ دەرھال: «نېمە ئۈچۈنلۈكىنى بىلمەيمەن، ئېھتىمال ئۇ ماڭا ۋەھىمىلىك بىلىنگەندۇ، بىراق مەن ئەڭ ئاۋۋال جەسەت ساندۇقىنى ئويلىدىم» دېدى. ئۇنىڭدىن: «ھېلىقى تارتمىلارچۇ» سورىدىم. ئۇ ھىجايغىنىچە: « ئېھتىمال مەن بارلىق ئەجدادلىرىمنى ئۆلتۈرۈۋەتكەندىمەن، ھەر بىر تارتمىغا بىر ئادەمنى سالغىلى بولاتتى» دېدى. شۇنىڭ بىلەن، بۇ چۈشىنىڭ مەنىسى ناھايىتى ئوچۇق بولدى. ئۇ ياش ۋاقتىدا ئەجدادلىرىدەك ئابرۇي قازىنىشنى ئويلىغان، بىراق ئارزۇسى رېئاللاشقۇچە ناھايىتى بېسىم ھېس قىلغان، شۇڭا پسىخىكىسىدا (كۆڭلىدە) بارلىق ئەجدادلىرىنى ئۆلتۈرۈۋېتىپ، ئەركىنلىككە ئېرىشكەن».

«چۈش تەبىرى» تەجرىبىسىگە ئىگە ئادەملەر بۇ چۈشنىڭ ناھايىتى تېپىكلىككە ئىگە ئىكەنلىكىنى ھېس قىلالايدۇ. بۇ ئادەم بىرەر مەسىلىنى ھەل قىلماقچى بولسا، يوشۇرۇن ئېڭىدا بىر ئويۇننى لايىھەلەيدۇ، ئاندىن ئۇنى مەسىلىنىڭ سەۋەبى قىلىدۇ، بىراق بۇنى ئۆزى چۈشەنمەيدۇ. ئەمەلىيەتتە ئۇ قوللانغان سىمۋوللۇق ماھارەتنى ھېچقانداق تىياتىرچىمۇ قىلالمايدۇ. بىز داۋالاش جەريانىدا مۇشۇ چۈشىنىڭ ئىلھامى ئارقىلىق زور بۆسۈش پەيدا قىلدۇق. ئۇنىڭ يوشۇرۇن ئېڭى ئۇنى مۇناسىپ ھالدا داۋالىغان، يەنە كېلىپ ناھايىتى ئۇستۇن ماھارەت بىلەن بۇ ۋەزىپىنى تاماملىغان.

بىز سەگەك ۋاقتىمىزدىمۇ، يوشۇرۇن ئېڭىمىز بىزگە مەلۇم دەرىجىدە ئۈچۈر يەتكۈزۈپ تۇرىدۇ، بىراق قوللانغان ئۇسۇلى پەرقلىنىدۇ. بىز ھەمىشە

ئۆنى «شەيتانىي خىيال» دەپ ئاتايمىز. كۆپ ۋاقىتلاردا، بىز بۇ خىياللارغا چۈشتەكلا پەرۋاسىز مۇئامىلە قىلىمىز. شۇڭلاشقا، پسىخولوگلار بىمارلاردىن مۇشۇنداق ئەبجەش خىياللاردىن باشلاپ ئىبىتىپ بىرىشنى قايتا-قايتا تەلەپ قىلىدۇ، بۇ خىياللار قانچىلىك مەنىسىز ۋە ئەخمىقانە بولۇشىدىن قەتئىينەزەر.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

يوشۇرۇن ئاڭنى تېڭشاش

ياش بىر ئايال بىمارىم بار ئىدى. ئۇ ياشلىق مەزگىلىدىن باشلاپ، ئۆزىنى بېشى قايىدىغاندەك، ھەر ۋاقىت يىقىلىپ كېتىدىغاندەك ھېس قىلىدىكەن، بىراق ھازىرغىچە سەۋەبىنى بىلەلمىگەنىكەن. ئۇنىڭدىكى يىقىلىش تۇيغۇسى تەڭپۇڭلۇقنى ساقلاش ئۈچۈن ئىككى پۇتىنى كېرىپ مېڭىشقا مەجبۇر قىلغانىكەن. ئۇ بەك ئەقىللىق ۋە ئادەمنىڭ ئامراقلىقىنى كەلتۈرىدىغان چوكان بولۇپ، مەن ئۇنىڭدىن قانداقسىگە بۇنداق مەسىلە چىققىنىنى چۈشەنمىدىم. يەنە كېلىپ، ئۇزاق يىللىق پىسخىك داۋالاشنىڭمۇ ئۇنىڭغا قىلچىلىك ئۈنۈمى بولمىغانىدى. ئۇ ماڭا كۆرۈنۈۋاتقىلى ئۇزاق بولمىغان بىر كۈنى ئالدىمدا ئۇياندىن-بۇياندىن سۆزلەپ ئولتۇراتتى، تۇيۇقسىز كاللامغا «ياغاچ قونچاق» دېگەن گەپ كىرىۋالدى.

مەن ئۇنىڭ گېپىنى پۈتۈن زېھنىم بىلەن ئاڭلاش ئارقىلىق بۇ گەپنى ئېسىمدىن بىرئاز يىراقلاشتۇرغان بولساممۇ، بىراق بىردەمدىن كېيىن، بۇ گەپ يەنە ئېسىمگە كېلىۋالدى. مەن كۆزلىرىمنى يۇمۇپ دىققىتىمنى يىغماقچى بولغان بولساممۇ، بىراق بۇ گەپ خىيالىمدىن كەتمىدى. ئاخىرى مەن ئۆزۈمگە: «توختا، ئۇ مېنىڭ دىققىتىمنى بۇنچە بۇرىيالىغاندىكىن، ماڭا بىرەر مۇھىم ئۇچۇرنى دەپ بەرمىسۇن يەنە» دېدىم-دە، تەپەككۇر قىلىشقا باشلىدىم: «ياغاچ قونچاق، بۇنىڭ نېمە مەنىسى بار؟ ئەجەبا ئۇنىڭ بىلەن مېنىڭ بىمارىمنىڭ مۇناسىۋىتى بارمۇ؟ ئۇ ناھايىتى ئوماق، ئۇ قونچاققا ئوخشايدۇ، ئوچۇق رەڭلىك كىيىملەرنى كىيىشنى ياقتۇرىدۇ، توغرا، ئۇنىڭ مېڭىشى ياغاچ قونچاققا ئوخشايدۇ، توغرا.»

مەن دەرھال ئۇنىڭ كېسىلىنىڭ سەۋەبىنى بىلدىم، ئۇ ھەرىكىتى

ناھايىتى قوپال ياغاچ قونچاق، گەرچە خىيالى ئوچۇق ۋە ئوماق بولسىمۇ، بىراق ماڭغاندا، ئارغامچا ياكى تاياقتا پۈتلىشىپ يىقىلىپ كېتىشتىن ئەنسىرەيدىكەن. ھەر تەرەپلىمىلىك دەلىللەر شۇنى ئىسپاتلىدىكى، كونترول قىلىۋېلىش ئارزۇسى كۈچلۈك ئانىسى ئۇنىڭ پەردە ئارقىسىدىكى باشقۇرغۇچى، «بىر كېچىدىلا» قىزىنى ئۆزىدىن پەخىرلىنىدىغان قىلىپ تەربىيىلەيدۇ؛ بۇ قىز باشقىلارنىڭ ئارزۇسىنى قاندۇرۇش ئارقىلىق قانائەت تاپىدۇ، رەتلىك، پاكىز، ئىنتىزامچان، كەم سۆز، ئۇنىڭ ئۆزىگە تەۋە ئىنتىلىشى يوق، ئۆزى-ئۆزىگە قارار چىقىرىدىغان ئىقتىدارىمۇ يوق.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

ئىچىمىزدىكى ئىبلىس

بۇ زور قىممەتكە ئىگە كۆزقاراشتۇر. قارشى ئېلىشقا مۇيەسسەر بولالمايدىغان ھۇجۇمچى تۇيۇقسىز ئېڭىمدا پەيدا بولدى. مەن ئۇنى تەكلىپ قىلمىغان، قوبۇلمۇ قىلمىغان، تېخى ئۇنى چەتكە قاقاتتىم. ئاشكارا ئاڭ قاتلىمىغا چىقىۋاتقان يوشۇرۇن ئاڭ ئۇچۇرلىرىنىڭ ھەممىسى مۇشۇنداق قارشى ئېلىنمايدىغان ئالاھىدىلىككە ئىگە بولىدىكەن. چۈنكى بۇ خىل ئالاھىدىلىك ئاشكارا ئاڭ رايونىنىڭ چەتكە قېقىشىغا ئۇچرايدىكەن. شۇڭا فىرئود ۋە ئۇنىڭ ئەگەشكۈچىلىرى يوشۇرۇن ئاڭنى ئادىمىيلىكتىكى بارلىق ئېپتىدائىيلىقنىڭ، قالايمىقانچىلىقنىڭ ۋە رەزىللىكنىڭ تۇرالغۇسى دەپ قارىغان. ئۇ ئاڭ كېرەك قىلمايدىغان نەرسىنى «ناچار» بولىدۇ دەپ قارايدۇ. ئوخشاش قانۇنىيەت بويىچە، پىسخىك كېسەللىك يوشۇرۇن ئاڭغا بۆسۈپ كىرگەن، يەنى قەلبىمىزدىكى ئىبلىسقا ئايلانغان. كېيىن بۇ خىل خاتالىقنى تۈزىتىش مەسئۇلىيىتى يۇڭ (كارل گۇستاف يۇڭ) نىڭ زىممىسىگە چۈشتى، ئۇ «يوشۇرۇن ئاڭنىڭ پاراستى» دېگەن بۇ ئاتالغۇنى ياراتتى. مېنىڭ شەخسىي تەجرىبىلىرىممۇ يۇڭنىڭ كۆزقارىشىنى دەلىللىدى. مەن پىسخىك كېسەللىك ھەرگىزمۇ يوشۇرۇن ئاڭ تەرىپىدىن پەيدا قىلىنمايدۇ دەپ قارايمەن. ئۇ بىر خىل ئاڭ ھادىسىسىدۇر، ياكى ئاشكارا ئاڭ بىلەن يوشۇرۇن ئاڭ ئارىسىدىكى مۇناسىۋەتتىن چىققان چاتاقتۇر.

بېسىلىشنى ئېلىپ ئېيتساق، فىرئود بىمارلارنىڭ يوشۇرۇن ئېڭىدا ئاڭسىز ئىستەك ۋە ئۆچمەنلىك بار، بۇ تۇيغۇلارمۇ كېسەللىك پەيدا قىلىدىغان سەۋەبلەردۇر دەپ قارىغان، شۇنىڭ بىلەن، ئۇ يوشۇرۇن ئاڭ پىسخىك كېسەللىكنىڭ مەنبەسىدۇر دەپ يەكۈن چىقارغان. بىراق بىز،

ئاۋۋال نېمىشقا بۇ خىل ئىستەك ۋە سەزگۈ يوشۇرۇن ئاڭغا كىرىدۇ؟ نېمىشقا بېسىلىپ قالىدۇ؟ دەپ سورايمىز. جاۋاب شۇكى، ئاڭ (ئاشكارا ئاڭ) ئۇنى كېرەك قىلمىغان. مەسىلە دەل مۇشۇنداق رەت قىلىش ۋە چەتكە قېقىشتىن كېلىپچىققان. ئىنسانلاردا ئىستەك ۋە ئۆچمەنلىكنىڭ بولۇشى مەسىلە پەيدا قىلالمايدۇ. ئاڭ ۋە قەلب بۇ خىل سەزگۈگە يۈزلىنىشنى ۋە ئۇ ئېلىپ كەلگەن ئوقۇبەتنى بىر تەرەپ قىلىشنى خالىمايدۇ. دېمەك، ئۆزگىنى ۋە ئۆزىنى ئالداش مەسىلىنىڭ ھەقىقىي مەنبەسىدۇر.

ئاڭنىڭ بىزگە سۆزلىشىنىڭ ئۈچىنچى تۈرلۈك شەكلى دەل بىزنىڭ قىلىقىمىزدۇر. مېنىڭ دەۋاتقىنىم خاتا سۆزلەپ قويۇشتۇر. «فرېئود تەلىماتىدىكى ئاغزى بوش»لۇقتۇر. يەنى قىلىقتىكى «خاتالىق»تۇر. فرېئود «كۈندىلىك تۇرمۇشتىكى پسىخىك كېسەللىكلەر» ناملىق كىتابىدا، بۇ خىل ھادىسىنى يوشۇرۇن ئاڭنىڭ رولى دەپ كۆرسىتىدۇ. ئۇ «پسىخىك كېسەللىك» دېگەن سۆزنى ئىشلىتىپ، يوشۇرۇن ئاڭنى ئىنكار قىلىش پوزىتسىيەسىنى تېخىمۇ كۈچەيتكەن. ئۇ يوشۇرۇن ئاڭنى بىزنى سەمىمىيلىككە ئۈندەيدىغان رەھىمدىللىك پەرىشتىسى ئەمەس، بەلكى بىزنى دوزاخقا باشلايدىغان ئىبلىسقا ئوخشاتقان.

بىمارلارنىڭ پسىخىك داۋالىنىش جەريانىدىكى «ئاغزى بوش»لۇقى ئەمەلىيەتتە داۋالاش ئۈچۈن پايدىلىق. بۇنداق ۋاقىتتا، بىمارلارنىڭ ئاشكارا ئېڭى داۋالاشنى رەت قىلىدۇ، دوختۇرلارنىڭ ئالدىدا ئۆزىنىڭ ھەقىقىي قىياپىتىنى يوشۇرۇشنى ئۈمىد قىلىدۇ. بىراق يوشۇرۇن ئاڭ توختىماستىن ھەقىقىي قىياپەتنى ئاشكارىلاپ، داۋالىغۇچى بىلەن بىر تەرەپتە تۇرىدۇ. ئېچىۋېتىلىشنى قوغلىشىدۇ، ئىقرار قىلىدۇ، سەمىمىي بولىدۇ، «ھەقىقىي ئۆتمۈشنى ئاشكارىلاش» قا تىرىشىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

بېسىلغان ھالەت

بۇ مەسىلىنى بىر قانچە مىسال ئارقىلىق چۈشەندۈرۈشكە توغرا كېلىدۇ. مۇكەممەللىكنى ھەددىدىن زىيادە قوغلىشىدىغان بىر ئايال بىمارىم بار ئىدى. ئۇ ئۆزىنىڭ قېيداپ قالغانلىقىنى ھەرگىز ئېتىراپ قىلمايتتى، نەپرەت تۇيغۇسىنى ئەسلا ئاشكارىلىمايتتى، بىراق دەسلەپتىلا سۆزلىشىشكە كىچىككىنە كەلگىلى تۇردى. مەن تاپشۇرۇۋالغان بېلەتتىمۇ ئۇنىڭ ئىمزاسى يوق ئىدى. كېيىن مەن بۇ ئىشنى ئۇنىڭغا ئېيتتىم ھەمدە بېلەتكە ئىمزا قويمىغىنىڭىز ماڭا ئاچچىقلاۋاتقانلىقىنى بىلدۈرىدۇ دېدىم. ئۇ: «بۇ بەك كۈلكىلىك گەپ بولدىغۇ، مەن بۇ ئۆمرۈمدە ئىمزا قويۇشنى ھېچقاچان ئۇنتۇپ باققىنىم يوق» دېدى. مەن بېلەتنى ئۇنىڭغا كۆرسەتتىم. سۆزلىشىش جەريانىدا ئۇ خېلى ئۆزىنى تۇتۇۋېلىپ باقتى، بىراق ئاخىرىغا كەلگەندە بىراقلا يىغلاپ تاشلىدى. ئۇ ختىلداپ تۇرۇپ: «ئۆزۈمدىن چاتاق چىققىنىنى بىلىمەن، مەن تېزلا تۈگىشىمەن، مەن ئۆزۈمنى ئىككى ئادەمگە ئايلىنىپ قالغاندەك ھېس قىلىدىغان بولۇپ قالدىم» دېدى. مەن ئۇنىڭدا «روھىي پارچىلىنىش» (ئىلىشىپ قېلىش) نىڭ ئىپادىلىرى كۆرۈلۈۋاتقانلىقىنى ھېس قىلدىم. ئۇ تونجى قېتىم ئۆزىنىڭ بىر قىسمىدىن نەپرەتلىنىدىغانلىقىنى ۋە ئاچچىقلىنىدىغانلىقىنى ئېتىراپ قىلدى. بۇ داۋالاشنىڭ بىرىنچى قەدىمى ئىدى.

بىر ئەر بىمارىم بار ئىدى، ئۇ ھېچقانداق ئادەمگە غەزەپلىنىش تۇگۇل، ئازراقمۇ ئاچچىقلىنالمايدىغان بولۇپ قالغانىكەن. ھەدىسى ئۇنى يوقلاپ كەلگەندە، ئۇ ھەدىسىنىڭ ناھايىتى خۇشخۇي ئايالىقىنى سۆزلەپ بەرگەنىدى. بىر نەچچە كۈندىن كېيىن مۇنداق بىر ئىش يۈز بەردى. ئۇلار

بىر نەچچە كۈنــدىن كېــيىن يېقىــنلار يىغىلىشــى ئۆتكــۈزمەكچى بولۇپتــۇ، بۇنىڭغا قوشنىسىنى ئەر-ئايال ۋە ھەدىسىنى چاقىرماقچىكەن. بۇ جەرياندا ئۇ ئــۆز ھەدىســىنى ئايالىنىــڭ ھەدىســى دەپ ســۆزلىدى. مەن دەرھــال ئەسكەرتىش بەرسەم، ئۇ پەرۋاسىزلا: «بۇ قىرىئودچە ســۆزلەش بولــدىغۇ» دەپ جاۋاب بەردى. دېدىمكى: «توغرا، ســىز يوشــۇرۇن ئېڭىڭىــزدا ئۇنىــڭ ھەدىڭىز بولماسلىقىنى ئۈمىد قىلىسىڭىزمۇ، بىراق ئــۇ يەنىــلا ئايالىڭىزنىــڭ ھەدىسى بولىــدۇ، بەلكىــم ئۇنىڭغــا ئــۆچ بولســىڭىز كېــرەك». ئــۇ: «مەن قانداقسىگە ئاڭا ئــۆچ بــولاي، بىــراق ئۇنىــڭ گېپــى بەك جىــق، يىغىلىــش ئاخشىمىمىزمۇ ئۇنىڭدىن ئاشماي بىكارغا ئۆتۈپ كېتىدۇ، بەزى ھاللاردا ئۇ مېنــى ھەقــىقەتەن ئوڭايســىزلاندۇرۇپ قويىــدۇ» دېــدى. شــۇنىڭ بىــلەن داۋالاش جەرياندا بۆسۈش يۈز بەردى.

بۇلار ئېھتىمال ئىچىگە يۇتقان ئۆچمەنلىك ياكى «ناچــار تۇيغــۇ»لار بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇشى ناتايىن. ئۇلار ئىچىگە يۇتۇۋالغان ئۆچمەنلىكنى ياخشــى-يامــان دېــمەي ئىپادىلەۋېرىــدۇ. بىــراق ئۇلارنىــڭ ئىپــادىلىگىنى ماھىيەتتۇر، يەنە كېلىپ، ئارزۇلىرىمىزغا يات بولغان مــاھىيەتتۇر. مەن ئەڭ تەسىرلەنگەن بىر ئىش مۇنداق يۈز بەردى. ياش بىر قىــز ماڭــا كــۆرۈنگىلى كەلدى، ئاتا-ئانىسى ئۇنى قاتتىق باشقۇراتتى، سوغۇق مۇئــامىلە قىلاتتــى. بىراق ھەقىقىي ھېسسىياتنى ۋە مۇھەببەتنى ناھايىتى ئــاز ئىپــادىلەيتتى. ئۇنىڭ ماڭا بىرگەن تۇنجى تەسىرى شــوخى، ئــۆزىگە ئىشــىنەتتى، ئوچــۇق ئىدى، مۇستەقىل ياشايتتى. ئــۇ مېنــى ئىــزدەپ كېلىشــتىكى مەقســىتىنى چۈشەندۈرۈپ: «يېقىندىن بۇيــان كۆڭلــۇم جايىــدا ئەمەس ھەم ۋاقتىممــۇ چىقتى، داۋالىنىشىمنىڭ ھاياتىمغا پايدىســى بولــۇپ قــالار دەپ كەلــدىم» دېدى. نېمىشقا كۆڭلىنىڭ يېرىمىلىقىنــى ســورىغىنىمدا، ئۇنىــڭ ھامىلــدار بولۇپ قالغانلىقى سەۋەبلىك بەش ئاي بۇرۇن ئوقۇشنى ۋاقىتلىق توختىتىشقا مەجبۇر بولغانلىقىنى ئېيتىپ بەردى.

ئۇ ھازىر توي قىلىشنى خالىمايدىكەن، بالىسىنى تۇغقاندىن كېــيىن باشــقىلارغا بېقىشــقا بېرىۋېتىــپ، ياۋروپاغــا بېرىــپ داۋاملىــق ئوقۇشــىنى داۋاملاشــتۇرىدىغانلىقىنى ئېيتتــى. مەن بالىنىــڭ دادىســىنىڭ بــۇ ئىشــنى

www.uyghurkitap.com

بىلىدىغان-بىلمەيدىغانلىقىنى سورىدىم. ئۇ: «بار، مەن خەت ئارقىلىق بىر ئادەمنىڭ يارالغانلىقىنى ئۇقتۇردۇم» دېدى. ئۇنىڭ سۆزلىرىدىن شۇنى ھېس قىلدىمكى، بىر سەبىي قىز ھامىلىدارلىق نىقابى ئارقىسىدا، ئاتا-ئانا مۇھەببىتىگە ئىنتىلىۋاتقان بىر سەبىينىڭ ياكى ئانا بولۇشقا تەييارلانغان پىشقان بىر ئانىنىڭ ئوبرازى يارالغانىدى. مەن ئۇنىڭ ئارقىسىدىكى مەنىنى كۆرسەتمىدىم، چۈنكى ئۇ ۋاقىتلاردا ئۇ بۇنىڭغا تولۇق تەييارلىق قىلىپ بولالمىغانىدى، يەنە كېلىپ ئۆزىنىڭ ئېھتىياجىنى قانائەتلەندۈرگۈدەك ۋە تايانغىلى بولىدىغان بىخەتەرلىك تۇيغۇسى يوق ئىدى. بىراق ئۇنىڭ ئۆزىنى ئىپادىلىشىنىڭ يەنە ئۆزىگە ياردىمى بولدى. چۈنكى ئۇنىڭ سۆزلىرىدىن يەنە كۆيۈنۈشكە ۋە ئاسرىلىشقا موھتاج بىر سەبىي بالىنىڭ ھىدى كېلەتتى.

ھەقىقىي قىياپىتى ئاشكارىلانغان بۇ ئۈچ بىمارنىڭ قەلبىدىكىنى يوشۇرىدىغان ئوبيېكتلىرى ئەمەلىيەتتە مەن ئەمەس، ئۆزلىرى ئىدى. ئىككىنچىسى ئائىلىسىدىكىلەردىن قىلچىلىك رازى بولمايتتى. ئۈچىنچىسىنىڭ ئۆزىگە بولغان ئىشەنچى بالقىپ تۇراتتى. مەلۇم مۇرەككەپ ئامىللار سەۋەبلىك، ئىچىمىزدىكى بىز بىلەن ھەقىقىي بىز ئۆزئارا پەرقلىنەتتى. ھالبۇكى، ئىقتىدارىمىزدا پەرق يوق دەپ قارايتتۇق. بىراق يوشۇرۇن ئىچىمىزدا ئۆزىمىز ئۆزىمىزگە ناھايىتى ئېنىق ئىدۇق. قەلب مۇكەممەللىكىدە ئەڭ مۇھىم ۋە كەم بولسا بولمايدىغان بىر قەدەم-باسقۇچ شۇكى، ئىچىمىزدىكى ئۆزىمىز ئاستا-ئاستا رېئاللىقتىكى ئۆزىمىزگە يېقىنلايتتۇق. پىسخىك داۋالاش ياكى باشقا ئۇسۇللار ئارقىلىق ماس خىزمەتلەرنى تېزلىك بىلەن تاماملىيالىغانىدا، ئادەم خۇددى «قايتا يارالغان»دەك تۇيغۇغا كېلىدۇ. بىمارلارنىڭ ئىچىدىمۇ كۈچلۈك توقۇنۇش يۈز بەرگەندە: «ئۆتمۈشتىكى مەن ئەمدى مەۋجۇت ئەمەس، مەن ئاللىقاچان يېڭى بىر ئادەمگە ئايلاندىم، قايتا يارالدىم» دەپ ئويلايدۇ.

يۈرەكنىڭ ئېلېكتىر ئىندۇكسىيەسى

بىز ئېھتىمال چوڭ مېڭىنىڭ سىرلىق مەشغۇلات جەريانىدىن يوشۇرۇن ئاڭ بېشارىتىگە مۇناسىۋەتلىك مۇۋاپىق چۈشەندۈرۈشنى تېپىپ چىقالىشىمىز مۇمكىن، بىراق ئاتالمىش «يۈرەك ئېلېكتىر ئىندۇكسىيەسى»بىلەن يوشۇرۇن ئاڭنىڭ مۇناسىۋىتىنى گەرچە پەرەز قىلساقمۇ، بىراق ئىسپاتلىيالمايمىز. ئۆلمان دوختۇر بىلەن رىپنىر دوختۇر بىر قاتار روھىيەت لايىھەسى تەجرىبىسى ئارقىلىق مۇۋەپپەقىيەتلىك ھالدا مۇنداق بىر ئەھۋالنى ئىسپاتلاپ چىققان. بىر ئويغاق ئادەم مەلۇم خىل ئوبرازنى ئۆيىنىڭ سىرتىدا ئوخلاۋاتقان يەنە بىر ئادەمگە «يەتكۈزگەن»دە، ئۇ خىل ئوبراز ئۇخلىغۇچىنىڭ چۈشىدە قايتا ئايان بولغان. بۇ خىل «يەتكۈزۈش» ھادىسىسى پەقەت تەجرىبىخانىلاردىلا مەۋجۇت بولۇپلا قالماستىن، رېئال تۇرمۇشتىمۇ كۆپ ئۇچرايدۇ. ئۆزئارا تونۇشىدىغان ئىككى ئادەمنىڭ ئوخشاش بىر چۈشنى كۆرۈشى دائىم كۆرۈلىدىغان ھادىسە. بۇ خىل ھادىسە قانداق پەيدا بولىدۇ، بىز بۇنى ئەسلا چۈشىنەلمەيمىز.

بىراق بۇ خىل ھادىسە ھەقىقەتەن يۈز بېرىدۇ، بۇنى ھەم ئىلمىي ئۇسۇللار ئارقىلىق ئىسپاتلىغىلىمۇ بولىدۇ. مەلۇم بىر كۈنى مەن بىر چۈش كۆرگەنىدىم. چۈشۈمدە تەرتىپلىك يەتتە ئوبراز بار ئىدى. كېيىن شۇ كۈنى كەچتە مېنىڭ ئۆيۈمدە قونۇپ قالغان بىر دوستۇم شۇنداق چۈش كۆرگەنلىكىنى ماڭا دەپ بەردى. ئۇنىڭ كۆرگىنىمۇ ئاشۇ يەتتە خىل ئوبراز ئىدى. بىز بۇنىڭ نېمە ئىشلىقىنى بىلمىدۇق. چۈش مۇھىتى بىلەن بىزنىڭ ئۆتمۈشتىكى تەجرىبىلىرىمىز مۇناسىۋەتلەشمەيدۇ. بۇ ھادىسىلەرنى ئەقىلگە مۇۋاپىق ھالدا چۈشەندۈرگىلىمۇ بولمايدۇ. بىراق بۇنىڭ ئىنتايىن

مۇھىم ئىش ئىكەنلىكىنى بىز بىلىمىز، مېنىڭ ئېڭىم سانسىزلىغان ئوبرازلار ئىچىدىن مەلۇم خىللىرىنى ئىختىيارىي تاللاپ، بىر چۈشىنى قۇراشتۇرۇپ چىقالايدۇ، مېنىڭ دوستۇم بىلەن ئوخشاش يەتتە ئوبرازنى تەڭ چۈشىشىمىز ناھايىتىمۇ كەم ئۇچرايدىغان ئەھۋال. بۇ ئەھۋال ئادەمنىڭ كاللىسىدىنمۇ ئۆتمەيدۇ، شۇڭا بىز ئۇنىڭ مۇنداقلا ئۇدۇل كېلىپ قېلىش ئىكەنلىكىگە ئىشەنمەيمىز.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى www.uyghurkitap.com

ماسلىق پرىنسىپى

بىلىم ئارقىلىق چۈشەندۈرگىلى بولمايدىغان غارايىپ ئىشلار غارايىپ چاستوتىدا كۆرۈلىدۇ، ھازىر بۇ «ماسلىق پرىنسىپى» دەپ ئاتىلىدۇ. دوستۇم مېنى غەيرىي ھېس قىلىدۇ، نېمىشقا ئوخشاش بىر چۈشنى كۆرگىنىمىزنى بىلمەيدۇ، بىراق بۇ ئىشنىڭ ئالاھىدە يېرى شۇكى، ئىككىمىزنىڭ چۈش كۆرگەن ۋاقتىمىز ناھايىتى يېقىن. خۇددى ۋاقتىمۇ مۇھىم غارايىپ ئىشتۇر، ھەتتا قارار خاراكتېرلىك ئامىلدۇر.

ھەمىشە قايسىدۇر تەلەيلىك بالىنىڭ چۈل-چۈل بولۇپ كەتكەن ماشىنىدا ئامان قالغانلىقىنى ئاڭلاپ تۇرىمىز. ئەگەر جابدۇق (ئۇسكۇنە، ماشىنا) يولۇچىلارنى ساقلاپ قېلىش ئۈچۈن مەلۇم ھالەتكە كىرسە، ياكى يولۇچىلار ئۆزىنى ساقلاپ قېلىش ئۈچۈن ماشىنىڭ ھالىتىگە ماسلاشسا، بۇ تولىمۇ مەنىسىز بىر ئىش بولىدۇ. ماسلىق پرىنسىپى ھادىسىنىڭ يۈز بېرىش سەۋەبى ياكى جەريانىنى چۈشەندۈرۈپ بېرەلمەيدۇ. پەقەت مۇشۇنداق غارايىپ ئىشلارنىڭ يۈز بېرىش نىسبىتىنى، ئاز-كۆپلۈكىنى چۈشەندۈرەلەيدۇ. ئۇنى مۆجىزە دېيىشكىمۇ بولمايدۇ. بۇ پرىنسىپ پەقەت ئاتالمىش مۆجىزىدەك دەرىجىدىن تاشقىرى ئىشلارنى ۋە ئالاھىدە ۋاقىتقا دەلمۇدەل كېلىپ قېلىشنى چۈشەندۈرەلەيدۇ.

ئىستاتىستىكىدا، يۈز بېرىش مۇمكىنچىلىكى تۆۋەن بولغان ئىشلار ماسلىق پرىنسىپىنىڭ مىسالى قىلىنسا كېرەك، بىراق تەبئىي ھادىسىلەرمۇ بەزىدە پايدىلىق، بەزىدە بىز ئۈچۈن زىيانلىق. دۇنيادا تەسەۋۋۇر قىلغىلى بولمايدىغان تاسادىپىيلىقمۇ يۈز بېرىدۇ ھەمدە مەقسەتلىك ئىشمۇ يۈز بېرىدۇ. گەرچە تەتقىقات ئۇسۇلىدا نۇرغۇن ئاجىزلىقلار بولسىمۇ، بىراق بۇ

www.uyghurkitap.com

مەسىلىلەر يەنىلا چوڭقۇرلاپ تەتقىق قىلىنىشقا موھتاج. مەن ھازىر ئېنىق، بىراق «ئىلمىي بولمىغان» بىر ئوبرازنى، يەنى ئىستاتىستىكىدا يۈز بېرىش مۇمكىنچىلىكى تۆۋەن بولغان ھادىسىنى كۆرسىتىمەن. ئۇلارنىڭ ئېلىپ كەلگەن پايدىسى بۇزغۇنچىلىقىدىن يەنىلا كۆپ. ئاتالمىش پايدىسى ئەلۋەتتە بىر ئادەمنى قۇتقۇزۇش بىلەن چەكلىنىدۇ، كۆپرەك ۋاقىتتا ئۇلار تۇرمۇشىمىزنى ياخشىلايدۇ، بېتىلىشىمىزنى ئىلگىرى سۈرىدۇ. يۇڭ (كارىل گۇستاف يۇڭ) «ماسلىق پىرىنسىپى نەزەرىيەسى» ناملىق ماقالىسىدا تىلغا ئالغان «مۇقەددەس قوڭغۇز چۈشى» دەل مۇشۇنىڭغا مىسال بولالايدۇ:

مىسالىم ياش بىر ئايال بىلەن مۇناسىۋەتلىك. ئىككىلىمىز مەيلى قانداق تىرىشىشىمىزدىن قەتئىينەزەر، ئۇنىڭ قەلبى بىلەن ئۇچرىشالمايمەن. مەسىلە مۇشۇنداق ھېچنېمىنى بىلەلمەسلىك ۋە ھېچنېمىنى قىلالماسلىقتىن كېلىپچىققان. مۇنەۋۋەر تەربىيە ئارقا كۆرۈنۈشى ئۇنىڭ ئىدىيەۋى قورالىغا ئايلانغان، ئۇ ھەمىشە دېكارتچە نەپىس لوگىكا ۋە نۇقسانسىز «گېئومېترىيەلىك» رېئاللىق قارىشى ئاستىدا تەپەككۇر قىلغان. مەن ئۇنىڭ ئاشۇ ئەقلىيلىكىگە كىچىككىنە ئادىمىيلىك چۈشەنچىسىنى سىڭدۈرۈشنى سىناپ باقتىم، بىراق مەغلۇپ بولدۇم. شۇڭا ئەڭ ئاخىرى، مەن ئەقىل بىلەن بىلگىلى بولمايدىغان تاسادىپىي ئىشلارنىڭ يۈز بېرىشىنى، ئۆزلۈك قۇلۇپىنى ۋە بىلىش شاكىلىنى چېقىشىنى ئۈمىد قىلدىم.

مەن كۈتكەن ئىش ئاخىرى يۈز بەردى. بىر كۈنى، ئۇنىڭ بىلەن روبىرو ئولتۇرۇۋاتاتتىم. كەينىمدە دېرىزە بار ئىدى. ئۇنىڭ ئۆزۈنىدىن-ئۆزۈنىغا سوزۇلغان ئۆزلۈك شەرھلىرىنى دىققەت بىلەن ئاڭلاۋاتاتتىم. ئۇ ئالدىنقى كۈنى ئاخشىمىدىكى بىر چۈشىنى تىلغا ئېلىپ قالدى. چۈشىدە بىرەيلەن ئۇنىڭغا بىر «مۇقەددەس قوڭغۇز» بىلەن

«ياقۇت»نى بىرىپتۇمىش، شۇ ۋاقىتتا دىرىزە تەرەپتىن كۇشۇلدىغان ئاۋاز كەلدى، بۇرۇلۇپ قارىسام، خىلىلا چوڭ بىر ھاشارات ئۆيئىچىگە كىرىش ئۈچۈن ئۆزىنى ئەينەككە ئۇرىۋېتىپتۇ. بۇ ھادىسە ئالاھىدە بولۇپ، پۇرسەتنى قولدىن بېرىشكە بولمايتتى. شۇڭا دەرھال دىرىزىنى ئاچتىم. ھاشارات ئۇچۇپ كىردى، شۇئان ئۇنى تۇتۇۋالدىم. ئۇ چوڭ «مايقوڭغۇزى»غا ئوخشاپ كېتىدىغان ياپونىيە مايقوڭغۇزى ئىدى، قېپى دەرۋەقە ئالتۇندىن ياسالغاندەك كۆرۈنەتتى. مەن ئۇنى بىمارىمغا كۆرسىتىپ: «مانا بۇ سىزنىڭ مۇقەددەس قوڭغۇزىڭىز» دېدىم. بۇ ۋەقە دەرۋەقە ئۇنىڭ ئەقلىيلىك تۇسالغۇسىنى بىتچىت قىلدى ھەمدە قارشىلىشىش پسىخىكىسىنىمۇ ئاجىزلاشتۇردى. شۇنىڭدىن كېيىن، داۋالاش خىزمىتى ئادەمنى قانائەتلەندۈرىدىغان تەرەپكە بۇرالدى.

بۇ يەردە تىلغا ئالغىنىمىز تەبىئەتتىن ھالقىغان ھادىسىلەر ئۈچۈن پايدىلىق، ھەممىسى «چەكسىز ئېرىشىش»كە تەۋە. بۇ سۆزنىڭ ئىنگلىزچە «ۋىچ چوڭ لۇغىتى»دىكى ئېنىقلىمىسىدا: «قىممەتلىك ۋە ئادەمنى سۆيۈندۈرىدىغان تۇغما تالانتنى تۇيۇقسىز بايقاش ئىقتىدارى» دېيىلگەن. بۇ ئېنىقلىمىدا دىققەت قىلىشقا ئەرزىيدىغان بىر نۇقتا شۇكى، «تۇغما تالانت ئىقتىدارى»دۇر. بەزى كىشىلەر ئۇنى «چەكسىز»لىك دەپ قارىۋالغانلىقى ئۈچۈن بەختلىك، بەزىلەر ئۇنداق ئەمەس.

مەن بۇ بۆلەكتە تەھلىل قىلغان ئەڭ مۇھىم نۇقتا شۇكى، «قىممەتلىك ۋە ئادەمنى سۆيۈندۈرىدىغان تۇغما تالانتنى تۇيۇقسىز بايقاش ئىقتىدارى»نىڭ كىشىلەر ئالدىدا تەڭرى شەپقىتى بولۇپ نامايان بولۇشىدۇر. ئەمەلىيەتتە بۇنىڭدىن ھەممە ئادەمنىڭ بەھرىلىنىش ھوقۇقى بار، بىراق بەزىلەر ئۇنىڭدىن بەھرىلىنەلەيدۇ، بەزىلەر ئۇنى قولدىن بېرىپ قويىدۇ. يۇڭ (كارل گۇستاف يۇڭ) دىرىزىنى ئېچىپ، «مۇقەددەس

قوشغۇز»نى كىرگۈزدى ۋە ئۇنى تۇتىۋالدى. ئەمەلىيەتتە ئۇنىڭ كۆرسىتىپ قويماقچى بولغىنى، پۇرسەتنى تۇتۇشتۇر. بىراق بەزى كىشىلەر تەگرى شەپقىتىنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى بىلسىمۇ، بىراق بەزى نەرسىلەرنىڭ قىممىتىنى تونۇۇقسىز بايقاشنى چۈشەنمەيدۇ، شۇڭا ئۇلارنى «بايقىيالمايدۇ». ھەر بىر كىشىنىڭ «چەكسىز»لىككە ئۇچراش پۇرستى بار، نۇرغۇنلار پەقەت ئۇنىڭ بىر خىل نېمەتلىكىنى بىلەلمەيدۇ. بىز بۇنداق ئىشلارغا ئادەتتىكىچە قاراپ ئۆتكۈزىۋېتىمىز، خالاس.

تەڭرى شەپقىتىنىڭ كۈچى

مەن ھازىرغىچە بايان قىلغان ھادىسىلەر تۆۋەندىكىدەك ئالاھىدىلىكلەرگە ئىگە:

1. ئىنسانلار تۇرمۇشى بىلەن قەلب مۇكەممەللىكى ئارىسىدىكى تەسىرنى غىدىقلاش، قوللاش، قوغداش ۋە ئىلگىرى سۈرۈش.

2. ئۇلار ئارىسىدىكى تەسىرنى ئىلمىي تەپەككۇرغا ئاساسلانغان تەبئىي قانۇنىيەتلەر (تەبىئەتتىن ھالقىغان ھادىسىلەر) ئارقىلىق چۈشەندۈرۈش مۇمكىن ئەمەس، پەقەت تولۇقسىز (فىزىيولوگىيەلىك ئىممۇنىتېت كۈچى ۋە چۈش) چۈشەندۈرۈلىدۇ.

3. ئىنسانلار دۇنياسى دائىملىقتۇر، ھەمىشە مەۋجۇت بولۇپ تۇرىدۇ. ئومۇملاشمىغان بولسىمۇ، بىراق ماھىيىتىدە پەرق يوق.

4. ئىنسانلار تۇرمۇشى گەرچە ئاڭنىڭ كونتروللۇقىغا ئۇچرىسىمۇ، بىراق ئۇنىڭ مەزمۇنى ئاڭدىن تاشقىرى بولۇپ، ئاڭنىڭ چەكلىمىسىگە ئۇچرىمايدۇ.

ئادەتتە بۇ خىل ئىشلار مۇستەقىل ھادىسىلەر دەپ قارالسىمۇ، بىراق مەن ئۇلارنىڭ ئومۇمىيلىقىنىڭ پەقەت بىرلا ئىشنى ئىسپاتلىيالايدىغانلىقىغا ئىشىنىمەن. يەنى، ئىنسانلارنىڭ ئىېگىدىن ھالقىپ كەتكەن بىر خىل غايەت زور كۈچ بار بولۇپ، ئۇ ئىنسانلارنىڭ قەلب مۇكەممەللىكىگە يېتىشى ئۈچۈن ياردەم بېرىدۇ. ئىممۇنىتېتلىق شارىسمان ئاقسىل، چۈش باسقۇچى، يوشۇرۇن ئاڭ قاتارلىق پەننىي ئاتالغۇلار شەكىللىنىشتىن ئىلگىرىمۇ دىن مۇرىتلىرى بۇ خىل كۈچنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى جەزملەشتۈرگەن ھەمدە ئۇنى تەڭرىنىڭ شەپقىتى دەپ ئاتاپ، قەسىدىلەرنى پۈتۈپ كەلگەن.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

بىز بۇ خىل كۈچكە قانداق يۈزلىنىمىز؟ بىز ئۇنى سىلىيالمايمىز، ئۇنى مۆلچەرلىيەلمەيمىز، بىراق ئۇ ھەقىقەتەن مەۋجۇت، ئۇ ھەقىقەت مەۋجۇت نەرسىدۇر. بىز ئۆزىمىزنىڭ كۆرگەنلىرىمىزگە ئاساسەنلا ۋە ئەنئەنىۋى تەبىئەت قانۇنىيەتلىرىگە ئۇيغۇن كەلمىگەنلىكى ئۈچۈنلا، ئۇنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى ئىنكار قىلىمىزمۇ؟ بۇنداق قىلىش ناھايىتى خەتەرلىك. ئىشىنىمەنكى، ئەگەر قاراش قۇرۇلمىسىدىن «تەڭرى شەپقىتى» ھادىسىسىنى ئىپلىۋەتسەك، بىزنىڭ بۇ ئالەمنى ۋە ئادەمنىڭ ئالەمدىكى ئورنىنى تولۇق چۈشەندۈرەلىشىمىز مۇمكىن ئەمەس.

بىراق بۇ سىرلىق كۈچنىڭ قەيەردىلىكىنى بىلمەيمىز. بىز پەقەت ئۇنىڭ ئۇ يەردە ئەمەسلىكىنى، ئىنسانلارنىڭ ئىچىدا ئەمەسلىكىنى دېيەلەيمىز، خالاس. ئالدىنقى بۆلەكتىكى چۈش ھادىسىسىدىن كۆرۈشكە بولىدۇكى، تەڭرى شەپقىتى ئادەمنىڭ يوشۇرۇن ئېڭىغا جايلاشقان. ماسلىق پرىنسىپى ۋە كېچىكمەسلىك ھادىسىسى بۇ خىل سىرلىق كۈچنىڭ شەخس كاتېگورىيەسىدىن ھالقىپ كەتكەنلىكىنى كۆرسىتىدۇ.

ئەمەلىيەتتە تەڭرى شەپقىتى (سىرلىق كۈچ) نىڭ قەيەردىلىكىنى جەزىملەشتۈرەلمەيۋاتقانلار پەقەت ئاكادېمىكلارلا ئەمەس، ھەرقايسى دىن-مەزھەپلەرنىڭ مۇرتلىرىمۇ گەرچە تەڭرى شەپقىتىنى تەڭرىنىڭ سۆيگۈسى دەپ ئاتىۋالسىمۇ، بىراق تەڭرىنىڭ قەيەردىلىكىنى جەزىملەشتۈرەلمىگەن. مېتافىزىكىدا ئىككى خىل ئېقىمنىڭ قارىمۇقارشى نەزەرىيەلىرى بۇ ھادىسىنى چۈشەندۈرگەن: بىر ئېقىمنىڭ چېچىش نەزەرىيەسى بولۇپ، ئۇلار تاشقى دۇنيادىكى تەڭرىنىڭ بۇ كۈچنى ئىنسانلارغا ئاتا قىلىدىغانلىقىغا ئىشىنىدۇ. يەنە بىر ئېقىمنىڭ يىغىش نەزەرىيەسى بولۇپ، ئۇلار تەڭرى شەپقىتىنىڭ ھەر ئادەمنىڭ قەلبى (ئىچكى دۇنياسى) دىن قوزغىلىپ چىقىدىغانلىقىغا ئىشىنىدۇ.

سۇبىستانسىيە قارىشىدىن قۇتۇلۇش

ئەمەلىيەتتە بارلىق مەسىلىلەر ۋە زىددىيەتلەر بىزنىڭ شەيئىلەرنىڭ قەيەرگە جايلاشقانلىقىنى جەزملەشتۈرۈش ئىستىكىمىزدىن پەيدا بولىدۇ. ئىنسانلارنىڭ مۇشۇنداق شەيئىلەرنى يەككە سۇبىستانسىيەگە ئايرىيدىغان خاھىشى بار، بىز دۇنيانى كىمە، كەش ۋە باشقا نەرسىلەردىن تەركىب تاپقان دەپ قارايمىز. بىز مۇشۇنداق بارلىق ھادىسىلەرنى تۆرگە ئايرىساق، ئۇنىڭ قانداق سۇبىستانسىيەلىكىنى بىكىتسەك، ئاندىن ئۇنى چۈشىنىدىغاندەك ھېس قىلىمىز. بىر نەرسە يا قارا ياكى ئاق بولىدۇ، بىراق ھەم قارا ھەم ئاق بولسا بولمايدۇ. كېمە دېگەن كېمە، كەش دېگەن كەش، مەن دېگەن مەن، سەن دېگەن سەن، مېنىڭ سۇبىستانسىيەمنى مېنىڭ ئۆزلۈكۈم بىلىدۇ، سېنىڭ سۇبىستانسىيەڭنى سېنىڭ ئۆزلۈكۈڭ بىلىدۇ، ئەگەر بىزنىڭ ئۆزلۈكىمىزنىڭ بىلىشى ئارىلىشىپ كەتسە، ئايرىغىلى بولمىسا، بىز بىر خىل بىئاراملىق ھېس قىلىمىز. ھىندى دىنى ۋە بۇددا دىنى مۇتەپەككۇرلىرى يەككە سۇبىستانسىيە قارىشىمىزنىڭ بىر خىل خىيالىي سېزىم (فانتازىيە) ئىكەنلىكىگە ئىشىنىدۇ، ھازىر نىسپىيلىك نەزەرىيەسى، دولقۇن زەررىچىسى ھادىسىسى، ئېلېكترو ماگنىتشۇناسلىق قاتارلىق پەنلەرنىڭ ئالىملىرى سۇبىستانسىيە قارىشى نەزەرىيەلىرىمىزنىڭ ناھايىتى چەكلىمىلىككە ئىگە ئىكەنلىكىگە دىققەت قىلىشقا باشلىدى، بىراق بىزنىڭ ئۇنىڭدىن قۇتۇلۇپ چىقالىشىمىز ناھايىتىمۇ تەس. سۇبىستانسىيەلىك ئويلىنىشىمىز بىزنى توختىماستىن شەيئىلەرنىڭ ئېنىقلىمىسىنى ئىزدەشكە مەجبۇرلايدۇ، بىزمۇ ئاللىبۇرۇن بۇ خىل خاھىشنىڭ تەگرىنى ۋە تەگرى شەپقىتىنى چۈشىنىشكە دەخلى

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

قىلىدىغانلىقىنى بايقىدۇق، بىزگە قىيىن بولدى.

مەن ئادەمنى سۇبىستانسىيە ئەمەس دەپ قاراپ باقتىم، بىراق بىلىش چەكلىمىلىكىم بۇنداق ئاساسسىز سۇبىستانسىيە قارىشى ئارقىلىق تەپەككۇر قىلالمىدى ۋە ئىجادىيەت قىلالمىدى. مەن «شەخس چېگراسى»نى تام ئەمەس، بەلكى بىر خىل ئوسموس كۆچى كۆچلۈك پەردە ياكى سۈزگۈچ دەپ قارىدىم، شۇڭا باشقا «سۇبىستانسىيە»لەر بۇ چېگرادىن ھالقىدى ۋە ئۆتتى. خۇددى ئاشكارا ئاڭدىكى ئۇچۇرلار يوشۇرۇن ئاڭغا ئۈزۈكسىز بۆسۈپ كىرگەندەك، يوشۇرۇن ئاڭدىكى ئۇچۇرلارمۇ تاشقى «ئاڭ»غا بۆسۈپ چىقىدۇ، ئىچى-تېشى ئارىسىدا ئۆتۈشىدۇ، سۇبىستانسىيەمۇ قايتا مەۋجۇت بولمايدۇ. 14-ئەسىردە ياشىغان مۇناخ جۇلىيان ناھايىتى توغرا ئېيتقان: «كېيىملەر تېنىمىزنى ئوراپ تۇرغاندەك، تېرىلەر مۇسكۇل، سۆڭەك ۋە يۈرەكلىرىمىزنى ئوراپ تۇرغاندەك، تەڭرىنىڭ رەھمىتىمۇ روھىمىزنى ۋە تېنىمىزنى ئوراپ تۇرىدۇ، ئۇنداق بولمىغان بولسا، دۇنيادىكى بارلىق نەرسىلەر ئېرىپ تۈگەيتتى. ھالبۇكى، تەڭرىنىڭ رەھمى مەڭگۈ يوقالمايدۇ».

بىز «مۆجىزە»نىڭ كېلىش مەنبەسىنى قانچىلىك مۇبالىغە قىلىشىمىزدىن قەتئىينەزەر، ئادىمىيلىكنىڭ مۇكەممەللىشىش ئوربىتىسى ئېكىمىزدىن ھالقىغان بىر كونتروللىغۇچ كۈچ تەرىپىدىن ھەرىكەتلەندۈرۈلىدۇ. مەن ئىشىنىمەنكى، ئەگەر بىز باشقا بىر مۆجىزىنى چىقىش نۇقتىسى قىلىپ ئويلانساق ياكى بۇ سېھرىي كۈچنىڭ ماھىيىتىنى چۈشەنسەك، ئۇنداقتا پۈتۈن ھاياتلىقنىڭ مۇكەممەللىشىش جەريانى بىز ئاتىۋالغان «تەدرىجىي تەرەققىيات» بولىدۇ.

بۇ كىتابتا تەدرىجىي تەرەققىياتنى گەرچە ئايرىم بىر ئۇقۇم سۈپىتىدە مۇلاھىزە قىلمىغان بولساقمۇ، بىراق كىتابتا باشتىن-ئاخىر تەدرىجىي تەرەققىيات بىلەن مۇناسىۋەتلىك گەپلەر بولۇندى. قەلب مۇكەممەللىكى شەخسنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتىدۇر. شەخسنىڭ تېنى ئېھتىمال ھايات (جان) غا ئەگىشىپ دەۋرىيلىك ئۆزگىرىشى مۇمكىن، بىراق ئۇ ھەرگىزمۇ تەدرىجىي تەرەققىيات ئەمەس، ئۇنىڭدا ھەرگىزمۇ يېڭىچە فىزىيولوگىيەلىك

ئۆزگىرىش بولمايدۇ. ياشنىڭ چوڭىيىشىغا ئەگىشىپ تەنىنىڭ چېكىنىشى ساقلانغىلى بولمايدىغان نەتىجىدۇر. بىراق شەخسنىڭ هاياتىدا، قەلب ئىپتىمال غايەت زور تەدرىجىي تەرەققىياتنى باشتىن كەچۈرۈشى مۇمكىن. ئۇنىڭدا يېڭىچە ئەندىزە ئۆزگىرىش بارلىققا كېلىدۇ. قەلب ئىقتىدارى ۋاقىتقا ئەگىشىپ تولۇقلىنىدۇ، تاكى ئۆلگەندە ئاندىن توختايدۇ. ئادەمنىڭ هاياتىدا قەلبنىڭ مۇكەممەللىشىش پۇرسىتىلا مەڭگۈ چەكلىمىسىز بولىدۇ. بۇ كىتابتا گەرچە قەلبنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتى مەركەزلىك سۆزلەنگەن بولسىمۇ، بىراق ئۇ بىيولوگىيەلىك تەدرىجىي تەرەققىيات جەريانى بىلەن ئوخشىشىدۇ. شۇڭا، ئۇ بىزنىڭ قەلب مۇكەممەللىكى جەريانىنى ۋە تەڭرى شەپقىتىنىڭ مەنىسىنى چۈشىنىشىمىزگە ياردەم بېرىدۇ.

جانلىقلار تەدرىجىي تەرەققىيات جەريانىدا ئەڭ دىققەت قىلىشقا ئەرزىيدىغان بىر نۇقتا دەل ئۇنىڭ مۆجىزىۋىلىكىدۇر. بىزنىڭ ئالەم چۈشەنچىمىزگە ئاساسلانساق، تەدرىجىي تەرەققىيات ئۇنداق ئاددىيلا يۈز بېرىشى ناتايىن، بۇ خىل هادىسە ئەسلا مەۋجۇت بولمايدۇ.

ئىسسىقلىقنىڭ ئىككىنچى تېئورېمىسىنى مىسال قىلساق، ئېنېرگىيە تەبىئىي هالدا قانۇنىيەتلىك هالەتتىن قانۇنىيەتسىز هالەتكە ئاقىدۇ، يۇقىرى هالەتتىن تۆۋەن هالەتكە ئاقىدۇ. باشقىچە ئېيتقاندا، ئالەم تەدرىجىي كېڭىيىۋاتقان (بۇزۇلۇۋاتقان) هالەتتە تۇرىدۇ، بۇ خىل هالەتنى سۇنىڭ يۇقىرىدىن تۆۋەنگە ئېقىش قانۇنىيىتى ئارقىلىق چۈشەندۈرسەك، ئادەملەر ئۇنى چېلەك، پومپا ۋە توسما قاتارلىق شەكىللەر ئارقىلىق بۇ جەرياننى كەينىگە قايتۇرىدۇ، ئۇ ئەسلىي هالىتىگە قايتىدۇ. سۇ ئېگىزلىككە قايتىدۇ. بۇ خىل ئېنېرگىيە چوقۇم باشقا يەردىن كەلگەن. مەلۇم خىل ئېنېرگىيەنى ساقلاپ قېلىش ئۈچۈن، چوقۇم ئۇنىڭ ئورنىغا باشقا ئېنېرگىيەنى تولۇقلاشقا توغرا كېلىدۇ. ئىسسىقلىقنىڭ ئىككىنچى تېئورېمىسىغا ئاساسەن، سانسىز يىللاردىن كېيىن ئالەم تولۇق ۋەيران بولىدۇ (بۇزۇلىدۇ)، ئېنېرگىيەنىڭ ئەڭ تۆۋەن نۇقتىسىغا پەسلەيدۇ، شەكىلسىز ۋە قۇرۇلمىسىز، قايتا پارچىلانمايدىغان «بىرلىك»تە قاتىدۇ، بۇ

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

خىل قۇرۇلمىسىز، قالايمىقان پارچىلانمايدىغان ھالەتنى «ئېنتروپىيە» دەپ ئاتايدۇ.

ئېنېرگىيە تەبىئىي ھالدا يۇقىرىدىن تۆۋەنگە ئېقىپ، ئېنتروپىيە ھالىتىگە كىرسە، ئۇ ئېنتروپىيە كۈچى دەپ ئاتىلىدۇ. بۇنىڭدىن شۇنى كۆرۈۋالالايمىزكى، تەدرىجىي تەرەققىيات جەريانى بىلەن ئېنتروپىيە كۈچى ئەڭ تۆۋەن نۇقتىدا ئۇچرىشىدۇ. تەدرىجىي تەرەققىيات تۆۋەندىن يۇقىرىغا تەرەققىي قىلىپ، تېخىمۇ مۇرەككەپ، تېخىمۇ پارچىلىنىدىغان ۋە تېخىمۇ تەشكىللىك ھالەتكە ئۆزگىرىدۇ. پارازىت ۋىرۇسىمۇ بىر خىل ئورگانىك ماددا، پەقەت مولېكۇلاغا سىلىشتۇرغاندا ئازراقلا مۇرەككەپ. باكتېرىيە بىر قەدەر مۇرەككەپ، ئۇ يەنە ئىنچىكە تورلىنىدۇ، ھۈجەيرە پوستى، ئوخشاشمايدىغان مولېكۇلا تۈزۈلۈشى ۋە ئەۋلاد قالدۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە. ئۆسۈملۈك قۇرتى يەنىمۇ تورلىنىدىغان بولۇپ، ھۈجەيرە يادروسى، تالا تۈكچىسى ۋە ھەزىم قىلىش سىستېمىسىغا ئىگە. دېڭىز يۇسۇنى تېخىمۇ تورلىنىدۇ، ئۇنىڭ ئوخشاشمايدىغان خۇسۇسىيەتكە ئىگە بىر قانچە ھۈجەيرىسى بار، ئۇلار ئۆز ئارا بېقىنىش مۇناسىۋىتىگە ئىگە. ھاشارات ۋە بېلىق تۈردىكى جانلىقلار بولسا مۇرەككەپ نېرۋا سىستېمىسى ۋە ھەرىكەت شەكلىگە ئىگە، ھەتتا ئىجتىمائىي تۈزۈلۈشكە ئىگە. مۇشۇنداق تەرەققىي قىلىش ئارقىلىق تەدرىجىي تەرەققىيات تېخىمۇ مۇرەككەپلىشىدۇ، ئالىي تورلىنىشكە ۋە تۈزۈلۈشكە تەرەققىي قىلىدۇ، ئەڭ يۇقىرى پەللىسى ئادەمگە كەلگەندە تېخىمۇ زور مىقداردىكى ماس مېڭە تۈزۈلۈشى ۋە ناھايىتىمۇ مۇرەككەپ قىلىق ئەندىزىسىگە ئىگە بولغان، ئۆرە بولۇش تەدرىجىي تەرەققىياتنىڭ ئالىي پەللىسىدۇر. مېنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتنى مۆجىزە دېيىشىمنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئۇ تەدرىجىي ھالدا تۈزۈلۈشنى ۋە تورلىنىشنى مۇكەممەللەشتۈرۈپ، تەبىئىي قانۇنىيەتكە ئۇزۇل-كېسىل قارشى چىققان. نورمال تەرەققىيات ئارقىسىدا، بۇ كىتابنى يېزىۋاتقان ۋە ئوقۇۋاتقان ئادەم ئەسلا مەۋجۇت بولماسلىقى تېگىشلىك.

تەدرىجىي تەرەققىيات جەريانى بىر پارچە ئەلئېھرامنى سىزىش جەريانىغا ئوخشايدۇ، ئەڭ مۇرەككەپ ۋە سانى ئاز بولغىنى ئەلئېھرامنىڭ

چوققىسى — ئادەمدۇر، سانى ئەڭ كۆپ ۋە ئەڭ ئاددىي بولغىنى ئەلئىبھرامىنىڭ تەگلىكى — پارازىت ۋىرۇستۇر.

ئالىي پەللە (ئادەم) ئىنتروپىيە كۈچىگە قارىمۇقارشى ئىلگىرىلەپ، يۇقىرىغا قارىتا تەرەققىي قىلغان. مەن ئەلئىبھرامىنىڭ ئىچىگە بىر ئىستېرىلكىنى سىزىپ، تەدرىجىي تەرەققىياتنى قۇدرەتكە ئىگە قىلغان سىرلىق كۈچنى ئىپادىلىسەم، بۇ ئىستىرېلكا مىليون ئەسىرلىك مۇۋەپپەقىيەت-مەغلۇبىيەتنىڭ «تەبىئىي قانۇنىيتى»گە ۋەكىللىك قىلىدۇ، ئۇ دەل ئۆز ئىچىقلىمىسىنى كۈتۈۋاتقان تەبىئەت قانۇنىيىتىدۇر.

ئىنسانلار قەلبىنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتىنىمۇ شۇنىڭغا ئوخشىشىدىغان رەسىم بىلەن ئىپادىلىگىلى بولىدۇ.

مەن يەنە بىر قېتىم تەكىتلەپ قويۇشنى لايىق تاپتىم، قەلب مۇكەممەللىكى بىر خىل ئۇزاق مەزگىل زېھىن سەرپ قىلىشنى تەلەپ قىلىدىغان ئوقۇبەتلىك جەريان، چۈنكى ئۇ چوقۇم تەبىئىي قانۇنىيەت بىلەن قارىمۇقارشى بولۇشى كېرەك، ئەسلىي ھالەتنى ساقلاپ قېلىشقا قارشى چىقىشى كېرەك. كونا خەرىتە ۋە كونا ئۇسۇللاردىن ۋاز كېچىپ، ئەڭ ياخشى يولنى تاللاش بىر خىل تەبىئىي خاھىشتۇر. تەبىئىي قانۇنىيەتكە قارشى چىقىش جەريانىدا، ئىنتروپىيە كۈچى ئوخشاشلا قەلب قاتلىمىغا ماسلىشىدۇ. بىراق جانلىقلارنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتىغا ئوخشاش، بۇ خىل كۈچ مۆجىزە كەبى خاتىمىلىنىدۇ. بىز يەنىلا چوڭ بولىمىز، بۇ يولدا قانچىلىك توسالغۇلارغا ئۇچرىشىمىزدىن قەتئىينەزەر، يەنىلا تېخىمۇ ياخشى ئادەمگە ئايلىنالايمىز. گەرچە ھەممەيلەن ياخشى ئادەم بولۇپ كېتەلمىسىمۇ، ياخشى بولۇش بەك ئوقۇبەتلىك بولسىمۇ، بىراق كۆپ سانلىق كىشىلەر يەنىلا ئۆزى ۋە ئۆزىنىڭ مەدەنىيىتىنى ياخشىلىيالايدۇ. بىر غايىب كۈچ بىزنىڭ بۇ ئوقۇبەتلىك يولنى تاللىشىمىزغا ۋە لاي-پاتقاق مۇھىتتىن ھالقىشىمىزغا يېتەكچىلىك قىلىدۇ.

www.uyghurkitap.com

قەلبنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتى

قەلبنىڭ تەدرىجىي تەرەققىيات جەريانى ئىسخېمىسى شەخس ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ. ھەربىر ئادەمنىڭ مۇكەممەللىشىش ئىستىكى بولىدۇ، ھەربىر ئادەم ئۆزىنىڭ كۈچىگە تايىنىپ توسالغۇلارنى يېڭىدۇ، نىشانغا يېتىدۇ. بۇ خىل ئىسخېما يەنە پۈتۈن ئىنسانىيەت ئۈچۈنمۇ ماس كېلىدۇ. شەخسنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتى جەمئىيەتنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتىنى ئىلگىرى سۈرىدۇ. بالىلىقىمىزدا بىز مەدەنىيەتنىڭ غىدىقلىشىغا ئۇچرايمىز، چوڭ بولغاندىن كېيىن جەمئىيەتكە قايتىمىز. مۇكەممەللىشىش جەريانىنى مۇۋەپپەقىيەتلىك تاماملىغان ئادەملەر مۇكەممەللىك مېۋىسىدىن ئۆزى بەھرىمەن بولۇپلا قالماي، يەنە ئۇنى دۇنياغىمۇ ئاتا قىلىدۇ. شەخسنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتى پۈتۈن ئىنسانىيەتنىڭ مەسئۇلىيىتىنى ئۆز زىممىسىگە ئالغان. ئىنسانىيەت مۇشۇنداق شەخسنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتى ئارقىلىق تەدرىجىي تەرەققىي قىلىدۇ.

ئىنسانلارنىڭ قەلب مۇكەممەللىكى ئۆزلۈكسىز يۇقىرى ئۆرلەيدۇ، دېگەن بۇ ئۇقۇم «ئالغا چۈشى» يوقالغان بۇ بىر ئەۋلادقا ئۇنچە ئۇيغۇن كەلمىسە كېرەك. ھەممە يەرنى ئۇرۇش، يۇقۇملۇق كېسەل ۋە بۇلغىنىش قاپلىغاندا، بىز يەنە قانداقسىگە ئەقلىي ھالدا ئىنسانىيەت ھازىر ئالغا ئىلگىرىلەۋاتىدۇ دەپ قارىيالايمىز؟ بىراق بۇ ھەرگىزمۇ مېنىڭ دېمەكچى بولغانلىرىم ئەمەس. مېنىڭ ئاخىرلىشىش ھېس قىلىشىمنىڭ سەۋەبى شۇكى، بىزنىڭ ئۆزلۈك ئىنتىلىشىمىز ئالدىنقى بىر ئەۋلادقا سېلىشتۇرغاندا يۇقىرى بولغانلىقى ئۈچۈندۇر. بىز بۈگۈن رەزىل ۋە قوبۇل قىلغىلى بولمايدىغان قىلىقلار ئېھتىمال ئەتە ناھايىتى ئەمەلىيەتچىل دەپ

قارىلىشى مۇمكىن. مۇشۇ كىتابنى مىسال قىلساقمۇ، ئاتا-ئانىلارنىڭ بالىلار قەلب مۇكەممەللىكىگە كۆڭۈل بۆلۈشى مەزكۇر كىتابنىڭ جەۋھىرىدۇر، بۇ ئېھتىمال هازىرقى ئەھۋالدا ئېتىراپ قىلىنماسلىقى مۇمكىن، بىراق نەچچە يۈز يىلدىن كېيىن، بەزى كىشىلەر بىۋاستە هالدا مۇشۇ قاراشقا كۆڭۈل بۆلۈشى مۇمكىن. گەرچە هازىر مەن ئاتا-ئانىلارنىڭ مەدەنىيەت سەۋىيەسىنى ناهايىتى تۆۋەن هېس قىلساممۇ، بىراق مەن شۇنىڭغا مۇتلەق ئىشىنىمەنكى، ئۇ ئالدىنقى نەچچە ئەۋلادقا سېلىشتۇرغاندا ناهايىتى يۇقىرىدۇر. يېقىندىن بۇيانقى، بالىلارغا كۆڭۈل بۆلۈش مۇلاھىزە قىلىنغان ماقالىلەردە ئوچۇق هالدا مۇنداق دېيىلمەكتە:

> *رىم قانۇنىدا، ئاتا-ئانىلارغا پەرزەنتلىرىنى كونترول قىلىش مۇتلەق هوقۇقى بېرىلگەن. ئۇلار بالىلىرىنى سېتىۋەتسە ياكى ئۆلتۈرۈۋەتسە تامامەن بولاتتى. بۇ خىل كۆزقاراش كېيىن ئەنگلىيە قانۇنىغا كىرگۈزۈلۈپ، تاكى 14-ئەسىرگىچە داۋاملاشقان. ئوتتۇرا ئەسىرلەرنىڭ ئۆسمۈرلەر تۇرمۇشى هازىر بىز ئويلىغاندەك ئۇنداق گۈزەل ئەمەس ئىدى. بالىلار يەتتە ياشقا كىرگەندە قائىدە بويىچە چاكارلىققا ۋە شاگىرتلىققا بېرىلگەن، ئۆگىنىش بولمىغان. ئۇلار ئاساسەن غوجايىنلىرىنىڭ ۋە ئۇستازلىرىنىڭ قۇللۇقىنى ئۆتىگەن. بالىلار بىلەن قۇللارنىڭ هېچقانچە پەرقى قالمىغان، هەتتا تىلمۇ ئۇلارنى ئايرىلاشتۇرۇۋەتكەن. بالىلار 16-ئەسىرگە كەلگەندە ئاندىن كىشىلەرنىڭ دىققىتىگە، جەمئىيەتنىڭ تونۇشىغا ئېرىشىپ، يېتىلىش جەريانىدا قوغداشقا ئېرىشتى.*

بىراق بۇ خىل شەخسنى ئىلگىرى سۈرىدىغان، پۈتۈن شەيئىلەرنى ئاڭقاۋلىقتىن قۇتۇلدۇرىدىغان ۋە باشقا توسالغۇلاردىن هالقىتىدىغان سىرلىق كۈچ زادى نېمە؟ بىز ئاللىقاچان ئۇنىڭغا مۇھەببەت (سۆيگۈ) دەپ ئات

قويدۇق. ھەم «ئۆزلۈكنى غىدىقلاش ۋە باشقىلارنىڭ قەلب مۇكەممەللىكى ئۈچۈن ئۆزلۈكنى تولۇقلاش ئىنتىلىشى» دەپ تەبىرمۇ بەردۇق. بىزنىڭ تىرىشچانلىقىمىز بىزنىڭ مۇكەممەللىكىمىز ئۈچۈن، بىزنىڭ تىرىشىشىمىز ئۆزىمىزنى سۆيۈش ئۈچۈن. سۆيگۈ ئارقىلىق ئۆزىمىزنى يۈكسەلدۈرىمىز. ئۆزگىنى سۆيۈش ئارقىلىق بىز ئۆزگىلەرنىڭ ئۆزىنى يۈكسەلدۈرىشىگە ياردەم بېرىمىز. ئۆزلۈكنى تولۇقلايدىغان سۆيگۈ بىر خىل تەدرىجىي تەرەققىي قىلىدىغان قىلىقتۇر. ئۇ ئۇزۇكسىز تەرەققىي قىلىدۇ. ھاياتلىق دۇنياسىدا يوشۇرۇن تەدرىجىي تەرەققىي قىلىدىغان كۈچ ئىنسانلارنىڭ ئادىمىي سۆيگۈنىڭ ئىپادىسىدۇر. ئادىمىي سۆيگۈ ئىنتروپىيەلىك تەبىئىي قانۇنىيەتنى نەزەرگە ئالمايدىغان مۆجىزىۋى كۈچتۇر.

تۇنجى گۇناھ ۋە رەزىللىك

قەلب مۇكەممەللىكى ھەققىدە توختالغاندا، بۇ ئىشنىڭ ئەكسى تەرىپى ھەققىدىمۇ توختالماي بولمايدۇ، ئۇ دەل قەلبنىڭ مۇكەممەللىشىشىگە زىيانكەشلىك قىلىدىغان تۇسالغۇدۇر. چوڭقۇرلىغاندا، بىرلا تۇسالغۇ بار، ئۇ بولسىمۇ ئاڭقاۋلىق (ھۇرۇنلۇق) تۇر. بىز پەقەت ئاڭقاۋلىقنى يەڭگەن ۋاقتىمىزدىلا باشقا تۇسالغۇلار تەبىئىيلا ھەل بولۇپ كېتىدۇ. ئەگەر ھۇرۇنلۇقنى يېڭەلمىسەك، باشقا ئىشلارنى قانچە ياخشىلىغان بىلەنمۇ، مۇۋەپپەقىيەت قازىنىش مۇمكىن ئەمەس. شۇڭا ئاڭقاۋلىق بۇ كىتابنىڭ چوڭ بىر تېمىسىدۇر. ئىنسرامنى مۇلاھىزە قىلغان ۋاقتىمىزدا، مۇقەررەر ئۇقۇبەتتىن ئۆزىنى قاچۇرۇش ياكى ئاسان ئىشلارنى تاللاش قاتارلىق يوشۇرۇنچە ھۇرۇنلۇق شەكىللىرىنى مۇلاھىزە قىلغاندۇق. مۇھەببەت (سۆيگۈ)نى مۇلاھىزە قىلغاندا، ساختا سۆيگۈ سەۋەبلىك ئۆزلۈكنى مۇكەممەللەشتۈرەلمەسلىكنى مۇلاھىزە قىلغاندۇق. ئاڭقاۋلىق مۇھەببەتنىڭ ئەينى ئەكسىدۇر. قەلب مۇكەممەللىكى تىرىشچانلىققا تايىنىدۇ، بىز بۇ نۇقتىنى كۆپ قېتىم تەكىتلىدۇق، ھازىر بىز ئاڭقاۋلىقنىڭ ماھىيىتىنى تېخىمۇ ئىچكىرىلەپ مۇلاھىزە قىلىمىز. شۇ ئارقىلىق «ئاڭقاۋلىق»نىڭ ئەمەلىيەتتە ھەربىر ئادەمنىڭ تۇرمۇشىدىكى بىر سەلبىي كۈچ ئىكەنلىكىنى چۈشىنىمىز.

كۆپ يىللاردىن بېرى، مەن خىرىستىيان دىنىدىكى «تۇنجى گۇناھ» ئۇقۇمىنى مەنىسىز ھېس قىلغانىدىم، ھەتتا ئادەمگە رېئاكسىيە (زەھەر) قىلىدۇ دەپ ئويلايتتىم. جىنسىيەت بىلەن گۇناھنىڭ مۇناسىۋىتى يوق، باشقا ئىستەكلەرمۇ گۇناھ ئەمەس دەپ بىلەتتىم. مەن ھەمىشە تەملىك

www.uyghurkitap.com

تاماقلارنى كۆپ يەيتتىم، تاماقتىن كېيىن ھەزىم قىلىشتا بىر ئاز قىينالساممۇ، بىراق ئۇنى گۇناھ دەپ قارىمايتتىم. مەن دۇنيا ئالدامچىلىق، شەخسىيەتچىلىك، ئازار ۋە زوراۋانلىق قاتارلىق گۇناھلارغا تولغان دەپ بىلەتتىم. بىراق بۇۋاقلارنىڭ خاراكتېرىدە گۇناھنى كۆرەلمىگەچكە، ئەجدادلىرى چەكلەنگەن دەرەخنىڭ مېۋىسىنى يېگەنلىكى ئۈچۈن، باللارنىڭمۇ قارغىش ئالدىغانلىقىغا ئىشەنمەيتتىم. ئەمما مەن تەدرىجىي ھالدا ئاڭقاۋلىقنىڭ ھەممە يەرگە تولغانلىقىغا دىققەت قىلىشقا باشلىدىم. ھەر قېتىم بىمارلارنىڭ مۇكەممەللىشىش جېڭىگە ياردەم بېرىۋاتقىنىمدا، ئۆزۈمنىڭ ئەڭ چوڭ دۈشمىنىمنىڭ ئاڭقاۋلىق (ھۇرۇنلۇق) ئىكەنلىكىنى بايقايتتىم. ئۆزۈمدىمۇ يېڭى ئىدىيە، يېڭى مەسئۇلىيەت ۋە يېڭى مۇكەممەللىك قاتارلىق ئۆزلۈكنى مۇكەممەللەشتۈرۈشنى خالىمايدىغان پىسخىكىنىڭ بارلىقىنى بايقىدىم. ئۆزۈمنىڭ پۈتۈن ئىنسانىيەت بىلەن بولغان ئەڭ چوڭ ئورتاقلىقىمنىڭ دەل ئاڭقاۋلىق ئىكەنلىكىنى بىلدىم. بۇ بىر نۇقتىدا، يىلان ۋە ئالمىنىڭ ھېكايىسى تۇيۇقسىز مەنىگە ئىگە بولدۇ.

تەڭرى بىلەن يىلاننىڭ مۇنازىرىسى

ئەڭ مۇھىم مەسىلە ئىنجىل ھېكايىلىرىدە دېيىلمىگەن. ئۇ ھېكايىلەردىن شۇنى بىلەلەيمىزكى، تەڭرىنىڭ «سۇبھىدە باغچىدا ئايلىنىدىغان» ئادىتى بار ھەمدە ئۇنىڭ ئىنسانلار بىلەن ئىدىيە ئالماشتۇرۇش لىنىيەسى تولۇق ئېچىۋېتىلگەن. ئەگەر بۇ راست بولسا، ئۇنداقتا، يىلان ئالمىنى يېيىشكە ئىلھاملاندۇرغان ئادەم بىلەن ھەۋۋا، نېمىشقا تەڭرىگە: «بىز ئامراق بۇ ياخشىلىق-يامانلىق دەرىخىنىڭ مېۋىسىنى نېمىشقا يېگىلى قويمايسەن، بىز بۇ يەرنى ياقتۇرىمىز، سېنىڭمۇ بىزنىڭ [مېۋىنى يېگەندىكى] ھېسسىنى بىلمەيدۇ دەپ قارىماسلىقىڭنى ئۈمىد قىلىمىز، بىز ھەقىقەت بۇ ئىشقا مۇناسىۋەتلىك تۈزۈمنى چۈشەنمىدۇق، سەن بىزگە چۈشەندۈرۈپ قويساڭ؟» دەيدۇ؟ بىراق ئۇلار دەرۋەقە ئۇنداق قىلمىدى. ئۇلار قارامىلىق بىلەن تەڭرىنىڭ قانۇنىغا خىلاپلىق قىلدى. ئۇلار «چەكلەش»نىڭ مەنىسىنى چۈشەنمەيتتى، تەڭرى ئوتتۇرىغا قويغان مەسىلىنى بىۋاسىتە ئويلىنىشنىمۇ خالىمايتتى. ئۇلار تەڭرىنىڭ ھوقۇقىدىن گۇمانلاندى ياكى چوڭلارنىڭ ئەقلىيلىك مەيدانىنى ئاساس قىلىپ تەڭرى بىلەن ئالاقە قىلدى. ئۇلار يىلاننىڭ سۆزىگە ئىشەندى، بىراق ھەرىكەتلىنىشتىن ئاۋۋال تەڭرىنىڭ بۇ ھەقتە ئېيتقانلىرىغا دىققەت قىلمىدى.

نېمىشقا دىققەت قىلمايدۇ؟ نېمىشقا ئويلىنىش بىلەن ھەرىكەتلىنىش ئارىسىدا بىر سىناق قەدەم-باسقۇچى يوق؟ ئەمەلىيەتتە مۇشۇ قەدەم-باسقۇچنىڭ كەملىكى گۇناھ بولۇشنىڭ ماھىيىتىدۇر. بۇ كەم قەدەم-باسقۇچ دەل مۇنازىرىدۇر. ئادەم ۋە ھەۋۋا ئەسلىدە تەڭرى بىلەن

يىلان ئوتتۇرىسىدا بىر مەيدان مۇنازىرىنى باشتىن كەچۈرۈشى كېرەك ئىدى، ئۇلار بۇ بىر نۇقتىنى ئېلىپ بارمىدى، شۇڭلاشقا، تەگرىنىڭ مەيدانىنى مەڭگۈ بىلەلمىدى. تەگرى بىلەن يىلاننىڭ مۇنازىرىسى ئىنسانلارنىڭ قەلبىدىكى ياخشىلىق-يامانلىق كۆرۈشىگە سىمۋول قىلىنغان. بىز ئۆزىمىزنىڭ قەلبىدە ياخشىلىق-يامانلىق مۇنازىرىسى قەدەم-باسقۇچىنى ئېلىپ بارمىغانلىقتىن، نۇرغۇنلىغان گۇناھلىق قىلمىشلار يۈز بېرىدۇ. ئۇلار مەلۇم قىلىنغانلارنىڭ دانىشمەنلىك ياكى ئەمەسلىكىنى چوڭقۇرلاشتۇرۇۋاتقاندا ھەمىشە تەگرىنىڭ مەيدانىنى ئۇنتۇپ قالىدۇ. ئۇلار ھەمىشە ئۆزىنىڭ قەلبىدىكى تەگرىگە — پۈتۈن ئىنسانىيەتكە ئورتاق ھەقىقەت تۇيغۇسىغا قۇلاق سالمايدۇ. بۇ تەرەپتىكى مۇغلۇبىيەت پەقەت ئادەمنىڭ ئۆزىنىڭ ئاگاھلىقىدىندۇر. ئىچكى دۇنيادا بۇ خىل مۇنازىرىنى ئېلىپ بېرىش تىرىشچانلىق، ۋاقىت ۋە روھقا موھتاج. ئەگەر بىز كەسكىنلىك بىلەن «قەلبىمىزدىكى تەگرى»گە قۇلاق سالساق، ھەمىشە بىر قەدەر ئوقۇبەتلىك يولنى تاللاشقا مەجبۇر بولىمىز، بۇ يولدا مېڭىشقا تېخىمۇ زور كۈچ كېتىدۇ. بۇ خىل مۇنازىرىنى ئېلىپ بېرىش ئۈچۈن ئۆزىمىزنى ئوقۇبەتكە ۋە كۆرەشكە دۇچ كەلتۈرىمىز. بىز ھەممىمىز بۇ خىل ئوقۇبەتكە يۈزلەنمەيمىز، بەلكى ئۇنىڭدىن ئۆزىمىزنى قاچۇرىدىغان يولنى تاللايمىز. خۇددى ئادەم ۋە ھەۋۋاغا ۋە باشقا ئەجدادلىرىمىزغا ئوخشاش، بىزمۇ ناھايىتى ئاگاھ.

شۇنىڭ ئۈچۈن، ھەقىقەتەن تۇنجى گۇناھ مەۋجۇت، ئۇ دەل بىزنىڭ ئاگاھلىقىمىز. ئۇ ھەر بىر ئادەمدە، ئۇنىڭ ئۆسمۈرلۈكىدە، باللىقىدا، ياشلىقىدا، قېرىلىقىدا مەۋجۇت، ئۇ دانىشمەنلەردە ۋە دۆتلەردە، مېيىپلەردە ۋە ساغلام كىشىلەرنىڭ ھەممىسىدە مەۋجۇت. بەزى كىشىلەر ئانچە ئاگاھ ئەمەس، بىراق ھەممە ئادەمدە ئازدۇر-كۆپتۇر ئاگاھلىق بولىدۇ. زېھنى قانچىلىك ئۆتكۈر، ھەرىكىتى قانچىلىك چاققان ئادەم بولسۇن، ئەقلىيلىك بىلەن ئۆزى ھەققىدە چوڭقۇر ئويلانغاندا، بىز چوقۇم ئۆزىمىزنىڭ ئاگاھ تەرىپىمىزنى بايقايمىز. ئۇ دەل ئىچكى دۇنيايىمىزدىكى ئېنتروپىيە كۈچىدۇر، قەلبىنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتى جەريانىدا، ئۇ بىزنى كەينىگە تارتىدۇ، كەينىگە سۆرەيدۇ.

بەزى ئوقۇرمەنلەر ئۆزىچە: «مەن قىلچىلىك ھورۇن ئەمەس، مەن ھەر ھەپتىدە 60 سائەت ئىشلەيمەن، كەچلىكى ئىسمىنا ئىشلەيمەن، ھەپتە ئاخىرىمۇ دەم ئالمايمەن، ھەرقانچە ھېرىپ كەتسەممۇ، يەنە قەيسەرلىك بىلەن ئىشىكتىن چىقىمەن، بالامنى ھايۋاناتلار باغچىسىغا ئاپىرىمەن، ئائىلە ئىشلىرىغا ياردەملىشىمەن، خەۋەر كۆرىمەن، تۇرمۇشۇمدا پەقەت بىرلا ئىش بار: ئالدىراش، ئالدىراش، ئالدىراشچىلىق» دېيىشىدۇ. مەن بۇنداق كىشىلەرگە ھېسداشلىق قىلىمەن. بىراق ئۇلارنىڭ ئەستايىدىللىق بىلەن ئىزدىسە، ئاڭقاۋلۇق تەرەپلىرىنى تاپالايدىغانلىقىغا ئىشىنىمەن. چۈنكى ئاڭقاۋلۇق (ھورۇنلۇق) نىڭ قانچىلىك ۋاقىت سەرپ قىلىپ خىزمەت قىلىش ياكى باشقىلارغا مەسئۇل بولۇش بىلەن قىلچىلىك مۇناسىۋىتى يوق.

بۇ يەردە ئادەم ۋە ھەۋۋانىڭ ئەپسانىسىدىكى بىر نۇقتىنى چۈشەندۈرۈشكە توغرا كېلىدۇ. مەسىلە: بەزىلەر ئادەم بىلەن ھەۋۋانىڭ تەڭرىدىن ئۇنىڭ تۈزۈمىنى سورىماسلىقىنىڭ سەۋەبى ئاڭقاۋلىقتىن ئەمەس، بەلكى قورقۇنچتىندۇر، ئۇلار قۇدرەتلىك تەڭرىگە ئۇدۇل يۈزلىنىشتىن، ئۇنىڭ غەزەپ قىلىشىدىن قورققانلىقى ئۈچۈندۇر دېيىشىدۇ. ھەممە ۋەھەممە ئاڭقاۋلىقتىن كېلىپچىقمىغان تەقدىردىمۇ، كۆپ قىسمى ئاڭقاۋلىقنى ئاساس قىلغان. كۆپ سانلىقلىرىمىزنىڭ ۋەھىمىسى ھازىرقى ھالىتىمىزنى ئۆزگەرتىشتىن قورققانلىقىمىز ئۈچۈندۇر، تەۋەككۈل بىلەن شۇنداق ئالغا ماڭساق، كۆز ئالدىمىزدىكى ھەممە نەرسىنى يوقىتىپ قويۇشتىن قورقىمىز.

www.uyghurkitap.com ئۇيغۇر كىتاب تورى

ئاڭقاۋلىقنىڭ خەتىرى

بۇ نۇقتا پسىخولوگلارغا ناھايىتى ئايان. بىمارلار بىزنى ئۆزگىرىش ئۈچۈن ئىزدەپ كەلگەنىدەك قىلسىمۇ، ئەمەلىيەتتە ئۇلار ئۆزگىرىشتىن ناھايىتىمۇ قورقىدۇ. بولۇپمۇ ئۆزگىرىشكە تۆلەيدىغان بەدەلدىن بەك قورقىدۇ. مۇشۇنداق قورقۇنچ ۋە ئاڭقاۋلىق سەۋەبىدىن كۆپ سانلىق بىمارلار پسىخولوگلارنىڭ داۋالاش ئېلىپ بېرىشىدىن بۇرۇنلا بەل قويىۋېتىدۇ. بۇ خىل ئۆزىنى قاچۇرۇش ھادىسىسى داۋالاش باشلىنىپ بىرقانچە ھەپتە ياكى بىرقانچە ئايدىن كېيىن كۆرۈلىدۇ. قەلب مۇكەممەللىكىنىڭ دەسلەپكى باسقۇچىدا، ئادەم ئۆزىدىكى ئاڭقاۋلىق توغرۇلۇق ھېچ نەرسە بىلمەيدۇ. دەرۋەقە نۇرغۇنلار پەرۋاسىزلا: «مەنمۇ ئادەم بولغانىدىكىن ئاڭقاۋلىقتىن ساقلىنالمايمەن» دېيىشى مۇمكىن. ئۆزلۈكتىكى ئاڭقاۋلىق ئېلىمېنىتلىرى خۇددى شەيتانغا ئوخشاش ھىيلىگەر، ساختىلىق، ئالدامچىلىق ۋە باشقا ۋاستىلەر ئارقىلىق ئاڭقاۋلىقنى ئەمەلىيەتكە ئۇيغۇنلاشتۇرىدۇ.

ئۆزلۈكنىڭ بىر قەدەر پىشىپ يېتىلگەن قىسمى ئەسلىي قىياپىتىنى ئاشكارىلاشقا ياكى ئاڭقاۋلىق بىلەن قارشىلىششقا جۈرئەت قىلالىشى ناتايىن. چۈنكى بىر ئادەم مەلۇم ساھەدە يېڭى بىلىم ئېلىشنى ئىستىسە، چوقۇمكى، «بۇ ساھەنى نۇرغۇن ئادەملەر تەتقىق قىلدى، بىراق ھېچكىم جاۋاب تاپالمىدى»، «مەن بۇ ساھەنى تەتقىق قىلىدىغان بىرىنى تونۇيتتۇم، كېيىن ئۇ ئۆزىنى ئۆلتۈرۈۋالدى» ياكى «سىز مېنى ئۆزىڭىزگە ئوخشاش ئۆزگەرتمەكچىمۇ، پسىخولوگلار بۇنداق قىلماسلىقى كېرەك» دەيدۇ. بۇنداق بارلىق جاۋابلار بىمارلارنىڭ ياكى ئوقۇغۇچىلارنىڭ ئۆزىنى ئالداش سۆزى بولۇپ، ئۇلار ئۆزىنى ئالداۋاتقانىنىڭ ئوقۇتقۇچى ياكى دوختۇر بولماستىن،

بەلكى ئۆزى ئىكەنلىكىنى بىلمەيدۇ. ئاڭقاۋلىقنىڭ ئەسلىي قىياپىتىنى تونۇش ۋە ئۇنىڭ ئۆز قەلبىدە مەۋجۇتلۇقىنى ئېتىراپ قىلىش بۇ مەسىلىنى ھەل قىلىشنىڭ باشلىنىش نۇقتىسىدۇر. شۇڭا، قەلبى تاكامۇللاشقان ئادەملەردە ئاڭقاۋلىققا نىسبەتەن ئاگاھلىق بولىدۇ. ئويلىنالايدىغان ئادەملەر ئۆزىنى بىلىش ئاڭقاۋلىقىدىن قۇتۇلالايدۇ. مەنمۇ شەخسەن ئۆز تاكامۇللۇقۇمنى ئىستەش جەريانىدا، يېڭى بېشارەتلەر قەستەن يېنىمدىن ئۆتۈپ كېتىۋاتقاندەك ھېس قىلاتتىم. بەزىدە يېڭى پىكىر يولىدا ئۆز قەدىمىمنىڭ مەجبۇرىي سۆرىلىۋاتقانلىقىنى بايقايتتىم. مەن كۆپىنچە ۋاقىتلاردا قىممەتلىك ئويلىرىمنىڭ بىلىپ-بىلمەي تاراۋاتقانلىقىدىن، مېنى ئىدىيە ئاچاللىرىدا غايىپلىققا قىستىۋاتقانلىقىدىن گۇمانلىناتتىم. شۇڭلاشقا، مەن ئۆز قەدىمىمنىڭ ئاستىلاپ قالغانلىقىمنى سەزگىنىمدە، ئۆزۈمنى قاچۇرماقچى بولغان يۆنىلىشكە تېز مېڭىشقا مەجبۇرلايتتىم. ئاڭقاۋلىق بىلەن بولغان قارشىلىشىش ئۇرۇشى مەڭگۈ توختىمايدۇ.

مەن ئاڭقاۋلىقنى تۇنجى گۇناھ دەپ قارىغان بولسامۇ، بىراق ئاڭقاۋلىقنىڭ ئۆزلۈكتىكى پىسخىك كېسەللىكتىن ھالقىپ، شەيتانغا ئايلىنىشى تېخىمۇ ئېھتىمالغا يېقىن ئىدى. رەزىللىكنى تېخىمۇ روشەنلەشتۈرۈش ئۈچۈن، بۇ يەردە ئۇنىڭ ماھىيىتىگە تېخىمۇ ئىچكىرىلەپ چۈشەنچە بەرسەك ئارتۇق كەتمەس.

رەزىللىكنىڭ مۇھىملىقى بەلكىم ئۇنىڭ بارلىق ئىلاھىيەتشۇناسلىق مەسىلىلىرى ئىچىدە بىرىنچى ئورۇندا تۇرىدىغانلىقتىن بولسا كېرەك، بىراق ئۇ خۇددى باشقا «دىن» مەسىلىلىرىگە ئوخشاشتۇر. پىسخولوگىيەدىكى بىر قىسىم مەسىلىلەرنى چېقىرىۋەتكەندە، باشقىلار رەزىللىكنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى ۋە ھەقىقەتلىكىنى ئېتىراپ قىلمايدۇ، پىسخولوگىيەنىڭ بۇ تەرەپتىكى تۆھپىسى دەرۋەقە ناھايىتى زوردۇر. مەن بۇنىڭدىن كېيىن پۇرسەت بولسا باشقا ئەسەرلىرىمدە بۇ تەرەپتىكى تېمىلارنى تەپسىلىي مۇلاھىزە قىلىمەن، بىراق ئۇ تېما مەزكۇر كىتابتا مۇھىم نۇقتا بولمىغانلىقى سەۋەبلىك، مەن پەقەت ئاددىي ھالدا ئۆزۈمنىڭ رەزىللىكنىڭ ماھىيىتى ھەققىدىكى تۆت خىل شەخسىي يەكۈنىمنى ئوتتۇرىغا قويىمەن.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

رەزىللىكنىڭ تۈپ ماھىيىتى

مەن رەزىللىكنىڭ مەۋجۇتلۇقىغا ھەقىقىي ئىشىنىمەن. ئۇ ئىپتىدائىي دىن بىلگىلى بولمايدىغان ھادىسىلەرنى چۈشەندۈرۈش ئۈچۈن ئويدۇرۇپ چىقارغان نەرسە ئەمەس. ئادەم ۋە ئادەملەر گۇرۇپپىسىنىڭ مىخانىزمى بارلىق ئاق كۆڭۈللۈككە دىققەت قىلىدۇ ھەمدە بارلىق ئاق كۆڭۈللۈكنى ۋەيران قىلىدۇ. ئۇلارنىڭ بۇ خىل قىلىقى ئاڭلىق بەتنىيەتلىك ئەمەس، بەلكى قارىغۇلارچىدۇر، ئۆزىنىڭ بەتنىيەتلىكىگە نىسبەتەنمۇ بىلمەستۇر. تېخىمۇ توغرىراقىنى دېسەك، ئۇلار ئۆزىنى بىلىشتىن ئۆزىنى قاچۇرىدۇ. خۇددى دىن ئەدەبىياتىدا تەسۋىرلەنگەن ئىبلىستەك يورۇقلۇقتىن نەپرەتلىنىدۇ، يورۇقلۇقتىن ئۆزىنى قاچۇرىدۇ ياكى يورۇقلۇقنى يوقىتىدۇ. ئۇلار ئۆز پەرزەنتلىرىنىڭ ۋە ھەرقانداق ئادەمنىڭ قەلبىدىكى يورۇقلۇقنى ۋەيران قىلىدۇ.

بەتنىيەت ئادەملەر يورۇقلۇقتىن نەپرەتلىنىدۇ، چۈنكى يورۇقلۇق ئۇلارغا ئۆزىنى ئېنىق كۆرسىتىدۇ. ئۇلار رەھىمدىللىكتىن نەپرەتلىنىدۇ، چۈنكى رەھىمدىللىك ئۇلارنىڭ رەزىللىكىنى ئاشكارىلايدۇ. ئۇلار مۇھەببەت (سۆيگۈ) دىن نەپرەتلىنىدۇ، چۈنكى سۆيگۈ ئۇلارنىڭ ئاڭقاۋلىقىنى ئاشكارىلايدۇ. ئۇلار يورۇقلۇقنى، رەھىمدىللىكنى ۋە مۇھەببەتنى ۋەيران قىلىدۇ. ئويغىنىشنىڭ ئوقۇبىتىگە يۈزلىنىشتىن ئۆزىنى قاچۇرىدۇ. شۇڭا مەن ئىككىنچى يەكۈننى چىقىرىمەن. رەزىللىك ئايرىمدۇر، ئاڭقاۋلىق بىلەن مۇناسىۋەتسىز. مۇھەببەت ئاڭقاۋلىقنىڭ دەل ئەكسىدۇر. مەلۇم دەرىجىدىكى ئاڭقاۋلىق مۇھەببەتنىڭ فۇنكسىيەسىنى خورىتىدۇ. بەزى ئاڭقاۋلار ئۆزلۈك تەبىئىي مۇكەممەللىشىدۇ دەپ قارايدۇ، مۇھەببەت

ئاخىرقى چەككە قىستىغاندا ئاندىن ھەرىكەتلىنىدۇ. ئۇلار سۆيمىگەن تەقدىردىمۇ، بىراق رەزىل ھېسابلانمايدۇ. ھەقىقىي رەزىل كىشىلەر ئۆزلۈكىنىڭ مۇكەممەللىك تەلىپىدىن ئۆزىنى ئېلىپ قاچىدۇ. ئۇلار ھەر خىل ۋاستىلەر ئارقىلىق ئۆزىنىڭ ئاڭقاۋلىقىنى ۋە ئاغرىق ئۆزلۈكىنى قوغدايدۇ. ئۇلار باشقىلارغا كۆيۈنمەيدۇ، ھەتتا باشقىلارنىڭ ئۆزىگە كۆيۈنۈشىنىمۇ ئەيىبلەيدۇ. ئەگەر بىمارلارنىڭ ئۆزلۈكى ساغلاملىششقا يۈزلەنسە، قەلب خىرىستىن قۇتۇلۇشقا يۈزلەنسە، ئۇلار بارلىق ئاماللارنى قوللىنىپ، بۇ قەلبلەرنىڭ ساغلاملىقىنى ۋەيران قىلىدۇ. شۇڭا مەن رەزىللىككە: «باشقىلارنىڭ ئۆز قەلبىگە كۆيۈنۈشى ئارقىلىق ئۆزلۈكىنى مۇكەممەللەشتۈرۈشىگە بارلىق تەسىر كۈچلەردىن پايدىلىنىپ قارشى تۇرۇش قىلمىشى» دەپ تەبىر بېرىمەن. ئادەتتە ئاڭقاۋلىق سۆيمەيدۇ، رەزىللىك سۆيگۈگە قىساس بىلەن قارايدۇ، سۆيگۈ بىلەن قارىمۇقارشى بولىدۇ.

مېنىڭ ئۈچىنچى يەكۈنۈم شۇكى، ھېچبولمىغاندا نۆۋەتتىكى ئىنسانلارنىڭ تەدرىجىي تەرەققىيات باسقۇچىدا، رەزىللىكتىن ساقلانغىلى بولمايدۇ. ئېنتروپىيە كۈچىنى ئاساس قىلىپ، ئەركىن ئىرادە ھەققىدە ئويلىنىدىغان ئادەملەر ئاڭقاۋلىقنى كونترول قىلالايدۇ، بىراق پۈتۈنلەي ئەمەس. ئېنتروپىيە بىلەن سۆيگۈ (مۇھەببەت) ئۆزئارا قارمۇقارشى ئىككى خىل كۈچتۇر، ئۇلار بەزى ئادەملەردە ناھايىتىمۇ تەكشۈك، بەزى ئادەملەردە بىرى ئۈستۈنلۈكنى ئىگىلىگەن، بۇ ناھايىتى نورمال نەتىجە. بىراق ئىككى قۇتۇپقا تەڭ يۈرگەن ئادەمدە چوقۇمكى ھەقىقەت بىلەن رەزىللىك ئۆزئارا دۈشمەنلىشىدۇ.

ئەڭ ئاخىرقى بىر يەكۈن، ئېنتروپىيە كۈچى بىر تۈرلۈك قۇدرەتلىك كۈچ بولغانىكەن، ئادىمىيلىكنىڭ رەزىللىكىنىمۇ ئىپادىلەيدۇ، بىراق ئۇمۇ ئادەملەر توپىنىڭ كۈچىنى تولۇق مەركەزلەشتۈرەلمەيدۇ. مەن رەزىللىكنىڭ ئاكتىپ ھۇجۇم قىلىپ، ھەتتا 10 ياشلىق گۆدەكنىڭ قەلبىنىمۇ نابۇت قىلغانلىقىنى كۆرگەنىدىم. بىراق رەزىللىك ئىنسانىيەت قۇرۇلمىسىدا ئۆزلۈكىدىن ئاخىرلاشمايدۇ. ئۇ ھەر قېتىم بىر ئادەمنىڭ قەلبىگە

زىيانكەشلىك قىلغاندا، باشقىلارنىڭ قەلبى ئۇنىڭدىن قۇتۇلۇشى مۇمكىن. رەزىللىك ئاڭسىز سىگنال تارقاتسا، باشقىلار ئۇنىڭ پاتقىقىدىن ئۆزىنى قاچۇرىدۇ. كۆپ سانلىق كىشىلەر رەزىللىكنى رودىپايىدەك ھېس قىلىدۇ، شۇنىڭدەك، ناۋادا ئۇنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى ھېس قىلساق، بىز چوقۇمكى ئۆزىمىزدىن ئۇنى تازىلاش ئىستىكىمىز تۇغۇلىدۇ. رەزىللىك ئېيسانى كىرىستقا مىخلىغاندا، بىز يىراقتىن ئۇنىڭغا قاراپ تۇردۇق. رەزىللىككە جەڭ ئېلان قىلىشىمىز دەل مۇكەممەللىكنى قوغلىشىش يولىمىزدۇر.

ئاڭدىكى بۆسۈش

مەزكۇر كىتابتا «ھېس»، «بىلىش» ۋە ئۇنىڭ مەنىداش سۆزلىرى تەكرار ئىشلىتىلدى. رەزىللەر ئۆزىنىڭ ھەقىقىي قىياپىتىنى بىلىشنى رەت قىلىدۇ. قەلب مۇكەممەللىكىگە يەتكەن كىشىلەر ئۆزىنىڭ ئاڭقاۋلىقىنى ھېس قىلالايدۇ. بىراق ئادەتتىكى ئادەملەر ئۆزىنىڭ دىن ۋە دۇنيا قارىشى ھەققىدە ھېچ نەرسە بىلمەيدۇ، شۇڭا ئۆسۈپ يېتىلىش جەريانىدا، ئۇلار ئۆزىنىڭ توغرا بىلەن خاتانىڭ ماھىيىتىنى ئايدىڭلاشتۇرۇۋېلىشى كېرەك. بىز كەڭ قورساقلىقنىڭ ۋە مۇھەببەتنىڭ غەمخورلۇقى ئارقىسىدا، قەلبى تەدرىجىي سۆيگۈگە تويۇنغان ئادەملەرنى ۋە بۇ دۇنيانى چۈشىنىپ يېتىمىز. ئىنتىزامنىڭ ئاساسلىق قىسمى ئۆزىنىڭ مەسئۇلىيىتىنى ۋە ئىقتىدارىنى بىلىشتۇر. بۇ قەلبنى بىز «ئاڭ» دەپ ئاتايمىز. ھازىر بىز ئۆزىمىزنىڭ مەسئۇلىيىتىنى ۋە ئىقتىدارىنى ئايدىڭلاشتۇرساق بولىدۇ، ھازىر بىز قەلبنىڭ مۇكەممەللىكىگە ئاڭنىڭ مۇكەممەللىشىشى ياكى ئاڭنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتى دەپ ئېنىقلىما بەرسەك بولىدۇ.

«ئاڭ» دېگەن بۇ سۆز لاتىنچىدىن كەلگەن (ئەلۋەتتە ئىنگلىزچىدىكى ئەسلىي سۆز)، ئەسلىي مەنىسى «ئورتاق بىلىش ۋە ئورتاق چۈشىنىش» دېگەنلىكتۇر، بىراق «ئورتاقلىق»نىڭ قارشى تەرىپى نىمە؟ بىزنىڭ قارىشىمىزچە ئۇ قارشى تەرەپ دەل يوشۇرۇن ئاڭ (ئاڭسىزلىق) دۇر. يوشۇرۇن ئاڭنىڭ بىلىدىغانلىرى ئاڭنىڭكىدىن مەڭگۈ كۆپ بولىدۇ ھەمدە ئاڭ دائىرىسىدە چەكلىنىپ قالغان بىزنىڭكىدىن كۆپ بولىدۇ. بىر تۈرلۈك ھەقىقەتنى بىلگىنىمىزدە، بىز پەقەتلا يوشۇرۇن ئېڭىمىز ئاللىبۇرۇن بىلىپ بولغان بىر ئىشنى قايتا بىلگەن بولىمىز. شۇنىڭ ئۈچۈن،

www.uyghurkitap.com
ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى

مۇنداق دېيەلەيمىزكى، ئاڭدا مەلۇم بىر ئىش يۈز بەرسە، بۇ ئىش چوقۇمكى يوشۇرۇن ئاڭدىكى ئورتاق بىلىشكە ۋە ئورتاق چۈشىنىشكە ئەگەشكەن بولىدۇ. ئاڭنىڭ تەرەققىياتى، ئۇنىڭ يوشۇرۇن ئېگىمىز بىلىپ بولغان بارلىق نەرسىلەرنى بىلىشى ئارقىسىدا ئىشقا ئاشىدۇ. ئاڭ تەدرىجىي يوشۇرۇن ئاڭغا يېتىشىدۇ. بۇ خىل كۆزقاراش پسىخولوگلارغا نىسبەتەن ئېيتقاندا، ناتونۇش ئەھۋال، چۈنكى ئۇلار ھەمىشە پسىخىك داۋالاشنى يوشۇرۇن ئاڭنىڭ ئاشكارا ئاڭ (بىز بۇنى يۇقىرىدا ئاڭ دەپلا ئاتاۋاتىمىز) قاتلىمىغا لەيلەپ چىقىش جەريانى ياكى ئاڭ رايونىغا كېڭىيىشى ۋە ياكى ئاڭنىڭ يوشۇرۇن ئاڭ رايونىغا تېخىمۇ يېقىنلىششى دەپ قارايدۇ.

بىراق بىز يەنە چۈشەنچە بېرىشىمىز كېرەك، نېمىشقا يوشۇرۇن ئاڭ ئېگىمىز بىلىپ ئۈلگۈرمىگەن بۇنچە كۆپ نەرسىلەرنى بىلىدۇ؟ بۇ نۇقتا ناھايىتى مۇھىم، بىز تېخىچە ئىلمىي بولغان جاۋابقا ئېرىشمىدۇق، پەقەت پەرەزگە تايىنىۋاتىمىز. مېنىڭ بىلىشىمچە، ئادەمنى ئەڭ قايىل قىلىدىغان پەرەز شۇكى، بىزگە ئەڭ يېقىن بىر تەڭرى بار دەپ ئويلاشتۇر، ئۇ بىزگە شۇنچىلىك يېقىنكى، بىز بۇ تەڭرىنى ئۆزىمىزنىڭ بىر قىسمى دەپ ئويلايمىز. تەڭرىنىڭ شەپقىتىنى ئىستەشكە ئەڭ لايىق يەر بىزنىڭ قەلبىمىزدۇر. ئەگەر بىز ئەڭ ئالىي ئەقىلنى ئىستىسەك، ئۆزىمىزنىڭ قەلبىگە (ئىچىمىزگە) قايتىشىمىز كېرەك. باشقىچە ئېيتقاندا، تەڭرى بىلەن ئادەمنىڭ چېگراسى، ھېچبولمىغاندا ئاڭ بىلەن يوشۇرۇن ئاڭنىڭ چېگراسىغا باراۋەر كېلىدۇ. بىزنىڭ بىر يۈزىمىز تەڭرىنىڭ بىر قىسمىدۇر، تەڭرى ئىزچىل بىز بىلەن بولۇمداشتۇر (بولۇم = مەۋجۇدىيەت)، پەقەت ھازىرلا ئەمەس، بەلكى مەڭگۈ شۇنداقتۇر.

بۇ قانداق مۇمكىن بولسۇن؟ ئەگەر ئوقۇرمەنلەر يوشۇرۇن ئاڭ بىلەن تەڭرىنى بولۇمداش دەپ قاراشنى ئازغۇنلۇق دەپ قارىسا، ئۇلار خىرىستىيان دىنى مۇخلىسلىرىنىڭ ئىزچىل مۇقەددەس روھقا ئىشىنىدىغانلىقىغا دىققەت قىلسا بولىدۇ. بۇ خىل ئىشەنچ (ئەقىدە) يۇقىرىدا ئېيتقانلىرىمىز بىلەن ماھىيەت جەھەتتىن بىردەكلىككە ئىگە. تەڭرى بىلەن ئادەمنىڭ مۇناسىۋىتىنى چۈشىنىشىمىزگە قولايلىق بىر ئۇسۇل مۇنداق، يوشۇرۇن ئاڭ

يەر ئاستىغا كۆمۈلگەن غايەت زور ۋە تەڭداشسىز يىلتىز سىستېمىسى، ئاڭ بولسا يەر ئۈستىگە كۆكلىگەن كىچىك بىر ئۆسۈملۈكتۇر، بۇ ئۆسۈملۈك يىلتىزدىن ئوزۇقلۇق سۈمۈرۈپ باراقسانلايدۇ. بۇ تەمسىل يۇڭ (كارىل گۇستاف يۇڭ) دىن كەلگەن بولۇپ، ئۇ دەيدۇكى:

مەن ھاياتنى يەر ئاستىدىكى يىلتىزدىن ئوزۇق ئېلىپ كۆكلەيدىغان بىر تۈپ دەرەختەك ھېس قىلىمەن. ھەقىقىي ھاياتلىق يەر ئاستىدىكى كۆرگىلى بولمايدىغان يىلتىزدۇر، يەر ئۈستىدىكى قىسىم پەقەت بىر يازلا داۋاملىشىدۇ، ئارقىدىن قۇرۇيدۇ، شۇنچىلىك قىسقا. ھايات بىلەن مەدەنىيلىك ئارىسىدىكى چەكسىز ئالمىشىشنى ئويلىغىنىمىزدا، بىز ھەممە نەرسىنىڭ يوقلۇق ئىكەنلىكىنى ھېس قىلماي تۇرالمايمىز. بىراق مەن باشتىن-ئاخىر بۇ مەڭگۈلۈك ئېقىندا مەلۇم بىر نەرسىنىڭ يەنىلا ھايات (مەۋجۇت) ئىكەنلىكىگە ئىشىنىمەن، بىز پەقەت گۈلنىڭ ئېچىلىشىنى ۋە توزۇشىنى كۆرەلەيمىز، بىراق ئۇنىڭ يىلتىزى ھېچيەردە مەڭگۈ يوقالماي تۇرىدۇ.

يۇڭ بىۋاستە ھالدا تەگرى يوشۇرۇن ئاڭدا مەۋجۇت دېمىگەن، بىراق ئۇ ئەسەرلىرىدە مۇشۇ خىل خاھىشنى ئىپادىلىگەن. ئۇ يوشۇرۇن ئاڭنى «شەخس يوشۇرۇن ئېڭى» ۋە «كوللېكتىپ يوشۇرۇن ئاڭ» دەپ ئىككىگە بۆلگەن. مەن دەل مۇشۇ كوللېكتىپ يوشۇرۇن ئاڭنى تەگرى دەپ قارايمەن. ئاڭ شەخستۇر. شەخسنىڭ يوشۇرۇن ئېڭى ئىككىسى ئارىسىدىكى چېگرادۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن تەگرىنىڭ ئىرادىسى بىلەن ئادەمنىڭ ئىرادىسىنىڭ توقۇنۇشى (جەڭ) دىن ساقلانغىلى بولمايدۇ، يەنە كېلىپ، قالايمىقانچىلىقلار مۇشۇ يەردە يۈز بېرىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
www.uyghurkitap.com

ئىرادىنىڭ جەڭگاھى

مەن ئاڭنىڭ روھىيەت پسىخولوگىيەسى ئىزدىنىدىغان مەركىزىي تېما ئىكەنلىكىگە ئىشىنىمەن. بارلىق پسىخىك كېسەللىكلەر ئاڭدا مەسىلە چىققانلىقتىن پەيدا بولغان. ئاڭنىڭ يوشۇرۇن ئاڭغا قارشى تۇرۇش كۆزقارىشى بىزنى كېسەل قىلىدۇ، ياكى ئاڭدا كېسەل پەيدا بولغان بولىدۇ. شۇڭا يوشۇرۇن ئاڭ ئېڭىمىزنى داۋالىغان ۋاقىتتا، ئېڭىمىز يوشۇرۇن ئاڭ بىلەن توقۇنۇشىدۇ. باشقىچە ئېيتقاندا، پسىخىك كېسەللىكنىڭ سەۋەبى شەخسنىڭ ئېڭى تەگرىنىڭ ئىرادىسىگە ئاسىيلىق قىلىشتىندۇر. ھالبۇكى، ئاتالمىش تەگرى يەنە شەخسنىڭ يوشۇرۇن ئېڭىدۇر.

مەن ئىلگىرى قەلب مۇكەممەللىكىنىڭ ئەڭ ئاخىرقى مەقسىتى تەگرى بىلەن بىرلىشىشتۇر دەپ ئېيتقانىدىم، قەلب مۇكەممەللىكىگە يەتكەندە شەخستە ۋە تەگرىدە ئوخشاش بولغان ئورتاق بىلىش ۋە ئورتاق چۈشىنىش بارلىققا كېلىدۇ. يوشۇرۇن ئاڭ تەگرى بولغانىكەن، بىز يەنە بىر قەدەم ئىلگىرىلىگەن ھالدا قەلب مۇكەممەللىكىنىڭ مەقسىتىنى ئاڭ تەگرىنىڭ چېگراسىغىچە كېڭەيتەلەيمىز. بارلىق ئادەملەر تەگرىگە ئايلىنالايدۇ. بىراق بۇ ئاشكارا ئاڭ بىلەن يوشۇرۇن ئاڭنىڭ بىرلەشكەنلىكىنى بىلدۈرەمدۇ، ياكى پەقەت يوشۇرۇن ئاڭلا قالامدۇ؟ ئۇنداق ئەمەس. ھازىر بىز دۈچ كەلگەن ئەڭ مۇھىم مەسىلە بىر تەرەپتىن تەگرىگە ئايلىنىش، يەنە بىر تەرەپتىن ئاڭنى ساقلاپ قېلىشتۇر. ئەگەر يوشۇرۇن ئاڭدىكى تەگرىدىن بىخلانغان ئاشكارا ئاڭدىكى بىخ تەگرىگە ئايلىنالىسا، ئۇنداقتا، تەگرى يېڭى بىر ھاياتلىق شەكلىگە ئىگە بولىدۇ. بۇ دەل شەخسنىڭ ھاياتىنىڭ مەنىگە ئىگە بولغىنىدۇر.

ئىرادە ھاياتنىڭ بارلىق پائالىيىتىنى كونترول قىلىدۇ، مەسئۇلىيەت ئۇنى قارار قىلىدۇ ھەمدە قارارنى رېئاللاشتۇرىدۇ. ئەگەر پەقەت يوشۇرۇن ئاڭ مەۋجۇت بولسا، ئۇ بەئەينى يېڭى تۇغۇلغان بوۋاقتا ئوخشايدۇ، چۈنكى گەرچە تەڭرىگە قوشۇلۇپ كەتكەن تەقدىرىمۇ ئۇنىڭ ھېچقانداق ئىنكاسى بولمىغانلىقتىن پۈتۈن دۇنيا تەڭرىنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى ھېس قىلالايدىغاندەك تۇيغۇدا بولىدۇ. ھىندى دىنى بىلەن بۇددا دىنىڭ مىستىكىلىك ئىدىيەسىدە بىر خىل چېكىنىش پوزىتسىيەسى بولۇپ، ئۇنىڭدا ئۆزلۈك چېگراسى بولمىغان بوۋاقلىق باسقۇچى نىرۋاناغا ئوخشىتىلىپ، خۇددى بالىياتقۇغا قايتقاندىكىدەك قايتىش تەرغىب قىلىنىدۇ. بىز ئوتتۇرىغا قويماقچى بولغان ئىلاھىيەتشۇناسلىق تەپەككۇرى دەل بۇنىڭ ئەكسىچە تەپەككۇردۇر. بىزنىڭ مەقسىتىمىز ئۆزلۈكنى ۋەيران قىلىش ئۈچۈن ئەمەس، پەقەت يوشۇرۇن ئاڭغا ئىگە بوۋاقلا ئۆزلۈكنى ئاڭلىق تەربىيىلەيدۇ ھەمدە ئۆزلۈكنى ئىلاھىيلىقتا تەرەققىي قىلدۇرالايدۇ. ئەتراپىمىزدا ئەركىن ھەرىكەتلىنىش ئىقتىدارىغا ئىگە، دۇنياغا تەسىر كۆرسىتىدىغان مۇستەقىل قارارلارنى چىقىرالايدىغان پىشقان ئادەملەر مەۋجۇت، بۇ خىل پىشقان ئەركىن ئىرادە تەڭرىنى تونۇيدۇ، تەڭرىمۇ بىزنىڭ ئىرادىمىزنى تونۇيدۇ ۋە قۇدرەتلىك يېڭى ھاياتلىق شەكلىگە ئېرىشىدۇ. بىز ئۇنىڭ مەۋجۇت بولۇپ تۇرىدىغان تېنىگە ئايلىنىمىز، ئۇنىڭ ۋاكالەتچىسىگە ئايلىنىمىز، شۇنىڭدەك بىزمۇ ئاڭلىق ھالدا تەڭرى ئىرادىسىگە ئاساسەن دۇنياغا تەسىر كۆرسىتىشنى قارار قىلىمىز، بىزنىڭ ھاياتىمىزمۇ تەڭرى شەپقىتىگە تويۇنىدۇ، تەڭرىنىڭ ئورنىدا ئادەملەر توپىغا مۇلازىمەت قىلىدۇ. مۇھەببەت بولمىغان يەردە مۇھەببەت يارىتىدۇ، بارلىق قانداشلىق بىزنىڭ ئورتاق بىلىشىمىزدىن ھاسىل بولىدۇ، ئىنسانىيەتنىڭ تەدرىجىي تەرەققىيات سەۋىيەسى توختىماستىن يۇقىرى كۆتۈرۈلىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

قەلبىنىڭ يوشۇرۇن ئىقتىدارىنى قوزغىتىش

كۆپ قىسىم كىشىلەر تۇرمۇشىدىكى كۆپ قىسىم ئىشلار ئۇستىدە قارار چىقارغاندا، ئۆزىنىڭ نېمە قىلىۋاتقانلىقىنى بىلمەيدۇ. ئۇلار ھەرىكەتلەنگەندە، ئۆزىنىڭ ھەرىكەتلىنىش سەۋەبىنى چۈشەنمەيدۇ ھەمدە قارارىنىڭ قانداق ئۆزگىرىش پەيدا قىلغانلىقىنى ئېنىق بىلمەيدۇ. بىر مېھمانىنى رەت قىلغان ۋاقتىمىزدا، بىز راستتىلا نېمە ئىش قىلىۋاتقانلىقىمىزنى چۈشەنمەيمىزمۇ؟ كىچىك بالىنى ئۇرغان ۋاقتىمىزدا، قول ئاستىمىزدىكىلەرنى ئۆستۈرگەندە، تونۇش ئادەم بىزنى چاقىرغان ۋاقىتتا، يېتەرلىك ئاقلانىلىك قىلدىم دېيەلەمدۇق؟ سىياسەت چەمبىرىكىدە ئۇزۇن يىل ئىشلىگەنلەر بىلىدۇكى، ياخشىلىق بىلەن قىلىنغان بەزى ئىشلارمۇ بەزىدە ئەكسىچە نەتىجە پەيدا قىلىدۇ. بەزى رەزىل نىيەتلىك كىشىلەر يامان غەرەزلىك پىلانلارنى تۈزسە، ئويلىمىغان يەردىن ئۇنىڭ ياخشى ئۈنۈمى كۆرۈلىدۇ. پەرزەنت تەربىيەلەشمۇ دەل مۇشۇنىڭغا ئوخشايدۇ. ناتوغرا ئاساس بىلەن قىلىنغان ئىشلار توغرا ئاساس بىلەن قىلىنغان ئىشتىن ناچار بولامدۇ؟ بىز ئۆزىمىزگە ئەڭ ئىشەنچ قىلغان ۋاقتىمىز دەل ھېچنېمىنى بىلمەيدىغان ۋاقتىمىز بولسا كېرەك، ھالبۇكى، ئۆزىمىزنى ناھايىتى ئەقىللىق چاغلىغان ۋاقتىمىز دەل ئەھۋالنى قىلچىلىك چۈشەنمەيدىغان ۋاقتىمىز بولسا كېرەك.

بىلىشسىزلىك (无知) نىڭ چەكسىز دېڭىزىدا لەيلەۋاتقان بىزلەر زادى نېمە قىلساق بولىدۇ؟ نېھىلىزم (Nihilism — ئوبيېكتىپ دۇنيا ئەسلىدىنلا مەنىسىز، ھاياتنىڭ ھېچقانداق قىممىتى يوق دەپ قارايدىغان پەلسەپىۋى دۇنيا قاراش) نى قوللايدىغان ئادەملەر چوقۇمكى: «ھەممىسى بىكار» دەيدۇ. ئۇلارنىڭ قارىشىچە، دېڭىزنىڭ يۈزى بۇنچە چوڭ تۇرسا،

ئۇنىڭ خەرىتىسىنى سىزىش مۇمكىن ئەمەس، ئېزىتقۇدىن قۇتۇلۇشمۇ مۇمكىن ئەمەس، مەنىلىك بىر يۆنىلىشكە بۇرۇلۇشمۇ مۇمكىن ئەمەس، شۇڭا بىز داۋاملىق لەيلەيمىز. بىراق ئۆزىنىڭ ئازغۇچىلىقىنى ئاڭلىق بىلگەن كىشىلەر، جۈرئەتلىك ھالدا ئۆزىنىڭ تېخىمۇ ياخشى ئۆزلۈك ئېڭىنى يارىتالايدۇ، بىلىشسىزلىكتىن قۇتۇلالايدۇ. ئۇلارنىڭ قىلغىنى توغرىدۇر، مۇمكىنچىلىكتۇر. بىراق بۇ خىل ياخشى ئۆزلۈك ئېڭىنى پەقەت روھ (قەلب)نىڭ بىر قېتىم چاقنىشىغا تايىنىپلا يېتىلدۈرگىلى بولمايدۇ. ئۇ ئاستا-ئاستا، ئاز-ئازدىن بارلىققا كېلىدۇ، ھەر بىر نۇقتا سەۋرچانلىق ۋە تىرىشچانلىق بىلەن تەتقىق قىلىشقا ۋە كۆزىتىشكە موھتاج، ئۇمۇ ئۆزى ھەققىدىكى چوڭقۇر ئويلىنىشنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. ئۇلار كەمتەرلىك بىلەن ئۆگىنىدىغان ئوقۇغۇچىلاردۇر، قەلب مۇكەممەللىكىنى قوغلىشىدىغانلار ئوقۇش پۈتكۈزمەي، بىر ئۆمۈر ئۆگىنىدىغان ئوقۇغۇچىلاردۇر. بىز بۇ يولنىڭ ئۇزاقلىقىغا بەرداشلىق بەرسەك ۋە زېھنىمىزنى ئاتىساق، بىلىمىمىز ئاز-ئازدىن يىغىلىدۇ، تەدرىجىي ھالدا مەنە پەيدا بولىدۇ. بىز ئۆلۈم، ئۇمىدسىزلىك ۋە كېرەكسىز قاراشلارغا يولۇقىمىز، شۇ ئارقىلىق ئۆز مەۋجۇتلۇقىمىزنىڭ مەنىسىنى چۈشىنىمىز، ئۆزىمىزنىڭ نېمە ئىش قىلىۋاتقانلىقىمىزنى چۈشىنىمىز. شۇنىڭ بىلەن، كۈچ (قۇدرەت) كە ئىگە بولىمىز. روھىي كۈچ ئادەمنى ناھايىتى ھۇزۇرلاندۇرىدۇ، بۇ بىر خىل ئۆلىمالارچە ياشاشنىڭ ھۇزۇرىدۇر. ئەمەلىيەتتە مۇتەخەسسىسكە ئايلىنىشىمۇ، ئۆزى قىلىۋاتقان ئىشنى پىششىق بىلىش ئادەمنى قانائەتلەندۈرىدۇ. قەلب مۇكەممەللىكىنى قوغلىشىدىغان كۆپ قىسىم كىشىلەر ھايات مۇتەخەسسىسلىرىدۇر، بۇنىڭغا ئەجەبلىنىش ھاجەتسىز. چۈنكى تەڭرىنىڭ ئىرادىسىنى، ھادىسىلەرنىڭ ماھىيىتىنى ۋە ئۆزىنىڭ نېمە قىلىۋاتقانلىقىنى چۈشىنىدىغان ئادەملەر تەڭرىدەك بىلىش ئىقتىدارىغا ئېرىشىدۇ. بىزنىڭ ئاڭلىق ئۆزلۈكىمىز مۇۋەپپەقىيەتلىك ھالدا تەڭرىنىڭ روھى بىلەن بىرلىشىدۇ. مۇشۇنداق بولسىلا، بىز تەڭرى بىلەن ئورتاق بىلىشكە ۋە ئورتاق چۈشىنىشكە ئىگە بولىمىز.

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

ھەممنى كۆرسەڭ تەنھالىشىسەن

روھنىڭ قۇدرىتىنى ھېس قىلىش دەرۋەقە ئادەمنى مەمنۇن قىلىدۇ. بىراق يەنە ئادەمنى خاتىرجەمسىزلەندۈرىدۇ، چۈنكى شەخسنىڭ بىلىشى ئاشقانسېرى، ھەرىكەتلىنىشى تەسلىشىدۇ. ھەرىكەتلىنىشىمىزگە ئاساسەن مەدەنىيلىك جەريانى يۈنىلىشىنى ئۆزگەرتىشى مۇمكىن. بىر بالىنى ماختاش ۋە جازالاش توغرىسىدىكى قارارنىڭ نەتىجىسى غايەت زور تەسىر پەيدا قىلىشى مۇمكىن. ساندان چەكلىك بولغاندا ۋە تەقدىرگە بېقىنىش كۈچلۈك بولغاندا، ھەرىكەتلەنمەسلىكىمىز ناھايىتى ئاسان. بىراق تېخىمۇ ئۇنىۋېرسال ساندانلارنى قوبۇللىغىنىمىزدا، قارارىمىز تېخىمۇ مۇرەككەپلىشىدۇ. بىلىدىغانلىرىمىز كۆپەيگەنسېرى، ئاقىۋەتنى مۆلچەرلەشكە ئىنتىلىمىز. ئەگەر چوڭ-كىچىك ئىشلارنىڭ ئاقىۋىتىنى مۆلچەرلەشكە كىرىشۋالساق، ئۇنداقتا ھەرىكەتلىنەلمەيدىغان ھالەتكە چۈشۈپ قېلىشىمىز مۇمكىن.

يەنە بىر جەھەتتىن ئېيتقاندا، ھەرىكەتلەنمەسلىكنىمۇ بىر خىل ھەرىكەتلىنىش دەپ قاراشقا بولىدۇ. مەلۇم ئەھۋال ئاستىدا، ھەرىكەتلەنمەسلىك ئەڭ ياخشى ھەرىكەتلىنىش بولسىمۇ، بىراق باشقا ئەھۋاللاردا، ھەرىكەتلەنمەسلىك ئېغىر بۇزغۇنچىلىق ۋە ئاپەت بولىدۇ. شۈبھىلاشقا، روھنىڭ قۇدرىتى ئېرىشىشنىلا ئەمەس، بەلكى يەنە بىلىشنىڭ كۇنسايىن ئېشىشىنى ۋە قارار قىلىش ئىقتىدارىنى ھازىرلاشنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. پەقەت ئىشلار ئادەتتىكىچە دەپ قارىۋېلىنمىسىلا، قارار قىلىش تەسلىشىپ كەتمەيدۇ. تەگرىگە يېقىنلاشقانسېرىمىز ئۇنى چۈشىنىمىز. ئۇنىڭ بىلمىدىن بەھرىلىنىش بىلەن بىرگە يەنە ئۇنىڭ

ئوقۇبىتىنىمۇ تەك تارتىشىپ بېرىمىز.

روھنىڭ قۇدرىتىگە ئەگىشىپ تەنھالىقتىن ئىبارەت يەنە بىر مەسىلە كېلىپچىقىدۇ. مەلۇم نۇقتىدىن قارىغاندا، قەلب كۈچىنى ئىشلىتىش بەئەينى سىياسىي كۈچ ئىشلەتكەنگە ئوخشىشىپ كېتىدۇ. قەلبىنىڭ مۇكەممەللىشىشى يۇقىرى پەللىگە يەتكەن ئادەم ئۆزىگە ئۆزى ئىگە بولالايدىغان ئادەمدۇر، ئۇلار مەسئۇلىيىتىنى ئىتتىرىپ قويمايدۇ، باشقىلارمۇ ئۇنىڭغا قانداق قىلىشنى ئۆگەتمەيدۇ، ھەتتا مەلۇم قاتلامغا يەتمىگەنلىرىمۇ قەلبىدىكى ئوقۇبەتلىرىنى ۋە بېسىمنى چىقىرىۋېتەلەيدۇ. باشقىلار پىكىر بەرگەندەك قىلىسىمۇ، بىراق قارار قىلىش ھوقۇقى يەنىلا ئۆزىدە بولىدۇ. ھەممىنى ئۆزى ئۈستىگە ئالىدۇ. يەنە بىر نۇقتىدىن قارىغاندا، روھنىڭ قۇدرىتى تەنھالىق تۇيغۇسىنىڭ سىياسىي كۈچ ئۈستىدىن غالىب كېلىشى ئارقىسىدا پەيدا بولىدۇ. سىياسىي ھوقۇق ئىگىلىرىمۇ ھېچبولمىغاندا، دانىشمەن (روھنىڭ قودرىتىنى ھېس قىلغۇچىلار) لەر بىلەن ئالاقە قىلىشىدۇ، زۇڭتۇڭ ۋە پادىشاھلارنىڭمۇ يېنىدا بىر توپ دوستلىرى ۋە مەسلىھەتچىلىرى بولىدۇ. بىراق روھنىڭ قۇدرىتىنى ھېس قىلالمىغانلار تۇرمۇش چەمبىرىكىدىن كۆكۈل سۆزلىرىنى ئېيتىدىغان ئادەملەرنى تاپالمايدۇ. ئىنجىلنىڭ تۆتىنچى تومىدا دىققەت قىلىشقا ئەرزىيدىغان بىر تېما بار، خىرىستوس ھەمىشە ئۆزىنى چۈشىنىدىغان ئادەمنىڭ يوقلۇقى سەۋەبلىك مەيۈسلىدىكەن. ئۇ مەيلى قانداق تىرىشچانلىق كۆرسىتىشىدىن قەتئىينەزەر، ئۆزلۈكىنى قانداق مۇكەممەللەشتۈرۈشىدىن قەتئىينەزەر، ئۇ شاگىرتلىرىنى يەنىلا ئۆزىگە ئوخشاش قاتلامغا يەتكۈزۈشكە ئامالسىز قالغان. ئەقىللىق ئادەملەر ئاڭا ئەگەشكەن، بىراق يېتىشەلمىگەن، ئۇنىڭ سۆيگۈسىمۇ ئاڭا بىرەر سۆھبەتداش ھەمراھ قىلىپ، ئۇنىڭ تەنھالىق تۇيغۇسىنى يوقىتالمىغان. دېمەك، قەلب مۇكەممەللىكىنىڭ ئۇزاق يولىغا چۈشكەن ئادەملەرنىڭ ھەممىسى چوقۇمكى تەنھالىقنىڭ بۇ خىل تەمىنى تېتىيدۇ.

www.uyghurkitap.com

قەلبتىكى كېسەل

پسىخىك ساغلاملىق ۋە پسىخىك كېسەللىكنى مۇلاھىزە قىلغاندا، مەن: «نېۋروز ئوقۇبەتكە ئۇيغۇنلىشىشنىڭ ۋاكالەت مەھسۇلاتى»، «پسىخىك ساغلاملىق ھەقىقەت ئۈچۈن قۇربانلىق بېرىشتۇر»، «شەخس تەڭرىدىن يىراقلاشقاندا يوشۇرۇن ئېگىدىكى ئەنسىزلىك پسىخىك كېسەللىك پەيدا قىلىدۇ» دېگەندەك ھازىرقى قىلچىلىك ئوخشىمايدىغان باھالارنى ئېلان قىلغانىدىم. ھازىر پسىخىك كېسەللىك مەسىلىسىنى تېخىمۇ چوڭقۇر ئانالىز قىلىش ئۈچۈن، بۇ قاراشلارنى رەتلەپ، مۇكەممەل بىر سىستېما قىلىپ چىقىشقا توغرا كېلىدۇ.

رېئال دۇنيادا ياشىغاندا، تېخىمۇ ياخشى ياشاش ئۈچۈن، ئېھتىمال دۇنيانىڭ ماھىيىتىنى چۈشىنىشىمىزگە توغرا كېلىدۇ. بىراق ماھىيەتنى چۈشىنىش بىر خىللا بولمايدۇ، بەزىدە دۇنيانىڭ ماھىيىتى، دۇنيا بىلەن بىزنىڭ مۇناسىۋىتىمىز نۇرغۇن تەرەپلەردىن بىزنى ئوقۇبەتكە باشلايدۇ. پەقەت تىرىشىپ بەرداشلىق بەرگەندىلا، ئاندىن بۇ ئىشلارنى چۈشىنىمىز، بىراق ھەر بىر ئادەم ئاز بولسۇن-كۆپ بولسۇن بۇ خىل ئازابلىق جەرياندىن ئۆزىنى ئېلىپ قېچىپ باققان بولىدۇ. بىز مەلۇم ياۋۇزلۇقلارغا نىسبەتەن ئامالسىزمىز، ئوقۇبەتنىڭ رېئاللىقلىقىغا سۈكۈتتىمىز. بۇنىڭدىكى مەقسەت ئۆز ئېگىمىزنى قوغداش ئۈچۈندۇر، رېئاللىقنىڭ ئاڭا سوقۇنۇپ كىرىۋېلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈندۇر. پسىخولوگلار بۇنداق ئوخشىمايدىغان ئۇسۇللارنى «قوغدىنىش مېخانىزمى» دەپ ئاتىدى. ئادەملەر ھەمىشە مۇشۇنداق قوغدىنىش ئارقىلىق ئۆزلىرىنىڭ بىلىشىنى چەكلىدى. ئەگەر پسىخىكىمىز ئاڭقاۋلىق ۋە قورقۇنچنى ئاساس قىلسا،

ئۇنداقتا ئۆز بىلىشىمىزنى جان تىكىپ قوغدايمىز، ئاخىرىغا كەلگەندە، دۇنيانى چۈشىنىشىمىز رېئاللىقتىن ئايرىلىپ قالىدۇ، ھەتتا پائالىيەتلىرىمىزمۇ ئەمەلىي بولمايدۇ.

بۇ ھادىسە تەرەققىي قىلىپ مەلۇم باسقۇچقا يەتكەندە، ئەتراپىمىزدىكىلەر «رېئاللىقتىن ئايرىلىپ» قالغانلىقىمىزنى ئەسكەرتىدۇ. ئۆزىمىزنى شۇنچە نورمال ھېس قىلساقمۇ، ئۇلار بىزنى پسىخىك كېسەل دەپ ھۆكۈم قىلىدۇ. ئەمەلىيەتتە ئەھۋال يامانلىشىشتىن بۇرۇن، يوشۇرۇن ئاك شەخسنىڭ ھەرىكىتىدىكى بۇنداق تەرتىپسىزلىكلەردىن بېشارەت بېرىدۇ. قارا بېسىش، ئەنسىزلىك، چۈشكۈنلۈك قاتارلىق بىنورمال ئالامەتلەر كۆرۈلۈشكە باشلايدۇ. گەرچە ئېڭىمىز رېئاللىقنى ئىنكار قىلسىمۇ، بىراق ھەممىنى بىلىپ تۇرىدىغان يوشۇرۇن ئاك بىنورماللىقنى بايقايدۇ، بىزگە بېشارەت بېرىدۇ، چاتاق چىققانلىقىنى ئەسكەرتىدۇ. باشقىچە ئېيتقاندا، پسىخىك كېسەللىكنىڭ قارشى ئالمايدىغىنى تەگىرى شەپقىتىنى ئاشكارىلايدىغان ئالامەتلەردۇر، «ئېڭىمىزنىڭ سىرتىدا قەلبىمىزنى مۇكەممەللەشتۈرىدىغان قۇدرەتلىك كۈچ»تۇر.

باشتا ئېيتىپ ئۆتكەن نۇرغۇن كېسەللىك مەسىلىرى، گەرچە باشقا پرىنسىپلارنى ئىسپاتلاشقا ئىشلىتىلسىمۇ، بىراق كۆپ قىسمى يۇقىرىقى نۇقتىنى دەلىللەشكە ئىشلىتىلىدۇ. لېكىن بۇ يەردە يەنە بىر مىسالنى، ھاياتىمىزدىكى تۈيۈق يولنى ئەسكەرتىدىغان بىر ئىدىيەنى سۆزلىمىسەك بولمايدۇ.

22 ياشلىق بېش چىرايلىق ۋە ئەقىللىق قىز، يەنە كېلىپ ناھايىتى تارتىنچاق، خۇددى كىچىك باللارنى ئەسلىتىدۇ. ئۇ ئېغىر دەرىجىدىكى ئەنسىزلىك (ساراسىملىق) سەۋەبلىك ماڭا كۆرۈنگىلى كەلگەندى. ئۇ كاتولىك دىنىدىكى ئائىلىدە چوڭ بولغانىكەن، ئاتا-ئانىسى ئىقتىسادىنى تېجەشلىك ئىشلىتىپ، ئۇنى ئۇنىۋېرسىتېتتا ئوقۇتقانىكەن. بىر يىلدىن كېيىن، نەتىجىسى خېلى ياخشى بولسىمۇ، توي قىلىش ئۈچۈن ئوقۇشتىن چېكىنىپتۇ. يىگىتى قوشنىسىنىڭ ئوغلى بولۇپ، رېمونتچىلىق قىلىدىكەن. ئۆزى بىر تاللا بازىرىدىن خىزمەت تېپىپ ئىشلىگەنىكەن. كېيىنكى ئىككى

www.uyghurkitap.com

يىلى خاتىرجەم ئۆتكەن بولسىمۇ، تۇيۇقسىز ئەنسىزلىك ئالامەتلىرى كۆرۈلۈشكە باشلاپتۇ. ئەنسىزلىكنىڭ كونكرېت ئالامەتلىرى كۆرۈلمەيدىكەن، بىردىنبىر ئورتاق ئالامەت يالغۇز قالغاندا، يېنىدا ئىېرى يوق ۋاقىتتا ئەنسىزلىككە چۆكۈپ قېلىشى ئىكەن. ئېھتىمال نەرسە سېتىۋالغاندا، خىزمەت قىلىۋاتقاندا ياكى بازار ئايلىنىۋاتقاندا يۈز بەرسە كېرەك. بۇنداق ۋاقىتلاردا ئۇنىڭ ئېگىدا كۆرۈلىدىغان ۋەھىمە تۇيغۇسىنى سۆپەتلىگىلى بولمايتتى. بۇنداق چاغلاردا ئۇ ھەممە ئىشىنى تاشلاپ، ئېرىنىڭ رېمونتخانىسىغا يۈگۈرەيتتى. ئۇنىڭدىكى قورقۇنچ پەقەت يولدىشى بىلەن بىللە تۇرغاندىلا ئاندىن يوقايتتى. شۇ سەۋەبلىك ئۇ خىزمىتىدىنمۇ ئىستېپا بەرگەندى.

ئادەتتىكى دوختۇرلار تىنىچلاندۇرۇش كۈمىلچى بەرگەن بولسىمۇ، ئۈنۈمى بولمىغانىكەن، شۇڭا مېنى ئىزدەپ كەلگەندى. ئۇ يىغلىغىنىچە: «زادى نېمە چاتاق چىققىنىنى بىلمىدىم، ئەسلىدە شۇنچىلىك ياخشى ئۆتۈۋاتاتتۇق، ئېرىممۇ ماڭا شۇنچە كۆيەتتى، خىزمىتىمگىمۇ ئامراق ئىدىم. زادى نېمە ئىشلىقىنى بىلمىدىم، تېزلا ساراڭ بولۇپ قالىدىغان ئوخشايمەن، مېنى قۇتقۇزۇۋالسىڭىز، ئەسلىمگە قايتىشىمغا ياردەم قىلسىڭىز» دېدى. بىراق داۋالاش جەريانىدا بايقىدىمكى، ئۇلارنىڭ تۇرمۇشى ئۇنداق «ياخشى» ئەمەس ئىدى.

شۇلارنى بىلدىمكى، ئېرى گەرچە بېشقا ياخشى مۇئامىلە قىلسىمۇ، بىراق بېش قوبۇل قىلالمايدىغان مىجەزلىرى بار ئىدى، ئۇ باشقىلارغا بەك قوپال، قىزىقىشى يوق بىر ئادەم ئىدى. بىردىنبىر خۇشاللىقى تېلېۋىزور كۆرۈش ئىدى. بېش بۇنىڭدىن ناھايىتى بىزارلىق ھېس قىلاتتى. بېش يەنە تاللا بازىرىدا پۇل ئېلىش-قايتۇرۇشتىمۇ بىزارلىق ھېس قىلىدىغانلىقىنى ئېتىراپ قىلدى. شۇنىڭ بىلەن، بىز بېشنىڭ تېخىمۇ بۇرۇنقى تۇرمۇشىنى مۇلاھىزە قىلىشتۇق. ئۇ مۇنداق دېدى: «مەكتەپتە تۇرغانسېرى مېنى پەرىشانلىق، ئەنسىزلىك قاپلىۋالىدى. ساۋاقداشلىرىمنىڭ ھەممىسى ھەمىشە دورا يەيتتى، قالايمىقان جىنسىي مۇناسىۋەت ئۆتكۈزەتتى، بۇلارنى قوبۇل قىلالمايتتىم. بىراق باشقىلار مېنى بىنورمال دەپ قارايتتى. مېنى

كارىۋاتقا چىقىشقا تەكلىپ قىلغان ئوغۇللارمۇ يوق ئەمەس، قىزلارمۇ مېنى ئەيىبلەيتتى. ئۇلار مېنى بەك ساددىسەن دەيتتى. كېيىن مەنمۇ ئۆزۈمدىن گۇمانلىنىشقا باشلىدىم. دىنىي جەمئىيەت ۋە ئاتا-ئانامنىڭ قىممەت قارىشىدىن گۇمانلىنىشقا باشلىدىم. مەن ھەممىشە مۇشۇنىڭ ئۈچۈن ۋەھىمە ھېس قىلاتتىم، ئەنسىرەيتتىم». داۋالاش جەريانىدا، بېش ئۆزىنى قاچۇرماسلىققا تىرىشتى، ئەڭ ئاخىرىدا، ئۇ مەكتەپكە قايتىپ ئوقۇشنى قارار قىلدى. بەختكە يارىشا، ئېرىمۇ ئۇنىڭ بىلەن تەڭ ئوقۇشنى قارار قىلدى. ئۇلارنىڭ تۇرمۇش چەمبىرىكى تېز سۈرئەتتە كېڭەيدى، بېشمۇ ئەنسىزلىك (ساراسىمە) تىن ئاستا-ئاستا قۇتۇلدى.

ئوخشىمايدىغان بىرقانچە نۇقتىدىن بۇ تىپىك مىسالغا قارىساق، ئېنىقكى بېشنىڭ ئەنسىزلىكى تېخىمۇ كۈچلۈك ۋەھىمىدىن كېلىپچىققان. بېش ئۈچۈن ئېيتقاندا، بۇ ئەركىنلىك ۋەھىمىسىدۇر. ئۇ ئىشكتىن شۇنداق چىقىسلا، گەرچە ئېرىنىڭ چەكلىمىسى بولمىسىمۇ ۋە باشقىلار بىلەن ئالاقە قىلىش ئەركىنلىكى بولسىمۇ، ئەنسىزلىكى دەرھاللا قوزغىلىدۇ. ئەركىنلىك بېشنىڭ پسىخىك ماھىيىتى بولسا، ئۇنىڭ سىرتقا ئىپادىلىنىپ چىقىرىلىشى دەل ئەنسىزلىك ھادىسىسىدۇر. بىراق مېنىڭچە، باشقا بىر نۇقتىدىن ئۇنىڭ ئاغرىقىنى كۆزەتسەك تېخىمۇ ئۇنۇمى بار. بېشنىڭ ئەركىنلىكتىن ۋەھىمە ھېس قىلىشى ئەنسىزلىك بىنورماللىقى كۆرۈلۈشتىن ئىلگىرىلا مەۋجۇت ئىدى. مۇشۇ سەۋەبلىك بېش ئوقۇش جەريانىدا ۋەھىمە ھېس قىلغان ۋە ئۆزىنىڭ ئۇسۇپ يېتىلىشىنى چەكلەپ قويغان. ھۆكۈممىچە، بېش ئەينى ۋاقىتلا (ئۇچىنچى يىللىق ۋاقتىدىن بۇرۇنلا كۆرۈلگەن) ئاغرىق ئىدى. ئۇ ئۆزىنىڭ ئاغرىغانلىقىنى ۋە ئۆزلۈكىنىڭ قالايمىقانلاشقىنىنى بىلەلمىگەن. پەقەت ئەنسىزلىك كۆرۈلگەندىلا، ئۇ ئاندىن ئۆزىنىڭ كېسەل بولغانلىقىنى بىلگەن ۋە خاتالىقنى تۈزىتىپ، تاكامۇللىشىش يولىغا قايتقان.

مەن نۇرغۇن ئادەملەرنىڭ مۇشۇ شەكىلدە ئاغرىيدىغانلىقىغا ئىشىنىمەن. ئاغرىق كېسەل بولۇشتىن بۇرۇنلا مەۋجۇت بولىدۇ. ئاغرىق كېسەللىك ئەمەس، بەلكى داۋالاشنىڭ باشلىنىشىدۇر. ئۇ قارشى

www.uyghurkitap.com

ئېلىنمايدۇ، بىراق ئۇ تەڭرى شەپقىتى ياكى تەڭرىنىڭ سۇۋغىتى دەپ قارىلىشقا تېخىمۇ ھەقلىق. چۈنكى ئۇ يوشۇرۇن ئاڭدىكى ئۇچۇر ئامبىرىدىن كەلگەن ھەمدە بىزنى ئۆزلۈك تەلقىنى ۋە ئۆزلۈك تاكامۇللىششى ئۇچۇن ئەسكەرتىپ تۇرىدۇ.

ئادەتتىكى شەپقەتلەرگە ئوخشاش، كۆپ سانلىق كىشىلەر بۇنداق ئىلتىپاتنىمۇ رەت قىلىدۇ. ئۇچۇرنىڭ كۆرسەتمىسى بويىچە ئىش كۆرۈشنى خالىمايدۇ. ئۇلار ھەر خىل شەكىللەر ئارقىلىق ئاغرىققا ئىگە بولۇشتىن ئۆزىنى قاچۇرىدۇ. ئۇلار كېسەللىكنى ئىنكار قىلىدۇ، كېسەلنىڭ مەۋجۇتلۇقىغا قەستەن پەرۋاسىز بولىۋالىدۇ. «ھەممە ئادەم ئاغرىيدۇ» دېيىش ئارقىلىق ئۆزىنى ئالدايدۇ. ناۋادا ئۇلار ئۆزىنىڭ ئاغرىقلىقىنى ئېتىراپ قىلغان تەقدىردىمۇ ئۇنىڭ سەۋەبىنى تۇغقانلىرىنىڭ ياتلىششى، دوستلىرىنىڭ ساختىلىقى، كارخانىچىلارنىڭ ئالدامچىلىقى، جەمئىيەتنىڭ بىنورماللىقى ۋە تەقدىر قاتارلىق تاشقى ئامىللارغا ئارتىپ قويىدۇ. پەقەت ئۆز كېسىلىگە ئېتىبار بىلەن قارايدىغان ئاز سانلىق كىشىلەرلا ئاندىن كېسەللىكنىڭ ئەسلىدە قەلب ئاغرىقىنىڭ سىرتقى ئىپادىسى ئىكەنلىكىنى بىلىپ يېتىدۇ، ئۇلار يوشۇرۇن ئاڭنىڭ كۆرسەتمىسىنى قوبۇل قىلىدۇ ۋە ئۇنىڭدىن قانائەتلىنىدۇ. ئۇلار ئۆزىنىڭ ئاجىزلىقىغا يۈزلىنىپ، ئۆزلۈكنى داۋالاش جەريانىدىكى ئوقۇبەتكە بەرداشلىق بېرىدۇ ھەمدە ئاڭغا لايىق نېسىۋىگە ئېرىشىدۇ.

قىساس ئىلاھى

بۇ يەردە تەڭرى شەپقىتى بىلەن پىسخىك كېسەللىك ئارىسىدىكى مۇناسىۋەتنىڭ ئەڭ ياخشى مىسالىنى سۆزلەيمەن. بۇ يۇنان ئەپسانىلىرىدىكى ئورېستىس بىلەن قىساس ئىلاھىنىڭ ھېكايىسىدۇر. ئورېستىس ئارتىيۇسنىڭ نەۋرىسى، ئارتىيۇسنىڭ ياۋايىلىقى سەۋەبلىك، ئۇ ئۆزىنىڭ زېۋىستىنمۇ ئۇلۇغلۇقىنى ئىسپاتلاشقا ئۇرۇنغان، شۇڭا زېۋىس ئۇنى جازالىغان، ئۇنىڭ بارلىق ئەۋلادلىرىنى قارغىۋەتكەن. بۇ قارغىش ئورېستىسنىڭ ئانىسى كىلىياتېمنېستىرانىڭ ئۆزىنى، ئېرىنى، يەنى ئورېستىسنىڭ ئاتىسى ئاگەمېمنوننى قەستلەپ ئۆلتۈرۈشى ئىدى. بۇنداق بولغاندا، بۇ قارغىش يەنىلا ئورېستىسنىڭ بېشىغا كەلگەن بولاتتى. يۇنان قانۇنىغا ئاساسەن ئوغۇل چوقۇم ئاتىسى ئۈچۈن قىساس ئېلىشى كېرەك ئىدى. بىراق يەنە بىر تەرەپتىن ئېلىپ ئېيتقاندا، يۇنانىستان قانۇنى ئوخشاشلا ئانىسىنى ئۆلتۈرۈشكە يول قويمايتتى. ئورېستىس ئىككىسىنىڭ ئارىسىدا تەڭلىكتە قالغان، ئازابلانغان، بىراق ئەڭ ئاخىرىدا، ئۇ يەنىلا ئۆز ئانىسىنى ئۆلتۈرگەن. زېۋىس قىساس ئىلاھىنى ئەۋەتىپ ئۇنى ئىز قوغلاپ جازالىغان. ئۈچ خىل شەكىلدە ئۇنى قىستاققا ئالغان. ئۇ كۆرەلەيدىغان ۋە ئاۋازىنى ئاڭلىيالايدىغان ئادەملەرنى غەلىتە مەخلۇقلارغا ئايلاندۇرۇۋەتكەن، كۈندۈزىمۇ ۋە كېچىسىمۇ ئۇنى قوغلىغان، ئۇنى قورقۇتقان ۋە قارغىغان.

قىساس ئىلاھى ئورېستىسنىڭ سايىسىدەك ئۇنى قوغلىغان، ئورېستىس سەرگەردانلىقتا جازادىن قۇتۇلۇش ئامالىنى ئىزدىگەن. ئۇزاق يىللىق ئويلىنىش ئارقىلىق زېۋىستىن ئۆز جەمەتىگە چۈشۈرگەن قارغىشنى بىكار قىلىشنى ئۆتۈنگەن. ئۇ زېۋىسقا ئانىسىنى ئۆلتۈرگەنلىك گۇناھى

ئۈچۈن ئاللىقاچان ئەرزىگۈدەك قۇربانلىقلارنى بەرگەنلىكىنى، قىساس ئىلاھىنىڭ ئەمدى قوغلىماسلىقىنى ئېيتقان. زېۋس بىر قېتىملىق سوت ئاچقان. ئاپوللو ئورېستىسنى ئاقلاپ مۇنداق دېگەن: ئانامنى ئۆلتۈرگەن مەن، ئورېستىس ئاپوللو ئەمەس. زېۋس ناھايىتى ھەيران قالغان. چۈنكى ھازىرغا كەلگۈچە، ئارتۇس جەمەتى ئۆزىنىڭ خاتالىقلىرىنى ئۆز ئۈستىگە ئېلىپ باقمىغان، ئەكسىنچە زېۋس جەمەتىگە ئىتتىرىپ قويغان. زېۋس ئاخىرىدا ئورېستىسنى كەچۈرۈم قىلىشنى قارار قىلغان، بىراق ئارتۇس جەمەتىگە چۈشۈرگەن قارغىشنى بىكار قىلمىغان، ئەمما قىساس ئىلاھىنى شەپقەت ئىلاھىغا ئايلاندۇرۇپ، ئۈچ سۆيگۈگە تولغان روھنى ئورېستىسنىڭ ساداقىتى ئۈچۈن ئاڭا سوۋغا قىلغان.

بۇ ئەپسانىنىڭ مەنىسى شۇنچىلىك چۈشىنىشلىك، شەپقەت ھەمشىرىسىنىڭ ئەسلىي ئىسمى گىرېكچىدە «تەڭرىنىڭ شەپقىتىنى يەتكۈزگۈچى» دېگەن مەنىگە يېقىن كېلىدۇ. پەقەت ئورېستىسلا قىساس ئىلاھىنىڭ ئوبرازىنى كۆرەلەيتتى، چۈنكى ئۇ كېسەللىككە ۋەكىللىك قىلاتتى، پسىخىك كېسەلگە گىرىپتار بولغان شەخسنىڭ تۇرمىسى دېيىشكىمۇ بولاتتى، قىساس ئىلاھىنىڭ شەپقەت ھەمشىرىسىگە ئۆزگىرىشى پسىخىك كېسەللىكنىڭ ياخشى بولۇشىدىن دېرەك بېرەتتى. بۇ مەن باشتا ئېيتقان نەزەرىيەلەرگە تامامەن ماس كېلەتتى. ھالبۇكى، بۇ خىل ئۆزگىرىش ئورېستىسنىڭ ئۆز كېسىلىنى ئېتىراپ قىلىشىنى خالىغانلىقى ئۈچۈن ئاندىن يۈز بەرگەن. ئۇ قىساس ئىلاھىنىڭ قوغلىشىدىن قانداق قۇتۇلۇشنى ئويلاۋاتقاندا، ئۇ ئۆزىنىڭ جازالىنىشىنى ئادالەتسىزلىك دەپ قارىغان، ئۆزىنى خۇددى جەمئىيەت ياكى باشقا نەرسىلەرنىڭ قۇربانىدەك ھېس قىلغان. قىساس ئىلاھىنىڭ ئارتۇس جەمەتىگە چۈشۈرۈلۈشى پسىخىك كېسەللىكنىڭ جەمەتىنىڭ ئىچكى قىسمىدىكى مەسىلە ئىكەنلىكىگە سىمۋول قىلىنغان. ئاتا-ئانىسى ياكى ئەجدادى گۇناھ ئۆتكۈزسە ئەۋلادلىرى ئۈستىگە ئېلىش بۇنىڭدىكى كونكرېت مىسالدۇر. بىراق ئورېستىس ئۆز جەمەتىدىن ئاغرىنىپ باقمىغان، يەنە كېلىپ ھېچكىم ئۇنىڭ قىلغانلىرىنى خاتا دېمىگەن. ئۇ زېۋستىن ياكى

«تەقدىر»دىنمۇ ئاغرىنمىغان، ئەكسىچە، بارلىق مەسئۇلىيەتنى ئۆز ئۈستىگە ئېلىشنى خالىغان ۋە ئۇنىڭ ئۈچۈن بەدەل تۆلىگەن. بۇ جەريان ناھايىتىمۇ ئۇزاق داۋاملاشقان (ئەمەلىيەتتە بارلىق پىسخىك كېسەللىكلەر مۇشۇنىڭغا ئوخشايدۇ). ئاخىرىدا ئۇ ئەسلىنى تونۇغان، ئەينى ۋاقىتتا ئۆزىنى ئازابلىغان ئىشلارنى تەجرىبىگە ئايلاندۇرغان.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

رېئاللىقنىڭ ئەپسانە

تەجرىبىسى مول پىسخولوگلار بۇ خىل ئەپسانىلەرنىڭ رېئاللىقنىڭ تەكرارلىنىشىنى بايقىيالايدۇ ھەمدە قىساس ئىلاھىنىڭ كىشىلەر قەلبىدە شەپقەت ئىلاھىغا ئايلانغانلىقىنى كۆرەلەيدۇ. بۇنداق ئۆزگىرىش ئاسان ئەمەس. يوشۇرۇن ئاڭ بىمارلاردىن كېيىنلىكتە مەسئۇل بولۇشنى تەلەپ قىلغاندا، كۆپ ساندىكى كىشىلەر دەسلەپتە ئاكتىپ بولسىمۇ، بىراق ئاستا-ئاستا بەل قويۇۋېتىدۇ. ئۇلار كېيىنلىكنى داۋاملاشتۇرىدۇ ھەمدە ئۇنىڭ سەۋەبىنى زېۋس (يۇنان ئەپسانىلىرىدىكى ئەڭ چوڭ ئىلاھ، يەنى ئۇنى «تەقدىر» دەپ قارىغان) قا ئارتىپ قويىدۇ. ھەتتا سەۋەبنى ئارتىپ قويغۇدەك بىر كىم بولمىغاندا، ساقىيىش ئامالى بولسىمۇ يەنىلا ئاڭقاۋلۇق قىلىدۇ.

بەرداشلىق بېرىۋاتقان ئاز بىر قىسىم كىشىلەر ئۇچۇن ئۆزىگە مەسئۇل بولۇشنىڭ ئەمەلىيەتتە داۋالاشنىڭ بىر قىسمى ئىكەنلىكىدەك كۆزقاراشنى بىلدۈرۈش تېخىمۇ مۇھىم. بۇنداق مەشىق ناھايىتىمۇ ئوقۇبەتلىك بىر جەريان، داۋالانغۇچى چوقۇم بەرداشلىق بېرىشى ھەمدە كېيىنلىكتىن ئۆزىنى قاچۇرۇشقا يۈزلىنىشى، ئۆز-ئۆزىگە مەسئۇل بولۇشى كېرەك. بىمارلار ھەمىشە كەيپىسىز باللاردەك غەلۋە قىلىدۇ ۋە ئۆز مەسئۇلىيىتىنى ئۈستىگە ئېلىشنى رەت قىلىدۇ. نۇرغۇن ئۇقۇملارنى نەچچە ئايدىن، ھەتتا نەچچە يىلدىن كېيىن ئاندىن ئىدىيەسىدىن ئۆتكۈزىدۇ. بۇنداق داۋالاش گەرچە بىر-ئىككى يىللىق ۋاقىتنى ئىسراپ قىلغاندەك كۆرۈنسىمۇ، بىراق نىسپىيلىك نۇقتىسىدىن ئېلىپ ئېيتقاندا ناھايىتىمۇ قىسقا ۋە ئۈنۈملۈك ھېسابلىنىدۇ، بىمارلار ۋە پىسخولوگلارغا نىسبەتەن

ئېلىپ ئېيتقاندا، ناھايىتىمۇ خۇشاللىنارلىق بىر ياشاش تەجرىبىسى ھېسابلىنىدۇ. ئىككى خىل ئەھۋال ئاستىدا، قىساس ئىلاھى تامامەن شەپقەت ئىلاھىغا ئۆزگىرەلەيدۇ، پەقەت ئۆزگىرىش تەس ۋە ۋاقتى ئۇزۇن بولىدۇ، خالاس.

مۇۋەپپەقىيەت قازىنىش ئۈچۈن چوقۇم ئۇزگىرىش يۈز بېرىشى كېرەك، بالىلىقتىن قۇتۇلغان ياكى ئاتا قارغىشىنى ئالغان كىشىلەر ئۆزىنىڭ يېڭى بىر دۇنياغا كىرگەنلىكىنى بايقايدۇ. ئۆتمۈشتىكى مەسىلىلەر بولسا پۇرسەتكە ئايلىنىدۇ، رەھىمسىز توسالغۇلار ئارزۇيىمىزدىكى رىقابەتكە ئۆزگىرىدۇ، ئىلگىرى بىزار بولغان ئويلار پايدىلىق بېشارەتلەرگە ئايلىنىدۇ، ئىلگىرى سېزىشكە جۈرئەت قىلالمىغان سەزگۈلەر ھاياتىي كۈچىنىڭ ۋە يېڭىلىنىشنىڭ مەنبەسىگە ئايلىنىدۇ. ئۆتمۈشتىكى بېسىملار تەڭرىنىڭ ئىلتىپاتىغا ئايلىنىدۇ. ساقايغان ئاغرىقلارمۇ شۇنىڭ ئىچىگە كىرىدۇ. ئۇلار داۋالاش ئاخىرلاشقاندا: «چۈشكۈنلۈك ۋە ئەنسىزلىك ئەمەلىيەتتە مەن ئۈچۈن پايدىلىق نەرسىلەركەن» دېيىشىدۇ. ئۇلار دىنغا ئېتىقاد قىلمىغان تەقدىردىمۇ، داۋالاش ئاخىرلاشقاندا خۇددى تەڭرىنىڭ مەدىتىگە ئېرىشكەندەك تۇيغۇدا بولىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى بېكىتى
www.uyghurkitap.com

تەڭرىنىڭ شەپقىتىنى كىم رەت قىلىدۇ؟

ئورپىستىس ھېچقانداق پىسخولوگ (پىسخىكا دوختورى) نى كۆرۈپ باقمىغان، ئۇ ئۆزىنى ئۆزى داۋالىدى. ئەمەلىيەتتە، يۇنانىستاندا بىر تۈركۈم پىسخولوگلار بولغان، ئۇلار ھەممىسى ئۆزىنى ئۆزى داۋالىغان. چۈنكى پىسخىك داۋالاش بىر خىل قورال ۋە ئىنتىزامدۇر. بۇ قورالنى ئىشلىتىش-ئىشلەتمەسلىك، قايسى دەرىجىدە ئىشلىتىش، نېمە مەقسەت بىلەن ئىشلىتىش قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى بىمار تەرىپىدىن قارار قىلىنىدۇ. بىراۋلار بارلىق قىيىنچىلىقلارنى، داۋالىنىش ھەققى، بۇرۇنقى داۋالىنىشنىڭ ئۈنۈمسىزلىكىنى باھانە قىلىش، يېقىنلارنى ئارىغا سېلىش، مۇلازىمەتنىڭ ناچارلىقىنى باھانە قىلىش قاتارلىق ئەھۋاللارنى يېڭىپ، ئەڭ ياخشى داۋالاشنى قولغا كەلتۈرىدۇ. بىراق يەنە بىر قىسىم كىشىلەر باشقىلار ئۆتۈنۈپ بەرگەن داۋالىنىش پۇرسىتىنى رەت قىلىۋېتىدۇ. داۋالانغان تەقدىردىمۇ پىسخولوگلارنىڭ ياخشى كۆڭلىگە، تىرىشچانلىقىغا ۋە ماھارىتىگە پەرۋاسىز بولۇۋالىدۇ، شۇ قەدەر جاھىللىق قىلىدۇكى، ھېچ نەرسىنى قوبۇل قىلالمايدۇ. گەرچە ھەربىر قېتىملىق داۋالاش مۇۋەپپەقىيەتلىك ئاخىرلىشاي دېگەندە، مەن بىمارلارنى ياخشى داۋالىدىم دېگەن تۇيغۇدا بولسامىمۇ، يەنە ئۆزۈمنىڭ پەقەت بىر توقۇنۇشتۇرغۇچى (كاتالىزاتور) ئىكەنلىكىمنى ئۇنتۇپ قالمايمەن.

مەيلى پىسخولوگلارنىڭ ياردىمىگە تايانسۇن ياكى ئۆزى-ئۆزىنى داۋالىسۇن، نېمىشقا مۇۋەپپەقىيەتلىك بولىدىغانلىرىدىن مەغلۇپ بولىدىغانلىرى شۇنچە كۆپ؟ قەلب مۇكەممەللىكىنىڭ يولى ئەگرى-توقاي بولغان تەقدىردىمۇ ھەمدە ھەممە ئادەمگە ئېچىۋېتىلگەن تەقدىردىمۇ،

نېمىشقا بۇ يولغا ماڭىدىغانلار شۇنچە ئاز؟

خىرىستوس بۇ مەسىلىگە: «چاقىرىلغانلىرى كۆپ بولسىمۇ، بىراق تاللايدىغىنى ئاز» دەپ جاۋاب بەرگەن. تاللايدىغانلار نېمە ئۈچۈن ئاز؟ ئۇلار باشقىلاردىن قانداق پەرقلىنىدۇ؟ كۆپ قىسىم پسىخولوگلار بۇ مەسىلىگە كېسەلنىڭ دەرىجىسىگە ئاساسەن جاۋاب بېرىشىدۇ. باشقىچە ئېيتقاندا، بىر قىسىم كىشىلەرنىڭ كېسىلى باشقىلارغا قارىغاندا تېخىمۇ ئېغىر، شۇڭا تەستە ساقىيىدۇ. نېۋروزنىڭ ئېغىر-يېنىكلىكى بىلەن بىمارنىڭ ئۆسمۈرلۈكىدىكى ئاتا-ئانىسىنىڭ كۆيۈنۈشىدىن ئايرىلىپ قېلىش دەرىجىسى بىۋاستە مۇناسىۋەتلىك بولىدۇ. بۇ نۇقتىنى تېخىمۇ ئېنىقراق سۆزلىسەك، نېۋروزلانغانلار ھەمىشە تۇغۇلغاندىن كېيىنلا ئاتا-ئانىسىنىڭ كۆيۈنۈشىگە ئېرىشەلمىگەنلەر دەپ قارىلىدۇ. ئۇلارنىڭ كېسىلىنى بىرقانچە خىل ئۇسۇل ئارقىلىق تىزگىنلىگىلى بولسىمۇ، بىراق ساقىيىشى تەس. خاراكتېرۇزلار بوۋاقلىق مەزگىلىدە بەك ئەركىلىتىلىپ، ئۇنىڭدىن كېيىنكى بىر قانچە يىلدا كۆيۈنۈشكە ئېرىشەلمىگەنلەر دەپ قارىلىدۇ. ئۇلارنىڭ كېسىلى نېۋرۇزلانغانلارنىڭكىدىن يېنىكرەك بولسىمۇ، ئەمما بەك مۇرەككەپ، تەستە ساقىيىدۇ. روھىي كېسەللەر كىچىكىدە ئەتىۋارلىنىپ، ئىككى ياشتىن ئالتە ياشلارغىچە ئارىلىقتا پەرۋاسىز قالدۇرۇلغانلار دەپ قارىلىدۇ. شۇڭا، روھىي كېسەللىكنى داۋالاش ئاسان.

مەن بۇنداق تۈرگە ئايرىشنىڭ بىر قەدەر ئەمەلىيەتكە ئۇيغۇن ئىكەنلىكىگە ئىشىنىمەن. بىراق ئۇخىل پسىخىكا نەزەرىيەسىگە ئاساسلانسا، پسىخولوگلارغا نۇرغۇن قولايلىق ئېلىپ كېلىدۇ. شۇڭا ئۇنى ئالدىراپ تەنقىد قىلىشنىڭ ھاجىتى يوق. ئەپسۇسكى، ئۇمۇ ئەسلىي ھالەتنى تولۇق ئېچىپ بېرەلمەيدۇ. مىسال ئالساق، ئۇ ئۆسمۈرلۈك ۋە ياشلىق مەزگىلىدىكى كۆيۈنۈشكە ئېرىشىشكە سەل قارىغان. شۇنىڭغا ئىشەنچىم كاملىكى، ئەگەر بۇ مەزگىلدىمۇ كۆيۈنۈشكە سەل قارالسا، پسىخىك كېسەللىكلەر ئوخشاش پەيدا بولىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن، باللار مۇۋاپىق سۆيگۈ ۋە كۆيۈنۈشكە ئېرىششى كېرەك، بۇنداق بولغاندا، ئۇنىڭدىن بۇرۇنقى جاراھەتلەرنى داۋالاشمۇ ئاسانلىشىدۇ. يەنە بىر تەرەپتىن

ئېيتقاندا، بۇ خىل تۈرگە ئايرىش ئۇسۇلى ئىستاتىستىكا (ئىلمىي) نىڭ ئاساسلانغانىكەن، نېۋروزلارنى خاراكتېروزلارغا قارىغاندا داۋالاش ئاسان، ئەمما خاراكتېروزلارنى روھىي كېسەللەرگە قارىغاندا داۋالاش تەس، چۈنكى خاراكتېرسىزلىكنى شەخسنىڭ يېتىلىش جەريانىنىڭ ئۆزى ئىكەنلىكىنى مۆلچەرلەش قىيىن. مىسال ئۈچۈن ئېيتساق، مەن ئەڭ تېز داۋالىغان بىمارىم روھىي كېسەلگە گىرىپتار بولغان بىر ئەردۇر. ئۇ توققۇز ئايدىن كېيىن تولۇق ساقايغانىدى. ھالبۇكى، مەن ئۈچ يىل ۋاقىت سەرپ قىلىپ پەقەتلا نېۋروزلانغان بىر ئايال بىمارنى داۋالاپ، ھېچقانچە ئىلگىرىلەش بولمىغانىدى.

مۇكەممەللىشىش خاھىشى

بىمارلاردىكى «مۇكەممەللىشىش خاھىشى»دىن ئىبارەت بۇ ئېنىقسىز تەركىبنى داۋالىنىشنىڭ غەلىبىلىك ياكى مۇغلۇبىيەتلىك بولۇشىنى بەلگىلەيدىغان ھەل قىلغۇچ ئامىل دېيىشكە بولىدۇ. بىراق تۇرگە ئايرىش ئۇسۇلى ئارقىلىق ئويلىنىدىغان ئامىللار تەرتىپىگە كىرگۈزۈشكە بولمايدۇ. كېسەللىك قانچە ئېغىر بولسىمۇ، پەقەت بىماردا كۈچلۈك «مۇكەممەللىشىش خاھىشى» بولىدىكەن ھەممە ياخشى بولۇپ كېتىدۇ، كېسەللىك قانچە يېنىك بولىدىكەن، ئەگەر بىمار مۇكەممەللىشىشنى خالىمايدىكەن، ھېچقانداق ياخشىلىنىش بولمايدۇ. ئېچىنارلىقى شۇكى، دەۋرىمىزدىكى پسىخىك نەزەرىيەلەرنىڭ بۇ ئامىللارنى چۈشىنىشى نۆل نۇقتىدا تۇرماقتا.

ماڭا نىسبەتەن ئېلىپ ئېيتقاندا، گەرچە مۇكەممەللىشىش خاھىشىنىڭ مۇھىملىقىنى ئېتىراپ قىلسامىمۇ، بىراق بۇ قاراشلارنىڭ يەنىلا بىر قاتلام مېستىك جەندىگە ئورىلىپ تۇرغانلىقىنى ئىنكار قىلمايمەن. مەن پەقەت مۇكەممەللىشىشنىڭ ماھىيىتى بىلەن سۆيگۈ (مۇھەببەت، ئىشق)نى ئوخشاش دېيەلەيمەن. سۆيگۈ مۇكەممەللىشىش ئۈچۈن ئۆزلۈكنى تەرەققىي قىلدۇرۇش خاھىشىدۇر. بۇ خىل ئېنىقلىمىغا ئاساسلانساق، مۇھەببەتكە ھەقىقىي تويۇنغان كىشىلەر توختىماستىن ئۆزىنى مۇكەممەللەشتۈرۈۋاتقان بولىدۇ. مەن ئىلگىرى ئاتا-ئانىنىڭ مۇھەببىتى سۆيگۈ ئىقتىدارىنى غىدىقلايدۇ ۋە تەربىيەلەيدۇ دەپ كۆرسەتكەنىدىم، يەنە ئاتا-ئانىنىڭ مۇھەببىتىگە تايىنىۋالغان ئادەملەرنىڭ بۇ ئىقتىدارنى ھازىرلىشىنىڭ ناتايىن ئىكەنلىكىنىمۇ كۆرسەتكەنىدىم.

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى www.uyghurkitap.com

نېمىشقا بەزىلەر ئەڭ ياخشى ۋە ئەڭ مۇھەببەتلىك داۋالاشقا ئىنكاس قايتۇرمايدۇ؟ نېمىشقا يەنە بىر قىسىم كىشىلەر سۆيگۈلۈك داۋالاشقا موھتاج بولمايلا، مۇھەببەتسىز بالىلىقىدىن ھالقىپ، ئۆزى مۇھەببەتلىك ئادەمگە ئايلىنالايدۇ؟ مېنىڭچە ئادەمنى قايىل قىلىدىغان بىرەر جاۋابنىڭ بولۇشى ناتايىن، بىراق تەگرى شەپقىتىگە ئوخشاپ كېتىدىغان بىرەر نۇرلۇق يولنى كۆرسىتەلىشىمىز مۇمكىن.

مەن ئادەتتىكى ئادەملەرنىڭ سۆيۈش ئىقتىدارى بىلەن مۇكەممەللىشىش خاھىشىنىڭ، بالىلىق دەۋرىدە، ئاتا-ئانىسىنىڭ مېھرىبانلىقىدىن ۋە ئۇلار ئۆمرىدە ھېس قىلغان تەگرىنىڭ شەپقىتىدىن كېلىدىغانلىقىغا بارغانسېرى ئىشىنىۋاتىمەن. بۇ ئاڭنىڭ سىرتىدىكى غايەت زور كۈچ (قۇدرەت) تۇر، ئۇلارنىڭ يوشۇرۇن ئېڭى ئارقىلىق، ئاتا-ئانىسىدىن باشقا ئۇلار ئۈچۈن بەدەل تۆلەيدىغان ئادەم ئارقىلىق ۋە باشقا شەكىللەر ئارقىلىق ئىشقا ئاشىدۇ. تەگرىنىڭ شەپقىتى بولغانلىقى ئۈچۈن، نۇرغۇن كىشىلەر بالىلىقىدا ئاتا-ئانىسىنىڭ مۇھەببىتىگە ئېرىشەلمىگەن قەلب جاراھىتىدىن ھالقىيالايدۇ ھەمدە سۆيگۈگە تويۇنغان ئادەمگە ئايلىنالايدۇ، ئىنسانىيەتنىڭ تەدرىجىي تەرەققىياتى سەۋىيەسىدە ئاتا-ئانىسىدىن تېخىمۇ يىراقلارغا ھالقىيالايدۇ. بىراق نېمىشقا پەقەت ئاز ساندىكى كىشىلەرلا بۇ خىل قەلب مۇكەممەللىكىگە ۋە تەدرىجىي تەرەققىياتقا ئېرىشەلەيدۇ؟ مەن تەگرى شەپقىتىنىڭ ھەربىر ئادەمگىچە يۇقىدىغانلىقىغا ئىشىنىمەن، ھەر بىر ئادەمنىڭ ئۇنىڭدىن باراۋەر بەھرىمەن بولىدىغانلىقىغا ئىشىنىمەن، شۇڭلاشقا كۆپ قىسىم كىشىلەرنىڭ ئۇ خىل پۇرسەتكە ئېرىشەلمەيدىغانلىقىنىڭ بىردىنبىر مۇمكىنچىلىكى شۇكى، ئۇلار تەگرى شەپقىتىنىڭ چاقىرىقىنى رەت قىلغان ۋە تەگرىنىڭ مېھرىلىك قولىغا پەرۋا قىلمىغان.

شۇنىڭ بىلەن، مەسىلە «نېمىشقا ناھايىتى ئاز ئادەملەرلا تەگرىنىڭ شەپقىتىگە قۇلاق سالىدۇ؟ يەنە نېمىشقا شۇنچە كۆپ كىشىلەر تەگرى شەپقىتىنى رەت قىلىدۇ؟» دېگەن سوئالدا كۆرۈلىدۇ. ئالدىنقى بۆلەكتە يوشۇرۇن ئاڭنىڭ كېسەللىككە قارشى تۇرىدىغان كۈچىنى تەگرى

شەپقىتىنىڭ تەمىنلەيدىغانلىقىنى، بىراق كۆپچىلىكىمىزنىڭ ساغلاملىقىنى بىردەك چەتكە قاقىدىغانلىقىمىزنى سۆزلەپ ئۆتكەنىدىم. بۇلارنىڭ سەۋەبى يەنىلا ئاڭقاۋلىقتىدۇر، يەنــى ھەر بــر ئادەمنىــڭ ئىنتروپىيەلىــك تــۈنجى گۇناھىدىدۇر دېيىشــكىمۇ بولــدۇ، ئــۇ بــر خــل مەڭگۈلــۈك قارغىشــتۇر. خــۇددى تەڭــرى شــەپقىتى بىزنــى تەدرىجــي تەرەققىياتنىــڭ يــۇقىرى پەللىسىگە ئۆرلىتىدىغان كۈچ بولغىنىدەك، ئىنتروپىيەمۇ بىزنى بۇ كــۈچكە قارشــى تۇرغۇزىــدۇ، مۇۋازىنەتلىــك ئەســلي ھــالىتىمىزدە قالدۇرۇشــنى ئويلايدۇ، ھەتتا ياشاشنىڭ ئەڭ تۆۋەن قاتلىمىغا چۈشۈرۈۋېتىشنى ئويلايدۇ.

پىسخولوگىيە مۇتەخەسسىسلىرىگە ۋە غەيرىي كەسىپ ئەھلىلىرىگە ئايانكى، مەرتىۋىسى يۇقىرى ۋە مەسئۇلىيىتى ئېغىــر كىشــىلەردە ئاســانلا پىســخىك مەســىلىلەر شــەكىللىنىدۇ. ھەربىــي ســاھەنىڭ پىســخىك دوختۇرلىرىغــا نىســبەتەن، ئاتــالمىش «ئۆســۈش نېــۋروزى» مەســلىســى تېخىمــۇ تونــۇش. چــۈنكى ئــۇلار كــۆپ قىســىم ھەربىيلەرنىــڭ ئۆسۈشــنى خالىماســلىقى ســەۋەبلىك، بــۇ مەســىلىنىڭ كۆرۈلــۈش چاستوتىســىنىڭ ئاشىدىغانلىقىنى بايقىغان. ھەربىيلىكنى ئۆمۈرلۈك كەسىپ قىلغــان تــۆۋەن دەرىجىلىك ھەربىــيلەر ئۆسۈشــنى خالىمايــدىكەن، يەنە كېلىــپ، باشــلىق بولۇشقا ئالاھىدە قارشى تۇرىــدىكەن، ئــۇلار كومانــدىرلىق مەشــىقىنى رەت قىلغاندەك قىلىــمۇ، بــىراق ئەقىــل ۋە تەجرىبە جەھەتــتىن ئاللىقاچــان ئۆسۈش سالاھىيىتىنى ھازىرلاپ بولغان بولىدىكەن.

www.uyghurkitap.com

گۆدەكلىك ئېڭىدىن چىقىش

قەلبىنىڭ مۇكەممەللىشىش جەريانى بىلەن كەسىپكە بېغىشلانغان ھايات ئۇخشاشلىقتا ئىگە، تەڭرى شەپقىتىنىڭ چاقىرىقى بىر خىل يېتىلىش دەپ قارىلىدۇ، چاقىرىلىشىمۇ مەسئۇلىيەت ۋە ھوقۇقنىڭ زۆرۈرىيىتىدىندۇر. تەڭرىنى تونۇش، ئۇنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى ئۆز تۇيغۇسى بىلەن تۇيۇش، ئۆزىنىڭ تەڭرىگە نەقەدەر يېقىنلىقىنى بىلىش ئادەمنىڭ قەلب چوڭقۇرلۇقىدا، (ناھايىتى ئاز ساندىكى كىشىلەرگە نېسىپ بولىدىغان) جىمجىتلىق شەكىللەندۈرىدۇ. بىراق يەنە بىر تەرەپتىن ئېلىپ ئېيتقاندا، شۇ خىل بىلىشكە ئەگىشىپ ناھايىتىمۇ زور مەسئۇلىيەت تۇيغۇسى پەيدا بولىدۇ. چۈنكى تەڭرىگە يېقىن تۇرغاندا چوقۇمكى، قۇدرەت ۋە مۇھەببەتنىڭ ۋاكالەتچىلىكىنى ئۈستىگە ئېلىشقا توغرا كېلىدۇ. تەڭرىنىڭ ئورنىدا ئىش بېجىرىشكە توغرا كېلىدۇ. تەڭرى شەپقىتى بىزنى گۆدەكلىكىمىزدىن قىرانلىقىمىزغا كىرىشىمىزگە ۋە پۈتۈن ئىنسانىيەتنىڭ ئاتا-ئانىسى بولۇشىمىزغا چاقىرىدۇ. شائىر ۋە دىراماتورگ ئېلليوتنىڭ «بۈيۈك چېركاۋدا قەستلەش دېلوسى» دا تەسۋىرلەنگەن ئېپىسكوپ دوماس بېككىت تىلىدىن بېرىلگەن نۇتۇقتا بۇ نۇقتا ناھايىتى ئېنىق ئىپادىلەنگەن:

«تىنچلىنىش» دېگەن بۇ سۆزنىڭ مەنىسىنى ئويلىنىپ بېقىڭ. پەرىشتىلەر تىنچلىق ناخشىسىنى ئېيتىدۇ، بىراق دۇنيادا ئۇرۇش ئوتى ئۈزۈلمەيدۇ، سىلەر ھەمىشە ئۇرۇش ۋەھىمىسى ئىچىدە تۇرۇپ،

ئەجەبلەنمەدىڭلارمۇ؟ سىلەرچە پەرىشتىلەر ناخشىنى خاتا ئېيتقانمىدۇ؟ ياكى ئۇ ناخشىدا دېيىلىۋاتقان ئۇ ۋەدە ئـادەمنى ئۈمىدسىـزلەندۈرەمدۇ يـاكى ھەممىسى ئالدامچىلىقمۇ؟

ھازىر تىنچلىق توغرىسىدا ئېگىمىزنىڭ نېمىلەرنى دېگەنلىكىنى ئەسلەپ باقايلى. ئۇ مۇرىتلىرىغا: «مەن سىلەرگە پەقەت تىنچلىقنىلا قالدۇردۇم، سىلەرگە تىنچلىقنى تەسەددۇق قىلدىم» دېگەنىدى. ئۇ دەۋاتقان تىنچلىق دەۋاتقىنىمىز بىلەن ئوخشاشمۇ؟ ئىنگىلاد بىلەن باشقا قوشنا جۇمھۇرىيەتلەر ئورتاق مەۋجۇت بولامدۇ، كېنەزلەر بىلەن پادىشاھلار تىنچ ئۆتەلەمدۇ، پۇقرالار ئەمگىكىگە لايىق قىممەتكە ئېرىشەلەمدۇ، پاكىز تۇرالغۇلارغا ئىگە بولالامدۇ، دوستلىرىغا داستىخان سالالامدۇ، غوجايىنلار بالىلارغا ناخشا ئېيتىپ بېرەمدۇ؟ ئۇنىڭ مۇرىتلىرىنىڭ كۆڭلىدە بۇنداق ئىش يوق، ئۇلار تىنىمسىز ئىلگىرىلەيدۇ، ئارام ئالمايدۇ، تاغ ئېشىپ، دەريا كېچىدۇ، ئازابلارغا بەرداشلىق بېرىدۇ، ئۈمىدسىزلىنىدۇ، ئەڭ ئاخىرىدا ئوقۇبەت ئىچىدە ئۆلىدۇ. ئۇنداقتا بۇنىڭ نېمە ئەھمىيىتى بار؟ بۇ سوئالنى سوراشتىن ئىلگىرى، ئۇنىڭ مۇنداق بىر ئېغىز گېپىنى ئەسلەيلى: «سىلەرگە قالدۇرغىنىم مەئىشەت ئەمەس». باشقىچە ئېيتقاندا، ئۇنىڭ قالدۇرغىنى سۇكۇناتتىكى تەپەككۇر، ھەرگىزمۇ مەئىشەت ھەققىدىكى شېرىن خىياللار ئەمەس.

شۈڭلاشقا، تەگرىنىڭ شەپقىتىگە ئەگىشىپ كەلگەن تىنچلىنىش ئەمەلىيەتتە ئادەمنىڭ بەرداشلىق بېرىش ئىقتىدارىدىن ھالقىپ كەتكەن مەسئۇلىيەت ۋە ۋەزىپىدۇر. نۇرغۇنلىغان كوماندىرلارنىڭ ھەربىي فورمىسىنى كىيمەسلىكىنىڭمۇ ئاساسى بار. پىسخىك داۋالاشنى قوبۇل قىلغان بىمارلار

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ساغلام قەلبگە ئەگىشىپ كەلگەن قۇدرەتكە قىزىقىپ كەتمەيدۇ، پەرۋاسىز كېلىدۇ. ياش بىر چوكاننى ئېغىر دەرىجىدىكى چۈشكۈنلۈك سەۋەبلىك بىر يىل داۋالىغانىدىم، ئۇ تەدرىجىي ھالدا تۇغقانلىرىدا پىسخىك مەسىلىلەرنىڭ بارلىقىنى بايقىدى. بىر كۈنى ئۇ ئۆزىنىڭ ئائىلىسىدىكى بىر مەسىلىنى ئاقلانە، سوغۇققان ۋە يېنىك بىر تەرەپ قىلغىنى ئۈچۈن ناھايىتى خۇشال بولغانىدى. ئۇ: «ناھايىتى ھۇزۇر ھېس قىلدىم، ھەممىشە مۇشۇنداق تۇيغۇنىڭ بولۇشىنى ئۈمىد قىلاتتىم» دېدى.

مەن ئۇنىڭ مۇمكىنلىكىنى ئېيتتىم ھەمدە بۇ خۇشاللىقنىڭ ئائىلىسىدىكىلەرگە تۈنجى قېتىم شىجائەت بىلەن يۈزلەنگەنلىكىدىن كەلگەنلىكىنى كۆرسەتتىم، چۈنكى ئۇ ئاللىقاچان ئائىلىسىدىكىلەرنىڭ ئۆز ئالاقىسىدىكى خىلمۇخىل ۋاستىلەر ئارقىلىق ئۇنى توسۇۋالغانلىقىنى كۆرۈپ يەتكەنىدى. ئۇ ئەمدى بۇنىڭدىن كېيىن ئۆزىنىڭ ئىشلىرىنى ئۆزى قارار قىلالايتتى، ئۇلارنىڭ ئورۇنلاشتۇرۇشلىرىغا قۇلاق سالمىسىمۇ بولاتتى. ئۇنىڭغا يەنە، ئەگەر ئۇ ئۆزىنىڭ بىلىشىنى باشقا ساھەلەرگە كېڭەيتىشنى ئويلىسا، ئۆزىدىمۇ شۇنىڭغا قارىتا ئىشەنچىنىڭ يېتىلىدىغانلىقىنى ۋە ھەممىشە خۇشال ياشايدىغانلىقىنى دېدىم. ماڭا تىكىلدى، چىرايىدا ۋەھىمە ئەكس ئەتتى. ئۇ: «بىراق مەن ئۆزۈكسىز ئويلىنىشىم كېرەككەن» دېدى. مەن ئۇنىڭ ھەممىشە سەگەك بولۇشىنى، شۇنداق قىلغاندىلا ئۆز تەسىرىنى ساقلاپ قالالايدىغانلىقىنى، تەرەققىي قىلالايدىغانلىقىنى ۋە چۈشكۈنلۈكتىن قۇتۇلالايدىغانلىقىنى ئەسكەرتتىم. بىراق ئۇ تۇيۇقسىز خاپا بولغىنىچە: «شۇنچە ۋاقىتنى بۇنداق نەدىكى پىلانلار ئۈچۈن ئىسراپ قىلىشنىڭ نېمە ھاجىتى، مەن بۇ يەرگە تۇرمۇشۇمنى مۇرەككەپلەشتۈرگىلى ئەمەس، ئازادە ۋە خۇشال ياشاشنى ئۆگەنگىلى كەلدىم، ئەجەبا سىز مېنى بىر تەگرىگە ياكى باشقا بىر نېمىگە ئۆزگەرسۇن دەمسىز؟» دېدى. ناھايىتى ئەپسۇسكى، ئۇزۇن ئۆتمەي يوشۇرۇن كۈچى ئۇرغۇپ تۇرغان بۇ چوكان داۋالىنىشنى ئۈزۈپ قويدى. ئۇ قەلب ساغلاملىقىنىڭ قوشۇمچە شەرتلىرىدىن چۆچۈپ كەتتى، قىسقىسى ساقىيىشنى خالىمىدى.

ھوقۇقنىڭ يۈكى

ئــــــادەتتىكى كىشـــــــلەرنىڭ قەلـــــب ســـــاغلاملىقىدىن خاتىرجەمسىزلىنىشىنى غەيرىي كەسىپ ئەھلىلىرى ئاڭلىسا ئەجەبلىنىشى مۇمكىن، بىراق پسىخولوگلار ياخشى چۈشىنىدۇ. پسىخىك داۋالاشنىڭ ۋەزىپىسى بىمارلارغا قەلب ساغلاملىقىنىڭ تەمىنى تېتىتىش ئەمەس، بەلكى تەسەللى بېرىش، تەكرار كاپالەت ۋە قەتئىي پوزىتسىيە ئارقىلىق ئۇلارنىڭ ساغلاملىقتىن ئۆزىنى ئېلىپ قاچماسلىقىغا يۈزلەندۈرۈشتۇر. بۇ خىل ئەندىشىنى مەلۇم تەرەپتىن ئورۇنلۇق ۋە ساغلام دېيىشكە بولىدۇ، بۇ خۇددى مەلۇم ئەمەلگە ئېرىشكەن ئادەم ھوقۇقنى قالايمىقان ئىشلىتىپ قالارمەنمۇ دەپ ئەنسىرىگەنگە ئوخشايدۇ. شۇڭا ئۇلىما ئاۋگۇست: «ئادەم ئىجتىھات بىلەن مۇھەببەتنى تەڭ ھازىرلىغاندىلا ئاندىن چەكلىمىسىز بولالايدۇ» دەپ يازغانىدى. پسىخىكلىق داۋالاشنى قوبۇل قىلىپ مەلۇم باسقۇچقا كەلگەن ئادەم پەلەكنىڭ ۋاپاسىزلىقىدىن ئەندىشە قىلىشتەك تۇيغۇدىن قۇتۇلىدۇ. ئۇلار ھامان بىر كۈنى ئۆز خالىغىنى بويىچە ئىش قىلالايدىغان قۇدرەتكە ئېرىشكىنىنى ھېس قىلالايدۇ. بۇ خىل ئەركىنلىك تۇيغۇسى ئادەمنى چۆچۈتىدۇ. ئۇلار: «ئەگەر مەن ئۆز ئىستىكىم بويىچە ئىش قىلسام مېنى گۇناھ ۋە خاتالىقلار توسۇپ قالالامدۇ؟ بۇ ۋاقىتتا مەن ھەرقانداق ئەخلاقسىزلىقنى قىلىۋەرمەمدىمەن؟ ئىجتىھات بىلەن مۇھەببەت ئارقىلىقلا ئۆزىنى تىزگىنلىگىلى بولامدۇ؟» دەپ ئويلايدۇ.

ئەمەلىيەتتە ئادەمدە مۇشۇنداق قاراش بولسىلا، ئىجتىھات بىلەن مۇھەببەتكە تويۇنۇپ تۇرىدىغانلىقى ئاللىقاچان ئىسپاتلاندى. ئىجتىھات بىلەن مۇھەببەت شەخسنى ئۆزىنى باشقۇرۇشقا ۋە ھوقۇقنى قالايمىقان

ئىشلەتمەسلىككە ئۈندەيدۇ. شۇڭا بۇ قاراشنى بىر تەرەپكە چۆرۈۋېتەلمەيمىز. بىراق يەنە بىر تەرەپتىن ئېيتقاندا، ئۇنىڭ ئاشقۇن تەرەققىي قىلىشىغا يول قويۇشقا بولمايدۇ، ئۇنداق بولمىغاندا، تەڭرى شەيقىنىڭ چاقىرىقىغا قۇلاق سالمايدىغان، ئۆزىنىڭ قۇدرىتىنى قوزغىتالمايدىغان بولۇپ قالىدۇ. بەزى كىشىلەر نۇرغۇن يىللار كۈرەش قىلىش ئارقىسىدا ئاندىن ۋەھىمىگە يۈزلىنىدۇ، ئۆزىنىڭ ئىلاھىيلىقىغا يۈزلىنىدۇ. ئەگەر ۋەھىمە ۋە ئاڭلىقلىق قىممەتسىز تۇيغۇغا ئايلانسا، ئادەم ھوقۇق ۋە مەسئۇلىيەتتىن ئۆزىنى ئېلىپ قاچىدۇ، نېۋروز شەكىللىنىدۇ، شۇنىڭ بىلەن بۇ پىسخىك داۋالاشنىڭ يادرولۇق مەسىلىسىگە ئايلىنىدۇ.

كۆپ قىسىم ئادەملەر ئۈچۈن ئېيتقاندا، ئۆزىنىڭ قۇدرىتىنى ئىشقا سېلىش ھەرگىزمۇ تەڭرى شەيقىنى رەت قىلىشنىڭ ئاساسلىق سەۋەبى بولالمايدۇ. ئۇلار «قەلبىنىڭ ئىستىكى»دىن ئەنسىرىمەيدۇ، بەلكى «ئىجتىھات»تىن خاتىرجەمسىزلىنىدۇ. كۆپ قىسىم كىشىلەر بەئەينى كىچىك بالىغا ئوخشايدۇ، ئۇلار قىرانلارنىڭ ئەركىنلىكى ۋە ھوقۇقىغا ھەۋەس قىلىدۇ، بىراق قىرانلارنىڭ ئۆزىنى باشقۇرۇشنى ۋە مەسئۇلىيەتنى ئۈستىگە ئېلىشنى قوبۇل قىلمايدۇ. ئاتا-ئانىمىز ياكى جەمئىيىتىمىز بىزگە بېسىم قىلىۋاتقاندەك ھېس قىلساقمۇ، بىراق يۈكسەك بىر نوپۇزنىڭ بىزدىن مەسئۇلىيەتنى كۆتۈرۈۋېتىشىنى ئۈمىد قىلىمىز. ئادەم مەسئۇلىيەتنى ئۈستىگە ئېلىشقا كىشى چىقمىغان يەردىن قورقۇنچ ھېس قىلىدۇ. تەڭرىسىز قالغاندا ۋە تەنھا ھالدا بۇنچە يۇقىرى نوپۇزنى ساقلاپ قالساق، شۇنچىلىك چۆچۈپ كېتىمىز. نۇرغۇن كىشىلەر تەنھالىققا بەرداشلىق بېرەلمىگەنلىكتىن قەھرىمانلىق يۈرىستىدىن ۋاز كېچىدۇ. ئۇلار تىنچلىنىشنى خالايدۇ، بىراق قۇدرەت ئېلىپ كەلگەن تەنھالىقنى خالىمايدۇ، ئۇلار قىرانلارنىڭ ئۆزىگە ئىشىنىشىگە ھەۋەس قىلىدۇ، بىراق چوڭ بولۇشنى (قىرانلىقنى) خالىمايدۇ.

تەڭرى شەيقىگە ئاۋاز قوشۇش مۇشۇنداق قىيىن، «چاقىرىلىدىغانلار كۆپ، تاللىنىدىغانلار ئاز»دۇر، بۇ ئەقەللىي بىر ئىشتۇر. نېمىشقا نۇرغۇن كىشىلەر ياخشى دوختۇر تاپقان تەقدىردىمۇ،

داۋالىنىشنىڭ ئۇنۇمى كۆرۈلمەيدۇ؟ نېمىشقا ئىنسانلار تەڭرى شەپقىتىگە قارشى تۇرىدۇ؟ ھازىر بۇلار ھېچقانچە مەسىلە پەيدا قىلالمايدۇ. چۈنكى ئىنتروپىيەنىڭ رولى ئارقىسىدا، بۇ قىلىق ناھايىتى نورمال. بىزنىڭ سورىماقچى بولغىنىمىز دەل مۇشۇنىڭ ئەكسىچە بىر مەسىلە، نېمىشقا كىشىلەر تۇمەنلىگەن قىيىنچىلىقلارغا يۈزلىنىشى كېرەك؟ تەڭرىنىڭ چاقىرىقىغا قۇلاق سېلىشى كېرەك؟ بۇلار نېمىشقا كۆپ سانلىق كىشىلەرگە ئوخشىمايدۇ؟ بۇ مەسىلىگە مەن جاۋاب بېرەلمەيمەن.

بۇ خىل كىشىلەر ئېھتىمال باي ۋە تەربىيەلىك مۇھىتتا چوڭ بولغان بولۇشى مۇمكىن، بىراق ئۇلارنىڭ نامرات ۋە خورلاپ ئارقا كۆرۈنۈشى بار. ئۇلار ئېھتىمال كىچىكىدىن ئاتا-ئانىسىنىڭ كۆيۈنۈشى ۋە مۇھەببىتى ئاستىدا ھېچكىم ئەزەلدىن ھېس قىلىپ باقمىغان ئىللىقلىقلارغا ئۇچرىغان بولۇشى مۇمكىن. ئۇلار ئېھتىمال تۇرمۇشىدىكى كىچىككىنە رەتسىزلىكلەر ئۈچۈن داۋالانغىلى كەلگەن بولۇشى مۇمكىن، بىراق يەنە ئېغىر روھىي كېسەللىك ئىلكىدە تۇرغان بولۇشىمۇ مۇمكىن. ئۇلار ياشمۇ-قېرىمۇ بولۇشى مۇمكىن. ئۇلار تەڭرىنىڭ مەۋجۇتلۇقىدىن ئويغانغان، ئۇنىڭغا ئاسانلا ئەگىشىۋالغان بولۇشى مۇمكىن، يەنە ئۇنى ئىنكار قىلغۇچى ياكى ئاستا-ئاستا يېقىنلاشقۇچى بولۇشىمۇ مۇمكىن.

كۆپ يىللىق تەجرىبەم بىمارلاردىكى مۇھىم نۇقتىنى تېپىشىمنى ئازايتىۋەتتى. مەن ئاشۇ بىلىشسىزلىكىم سەۋەبلىك رەت قىلغان بىمارلىرىمدىن چوڭقۇر كەچۈرۈم سورايمەن. پسىخىك داۋالاشنىڭ دەسلەپكى مەزگىللىرىدە قايسى بىمارغا قانداق ئىنكاس قايتۇرۇشۇم كېرەك، قايسى بىمارنىڭ ئىنكاسى ئۇنىڭ ساقىيىشىغا مۆجىزە كەبى تەسىر قىلىدۇ دېگەنلەرنى بىلمەيدىغانلىقىمنى بايقىغانىدىم. خىرىستوس نىكادېمۇس بىلەن سۆھبەتلەشكەندە: «شامالنىڭ تىۋىشىنى ئاڭلايسەن، بىراق ئۇنىڭ نەدىن كېلىپ، قەيەرگە بارىدىغىنىنى بىلمەيسەن، خۇددى ئىلاھتىن پۈۋلەنگەندەك، ئۇنىڭ كېيىنكى بىر قېتىملىق ‹ئەرشتە تۇغۇلۇش› پۇرسىتىنى كىمگە بېرىدىغانلىقىنى بىلمەيمىز». تەڭرىگە قارىساقمۇ ئوخشاشلا سىرلىق ماھىيەتتىن باشقا باشقا تاللىشى يوق.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

مەرھابا، ئەقلىي تۇرمۇش!

ئەڭ ئاخىرىدا يەنىلا زىددىيەتكە يۈزلىنىشىمىز كېرەك. كىتابىمدا تەسۋىرلىنىۋاتقان قەلب مۇكەممەللىكى ئېھتىمال مەلۇم خىل تەتقىقات كۆرسىتىشى كېرەك بولغان بولۇشى مۇمكىن. بەلكىم دوكتورلۇق كۆرسىنىڭ ئۈنۋان ئېلىش ئىشىغا ئوخشاپ قالغان بولۇشى مۇمكىن، ئوقۇرمەنلەرگە پەقەت ئوقۇش راسخوتى تاپشۇرسىلا ۋە تىرىشىپ ئۆگەنسىلا ئۈنۋان ئالالايدىغاندەك تەسىر بەرگەن بولۇشى مۇمكىن. مەن خىرىستوسىنىڭ «چاقىرىلىدىغانلار كۆپ، تاللىنىدىغانلار ئاز» دېيىلمىسىنى مۇنداق شەرھلەيمەن: كۆپ قىسىم كىشىلەر ئوقۇبەتكە يۈزلىنىشىنى خالايدۇ، بىراق ناھايىتى ئاز سانلىق كىشىلەرلا تەڭرى شەپقىتىنى تىگىشيالايدۇ. مەن بۇ شەرھگە ئاساسەن شۇنداق يەكۈن چىقىرىمەنكى، تەڭرى شەپقىتىدىن ھوزۇرلىنىشنى ئۆزىمىز قارار قىلىمىز. مانا بۇ مەن بىلگەن ھەقىقەتتۇر.

بىراق، مەن يەنە بۇنىڭ بارلىق ھەقىقەت ئەمەسلىكىنى بىلىمەن. تەڭرى شەپقىتىنى بىز ئىزدىمەيمىز، بەلكى ئۇ بىزگە چۈشىدۇ. مەيلى قانداق ئىزدىشىمىزدىن قەتئىينەزەر، تەڭرى شەپقىتىنى تاپالمايمىز، ئۇنى ئىزدىمىگىنىمىزدىلا ئاندىن ئۇ ئۆزلۈكىدىن پەيدا بولىدۇ. ھەممىمىز ئەقلىي تۇرمۇشنى ئۈمىد قىلىمىز، بىراق ئەتراپىمىز قاتمۇقات توسالغۇلارغا تولغان. ئەگەر ئەقلىي تۇرمۇشتىن ئۈمىدىمىزنى ئۈزسەك ئاندىن ئۇنىڭ چاقىرىقىنى ئاڭلىيالايمىز.

مەلۇم مەنىدىن ئېلىپ ئېيتقاندا، تەڭرى شەپقىتىنىڭ چاقىرىقىغا ئەگىشىش ئۆزىمىزنىڭ تاللىشىدۇر. بىراق باشقا بىر قاتلامدىن قارىغاندا،

بىزنى تاللايدىغىنى يەنىلا تەگرىدۇر. تەگرى شەپقىتىنىڭ ئۇيۇقلىرىغا يېتىپ، «ئەرشتە تۇغۇلۇش» پۈرستىگە ئېرىشكەن ئادەممۇ ئۆز ھالىدىن ئەجەبلەنمەي قالمايدۇ، ئۇلارمۇ بۇنىڭغا ئۆز كۈچىگە تايىنىپ يەتكەنلىكىنى ھېس قىلماي قالمايدۇ. ئۇلار ئېھتىمال ئۆزىنىڭ ماھىيىتىدىكى رەھىمدىللىكنى ھېس قىلغان بولۇشى مۇمكىن، بىراق ئۇلار بۇ خىل ماھىيەتنى ئۆزىنىڭ خاھىشىغا بويسۇندۇرمىغان، ئەكسىچە، بۇ خىل رەھىمدىللىك ئۆزلۈكىگە سىڭىشتۇرغاندا تېخىمۇ ئاقىلانە ۋە ماھارەتلىك يارىتىلغان. تەگرى شەپقىتىگە يېقىنلاشقان ئادەم بۇ سوۋغىنى شۇنچە سېھىرلىك ھېس قىلىدۇ.

بىز بۇ زىددىيەتنى قانداق يېشىمىز؟ جاۋابى شۇكى، ئۇنى يەشسەك بولمايدۇ. ئەڭ ياخشى ئۇسۇل مۇنداق بولۇشى مۇمكىن: گەرچە ئىرادە ئارقىلىق تەگرى شەپقىتىگە يېتەلمىسەكمۇ، بىراق تەگرى شەپقىتىنىڭ سىرلىقلىقى ئاجىزلىغاندا، ئىرادە بىزنى ئۆزلۈكتىن ئازاد قىلالايدۇ. بىزمۇ ئۆزلۈكىمىزنى تەييارلاپ بىر ئەلۋەك تۇپراقتا، تەگرى شەپقىتى يىلتىزلىيالايدىغان مۇنبەت يەرگە ئايلىنىمىز، لوگوسقا ۋە مۇھەببەتكە تويۇنغان ئادەمگە ئايلىنىمىز. شۇنىڭغا چوڭقۇر ئىشىنىمەنكى، تەگرى شەپقىتىنىڭ مەۋجۇتلۇقىغا ئىشىنىش قەلب مۇكەممەللىكىگە ئاتلانغان ئادەم ئۈچۈن زور رىغبەتتۇر. چۈنكى بۇ خىل بىلىشنىڭ ھېچبولمىغاندا، ئۇلارنىڭ يۈنىلىشىنى بېكىتىشكە پايدىسى بولىدۇ، ئۇلارنى ئىلھاملاندۇرىدۇ.

بىز تەگرى شەپقىتىنى تاللاپلا قالماي، تەگرى شەپقىتىمۇ بىزنى تاللايدۇ، بۇ خىل زىددىيەت ماھىيەتتە تەگداشسىز قىممەتتۇر، مەن بۇ تەگداشسىز قىممەتكە: «قىممىتى بار ئادەمنى ياكى ياخشى كۆرىدىغان نەرسىلەرنى تويۇقسىز بايقاش ئىقتىدارى» دەپ ئېنىقلىما بېرىمەن. بۇددا (ساكيامونى) ئىستەكتىن توختىغاندا تويۇقسىز ئويغاندى، چۈنكى ئۇ ئويغىنىش ئۈچۈن ئۆزىنى مەركەز قىلغانىدى. بىراق يەنە بىر تەرەپتىن ئېيتقاندا، كىم ئۇنىڭ ئويغىنىشىنى ئەمەلىيەتتە 60 يىللىق ئوقۇبەتلىك ئىزدىنىشتىن ۋە تەييارلىقتىن كەلگەن ئەمەس دېيەلەيدۇ؟ ساكيامونى ھەم

ئۈنى ئىزدىگەن ھەم ئۇنى ئىزدىمىگەن. قىساس ئىلاھىنىڭ شەپقەت ئىلاھىغا ئايلىنىشىنىڭ سەۋەبى ئورىستىس بىر تەرەپتىن تىرىشىپ تەڭرىنىڭ شەپقىتىنى قولغا كەلتۈرگەن، يەنە بىر تەرەپتىن تەڭرىنىڭ ئاڭا بىر داغدام يولنى ئېچىپ بېرىشىنى كۈتۈپ تۇرمىغان. ئۇ ئىزدەش ۋە ئىزدىمەسلىك ئارىسىدىكى زىددىيەتنى بىرلىكتۈرۈپ، تەڭرىدە شەپقەت پەيدا قىلغان.

چۈشنىڭ قىممىتى

بىمارلارنىڭ چۈشىنى داۋالاش قورالى سۈپىتىدە ئىشلىتىش مۇشۇنداق ھادىسىلەرنىڭ ئەڭ ياخشى مىسالىدۇر. بەزى بىمارلار ئۆزىنىڭ مەسىلىسىگە چۈشىدىن جاۋاب چىقىدىغانلىقىنى بىلىدۇ، شۇڭا ئۇلار چۈشىنىڭ ھەر بىر تەپسىلاتىنى ناھايىتى تەپسىلىي خاتىرىلەيدۇ ھەمدە داۋالاش جەريانىدا ئانالىز قىلىش ئۈچۈن نۇرغۇن چۈشلىرىنىڭ خاتىرىسىنى ئېلىپ كېلىدۇ. بۇ جەرياندا كۆرۈلىدىغان مەسىلىنىڭ بىرىنچىسى، داۋالاش جەريانىدا بۇ چۈشلەرنى ئانالىز قىلىشقا ۋاقىت يەتمەيدۇ؛ ئىككىنچىسى، چۈش خاتىرىسى بۇنداق كۆپ بولۇپ كەتسە، ھەقىقىي ئانالىز ئىشقا ئاشمايدۇ. تېخىمۇ چاتاقى، بۇ ماتېرىياللارنىڭ ئارقا كۆرۈنۈشى ناھايىتى تۇتۇق. شۇڭا بۇنداق بىمارلارنى ئۆز چۈشىدىن ئۆزى يىپ ئۇچى ئىزدەشكە، ئۆز يوشۇرۇن ئېڭىغا ئۆزى ئىگە بولۇشقا ۋە ئاشكارا ئاڭ قاتلىمىدىكى چۈشلەرنى پەرقلەندۈرەلىشكە يېتەكلەش كېرەك. بۇ ئىش جاپالىق بولۇشى مۇمكىن، چۈنكى بۇنداق بولغاندا، بىمارلار ئۆزىنىڭ مەلۇم دەرىجىدىكى ئىگىدارلىق ھوقۇقىدىن ۋاز كېچىشى كېرەك. ئىچ-ئىچىدىن ئاكتىپ ھالەتكە ئۆتۈشى كېرەك. بىراق، بىمارلار پەقەت قارىغۇلارچە چۈشىنى قوغلاشمايدىغان بولسىلا، ئۇلار خاتىرىلەيدىغان چۈش مىقدار جەھەتتىن ئازلايدۇ، سۈپىتىمۇ يۇقىرى كۆتۈرۈلىدۇ. نەتىجىدە، بىمالارنىڭ چۈشى (يوشۇرۇن ئاڭدىن تەكلىپسىز كەلگەن سوۋغات) ئۇلارنىڭ ئارزۇسىغا ئاساسلىنىدۇ ۋە ساقىيىشىغا ياردەم بېرىدۇ.

بىراق، يەنە بىر نۇقتىدىن ئالغاندا، بەزى كىشىلەر چۈشىنىڭ قىممىتىنى قىلچىلىك چۈشەنمەيدۇ. شۇڭا، ئۇلار بارلىق چۈشلەرنى

ئۇيغۇر كىتاب تور بېكىتى
www.uyghurkitap.com

كېرەكسىز نەرسە دەپ قارايدۇ، ئېگىدىن چىقىرىپ تاشلايدۇ. بۇنداق بىمارلارغا چۈشىنىڭ مەزمۇنىنى ئېسىدە تۇتۇشنى ۋە ئۇنىڭدا ساقلانغان ئەگمۇشتەرنى بايقاشنى ئۆگىتىش كېرەك. چۈشكە دۇچ كەلگەندە، ئۇنىڭ قىممىتىنى كۆرۈپ يېتىشىمىز ۋە ئىشلىتىشىمىز كېرەك، بىراق ئاشا ئارتۇقچە بېرىلمەسلىكىمىز ياكى ئۇنى ساقلاپ تۇرماسلىقىمىز، ئۇنى تۇغما سوۋغاتقا ئايلاندۇرۇشىمىز كېرەك.

تەۋرىنىڭ شەپقىتىمۇ مۇشۇنىڭغا ئوخشايدۇ. چۈش ھەرگىزمۇ تەڭرى شەپقىتىنىڭ بىرگە يەتكۈزۈلىدىغان شەكلى ئەمەس، بۇنى بۇرۇنمۇ ئېيتاندۇق. تەۋرى شەپقىتىمۇ باشقا شەكىللەردىمۇ ئوخشاشلا زىددىيەتكە تولغان؛ خىلمۇخىل ھېس، بېشارەت ۋە تۇيۇقسىز يۈز بەرگەن ئىشلار بۇنى ئىسپاتلىيالايدۇ. سۆيگۈ (مۇھەببەت) مۇ مۇشۇنداق. ھەر بىر ئادەم سۆيۈلۈشنى ئىستەيدۇ، بىراق بىز ئالدى بىلەن چوقۇم سۆيۈشكە ئەرزىيدىغان ئادەمنى تېپىشىمىز كېرەك، سۆيۈلۈش ئۈچۈن تەييارلىنىۋاتقىنىمىزدا، ئۆزىمىز سۆيگۈگە تويۇنغان، ئۆزىمىزنى باشقۇرالايدىغان بىر ئادەمگە ئايلىنىمىز. ئەگەر سۆيۈلۈشنى ئىستىسەك، ئۆزىمىزگە ۋە ئۆزگىلەرگە كۆيۈنسەك، بۇنىڭ ئۈچۈن ھېچنېمە تەلەپ قىلمىساق، ئۇنداقتا ئۆزىمىز سۆيۈشكە ئەرزىيدىغان، سۆيگۈنىڭ لەززىتىگە ئېرىشەلەيدىغان ئادەمگە ئايلىنىمىز. بىز ئۇنى ئىزدىمەيمىز، بەلكى ئۇ بىزنى ئىزدەپ كېلىدۇ. ئادەملەرنىڭ سۆيگۈسى بىلەن تەڭرى سۆيگۈسى ئەينى بىر نەرسىدۇر.

مۇكەممەللىك سەپىرى

بۇ بۆلەكنى يېزىشتىكى مەقسەت، قەلب مۇكەممەللىكى سەپىرىگە ئاتلىنىپ بولغان كىشىلەرنىڭ توۋۇقسىز ئېرىشىش ئىقتىدارىنى يېتىلدۈرۈشكە ياردەم بېرىش ئۈچۈندۇر. شۇنداق دېيىشكە بولىدۇكى، توۋۇقسىز ئېرىشىش ئىقتىدارىغا ئىگە بولۇش تالانت ئەمەس، بەلكى ئۆگىنىشتىن كەلگەن ئىقتىداردۇر، ئەمەلىيەتتە بىلىشنى قوزغىتىش ئاڭ ساھەسىنىڭ سىرتىدىن كەلگەن شەپقەتتۇر. بۇ خىل ئىقتىدارنى ئىشلەتكەندە، بايقايمىزكى، قەلب مۇكەممەللىكى يولىدا دىققىتىمىزنى تارتىدىغان بىر خىل كۆرگىلى بولمايدىغان قول ۋە بىر خىل چۈشەنگىلى بولمايدىغان پاراسەت بار. ئۇلار توغرا-خاتالىقنا ھۆكۈم قىلىدۇ ۋە ئېگىمىز ئۈستىدىن غەلىبە قىلغۇزىدۇ. ئۇلارنىڭ يېتەكلىشى ئارقىسىدا سەپىرىمىز تېخىمۇ تېزلىشىدۇ.

بۇددا (ساكيامونى)، خىرىستوس، لاۋزى ۋە باشقا ئەۋلىيا-ئەنبىيا، ئۆلىمالارنىڭ ھەممىسى بۇ كۆزقاراشلارنى بۇرۇن ھەر خىل شەكىللەردە ئىپادىلەپ بولغان. 20-ئەسىردىكى تۇرمۇشىمىزدا ئۇلارنىڭ ئۆگۈتلىرىدىكى ئوخشاش ھەقىقەتلەرنى ھېس قىلىپ يەتكەنلىكىم ئۈچۈن بۇ كىتاب يېزىلدى. ئەگەر بۈگۈنكى شەرھلەرنى تېخىمۇ چوڭقۇر تەلقىن قىلماقچى بولسىڭىز، چوقۇمكى كىلاسسىك ئەسەرلەرنى پىششىق ئوقۇشىڭىز كېرەك. ئۇلاردىن ئۇلۇغۋار بىلىملەرنى ئىزدەشكە بولىدۇ، بىراق ئىنچىكە ۋە ئېنىق تەپسىلاتلارنى كۈتۈشكە بولمايدۇ. نۇرغۇن كىشىلەر پاسسىپ، بېقىندى، قورقۇنچاق ۋە ئاڭقاۋ بولغانلىقى ئۈچۈن، ھەر بىر يولدا يېڭىشنى، ئىلگىرىلەشنى ۋە مۇستەقىل بولۇشنىلا ئۈمىد قىلىشىدۇ.

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

تەگرىنىڭ شەپقىتى ۋە پەيغەمبەرلەرنىڭ سۆزلىرى بولغان تەقدىردىمۇ، سىز يەنىلا مۇستەقىل ئالغا ئىلگىرىلىشىڭىز كېرەك، ماھىيەتتە سىزگە باش بولىدىغان ھېچقانداق يېتەكچى يوق ۋە ئالاھىدە بېرىش ئۇسۇلىمۇ يوق. مۇراسىملار پەقەت ئۆگىنىشنىڭ قورالى، ئۇ ئۇنىۋان (ئۆگىنىشتىن ئېرىشىدىغان ئاخىرقى نەرسە) غا باراۋەر ئەمەس. تەبىئىي يىمەكلىكلەرنى يېيىش، ناشتىدىن ئىلگىرى مەريەم ئۈچۈن بەش قېتىم دۇرۇت ئوقۇش، شەرققە ياكى غەربكە قاراپ سەجدە قىلىش، ھەر يەكشەنبە چېركاۋغا بېرىشلارنىڭ ھېچقايسىسى سىزنى مەنزىلىڭىزگە ئېلىپ بارالمايدۇ. ھەرقانداق سۆز ۋە ئۆگۈت قەلب مۆكەممەللىكىگە ئاتلانغۇچىنىڭ قايسى يولنى تاللىشىغا، قانداق تىرىشچانلىقلارنى كۆرسىتىشىگە، ئۇزۇكسىز بىلىشكە ئىنتىلىشىگە ۋە ئويلىنىشىغا ئاساس بولالمايدۇ. بۇ ھەقىقەتلەرنى چۈشەنگەندىن كېيىنمۇ قەلب مۇكەممەللىكى يولىنىڭ داغداملىششى قىيىن، ئۇ ھەمىشە بىزنى زېرىكتۈرىدۇ. مودېرنىستىك ئىلىملەرنىڭ گۈللىنىشى مەلۇم جەھەتتىن پايدىلىق بولسا، مەلۇم جەھەتتىن پايدىسىزدۇر. بىز ئالەمنىڭ مېخانىزىم پرىنسىپىغا ئىشىنىمىز، بىراق مۆجىزىگە ئىشەنمەيمىز. يەن بىزگە شۇنى دەيدۇكى، ئىنسانىيەت ئۇلتۇراقلاشقان يەر پەقەت چەكسىز ئالەمدىكى ئەرزىمەس ۋە كىچىككىنە بىر يۇلتۇز.

تاشقى ئالەمنىڭ قانچىلىك چوڭ ئىكەنلىكىنى بىلەلمەيمىز. بىراق پەن بىزگە يەنە شۇنى دەيدۇكى، ئىرادە تەرىپىدىن كونترول قىلىنغان ھەر بىر ئىچكى كۈچ بارلىق پائالىيىتىمىزنى ئورۇنلاشتۇرىدۇ، خۇددى چوڭ مېڭىدىكى ھۈجەيرىلەرنىڭ خىمىيەۋى مولېكۇلالىرى بىلەن يوشۇرۇن ئاڭنىڭ توقۇنۇشقىنى كەبى، مەجھۇل سېزىملىرىمىز بىزنى چۈشىنىكسىز ھەرىكەتلىرىمىزدىن قايتىشقا مەجبۇرلايدۇ. پەن پەقەت ئەپسانىلەرنىڭ ئورنىنى ئېلىپ، مەۋجۇدىيەت مەنىسىزلىكىنىڭ چىدىغۇسىز ئوقۇبىتىنى ھېس قىلدۇردى. ئىچىمىز خىمىيە ۋە فىزىيولوگىيەنىڭ چۈشىنىكسىز تەسىرلىشىشىگە تولسا، سىرتىمىز يەنىمۇ ئۆلچىيەلمەيدىغان دائىرىدىكى ئالەم بولسا، شەخس ياكى مىللەت مەۋجۇتلۇقىنىڭ نېمە مەنىسى بار؟

بىراق پەن يەنىلا تەڭرى شەپقىتىنىڭ ماھىيىتىنى چۈشىنىشتە ساقلانغان مەسىلىلەرنى بايقىشىمىزغا ياردەم بېرىدۇ. بىز ھەمىشە قەلبىمىزدىكىنىڭ سىرتقا تارقىلىشىنى ئۈمىد قىلىمىز. مۇبادا تەڭرى شەپقىتىنىڭ ماھىيىتىنى شۇنداق چۈشەنسەكلا ئۆزلۈك ئېڭىنىڭ مەنىسىزلىكىنى ۋە مۇھىم ئەمەسلىكىنى ھېس قىلالايمىز. ئۆزىمىز ۋە ئۆزلۈك ئېڭىمىزدىن باشقا يەنە بىر تەڭداشسىز كۈچ يېتىلىشىمىزنى ۋە تەرەققىياتىمىزنى پەرۋىشلەيدۇ، بۇ بىر ئەمەلىيەت، ئۇ يەنە ئۆزىمىزنى ئەيىبلەش تۈيغۇسىنى يوقىتىدۇ. چۈنكى، ئەگەر بىز بۇ كۈچنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى ھېس قىلالىساق، مەلۇم خىل ئۇلۇغ نەرسە ئۈچۈن ئىلىپ ئېيتقاندا، ئىنسانلارنىڭ قەلب مۇكەممەللىكىنىڭ ناھايىتى مۇھىملىقىنى بىلەلەيمىز. بىز بۇ نەرسىنى تەڭرى دەپ ئاتىغان، خالاس. تەڭرى شەپقىتىنىڭ مەۋجۇتلۇقى تەڭرىنىڭ مەۋجۇتلۇقىنى دەلىللەپلا قالماستىن، بەلكى يەنە مۇنازىرىسىز ھالدا تەڭرىنىڭ ئىرادىسى ھەر بىر شەخسنىڭ قەلب مۇكەممەللىكىگە يېتىشىگە مەدەت ئىكەنلىكىنى ئىسپاتلايدۇ. مۇشۇنداق بولغاندا ئەپسانە رېئاللىشىدۇ.

بىز تەڭرىنىڭ كۆز ئالدىدىلا ياشايمىز، يەنە كېلىپ، ئۇ كۆزىتىپ تۇرىدىغان ۋە كۆڭۈل بۆلىدىغان فوكۇس نۇقتىسىدا ياشايمىز. بىز بىلگەن ئالەم ئېھتىمال تەڭرى پادىشاھلىقىغا كىرىشىمىزدىكى پەلەمپەي بولۇشى مۇمكىن. ئالەمدە ئېزىپ قالمايمىز، ھالبۇكى، تەڭرى شەپقىتى ئىنسانىيەتنىڭ دەل ئالەم مەركىزىدە ئىكەنلىكىنى دەلىللەيدۇ. زامان ۋە ماكان (ۋاقىت ۋە بوشلۇق) نىڭ مەۋجۇتلۇقى پەقەتلا ئۇنىڭدىن ھالقىشىمىز ئۈچۈندۇر.

ھەر قېتىم بىمارلىرىم ئۆزىنىڭ قىممىتى يوقلۇقىنى ھېس قىلغىنىدا، تىرىشچانلىقىمدا ئىلگىرىلەش بولمىغاندا، مەن ئۇلارغا ئىنسانىيەت ھازىر تەدرىجىي تەرەققىياتىنىڭ بىر قېتىملىق «چوڭ سەكرەپ ئىلگىرىلەش» مەزگىلىدە تۇرۇۋاتىدۇ، بۇ ئىلگىرىلەشنىڭ مۇۋەپپەقىيەتلىك بولۇش-بولماسلىقى سىزدەك شەخسلەرنىڭ مەسئۇلىيىتى دەيمەن. بۇ ئەلۋەتتە مېنىڭمۇ مەسئۇلىيىتىم. بۇ ئالەمنىڭ، بۇ پەلەمپەينىڭ بىز ئۈچۈن

ئۇيغۇر كىتاب تورى www.uyghurkitap.com

ياتقۇزۇلغانلىقى ئېنىق، بىراق مۇھىم بولغىنى بىزنىڭ شۇ پەلەمپەيدىن بىر قەدەم-بىر قەدەمدىن مۇستەقىل ھالدا چىقىشىمىزدۇر. تەڭرى شەپقىتى بىزنى يىقىلىپ كېتىشتىن قوغدايدۇ ۋە ئۆزىمىزنى خۇشاللىق بىلەن قارشى ئېلىشىمىزنى ئېيتىدۇ. ئۇنداقتا، بىزگە يەنە نېمە كېرەك؟

خاتىمە:
ئۆزىگە تەۋە قەلب ھېكمىتىنى قايتۇرۇۋېلىش

كىتاب نەشر قىلىنىپ تارقىتىلغاندىن كېيىن، ئوقۇرمەنلەرنىڭ نۇرغۇن سالامىلىرىنى تاپشۇرۇۋالدىم. بۇ سالاملەر شۇنچىلىك كارامەت بولسىمۇ، بىراق يەنىلا سەممىيەت بالقىپ تۇراتتى. شۇنچىلىك راۋان بولۇشىغا قارىماي يەنە سۆيگۈگە تويۇنغانىدى. كىتابىمنى مەدھىيەلەشنى ھېسابقا ئالمىغاندا كۆپ قىسمىدا يەنە قىممەتلىك سوۋغىلارمۇ بار ئىدى، مەشھۇر شائىرلارنىڭ شېئىرلىرىنى ۋە تىلەكلىرىنى، شەخسلەرنىڭ پىكىرلىرىنى ۋە ھايات ھېكايىلىرىنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالغانىدى. سالاملەر تۇرمۇشۇمنى بېيىتىپلا قالماي، يەنە ماڭا قەلب مۇكەممەللىكى سەپىرىدە ناھايىتىمۇ ئۇزاپ كەتكەن بىر تۇركۇم كىشىلەرنىڭ بارلىقىنى ھېس قىلدۇردى. ئەگەر ئۇلارنىڭ ئىزدىنىشلىرىنى تۇتاشتۇرسا، ئۇنىڭدىن شۇنچىلىك مۇكەممەل ھاسىل بولغان تور، تەسەۋۋۇردىنمۇ ھالقىپ كېتەتتى. كىتاب ئۇلارنىڭ ھاياتلىق سەپىرىدىكى غېرىبلىقىنى يېنىكلەتكىنى ئۈچۈن ماڭا رەھمىتىنى بىلدۈردى، مەنمۇ ئوخشاش ئۇسۇلدا ئۇلارغا تەشەككۈر ئېيتتىم.

بىر قانچە ئوقۇرمەن پسىخىك داۋالاشنىڭ ئۈنۈمى بولىدىغانلىقىغا ئىشىنىش كېرەكمۇ-ئەمەسمۇ دېگەن مەسىلە توغرىسىدا سورىغانىدى. دەرۋەقە، مەن داۋالاش ئۈنۈمىنىڭ پەرقلىق بولىدىغانلىقىنى تىلغا ئېلىپ ئۆتكەنىدىم. ئەمما باشتىن-ئاخىر شۇنىڭغا ئىشىنىمەنكى، داۋالاش ئىقتىدارى نورمال پسىخولوگلار بىلەن ھەمكارلىشىپمۇ ئۈنۈمگە

ئۇيغۇر كىتاب تورى
www.uyghurkitap.com

ئېرىشەلمىگەن بىمارلارنىڭ مەغلۇبىيىتى ئۇلارنىڭ داۋالاش خىزمەتلىرىنىڭ تەلەپكە ماسلاشمىغانلىقى ئۈچۈندۇر. بىراق شۇنداق دېيىشكە بولىدۇكى، پەقەت يۈزنىڭ ئىچىدە بەشلا پىسخىك مەسىلىنى داۋالىغىلى بولمايدۇ، ئۇنداق كېسەللەرنىڭ ئۆزى ھەققىدە ئويلىنىشى تەڭپۇڭسىزلاشقىنى ئۈچۈن كېسەل تېخىمۇ يامانلىشىدۇ.

مەزكۇر كىتابنى تەپسىلىي ئوقۇغان ۋە چۈشەنگەن ھەرقانداق ئادەم ھەرگىزمۇ يۇقىرىدىكى بەش ئادەمنىڭ ئىچىگە كىرىپ قالمايدۇ. بىراق مەيلى قانداق بولسۇن، بىر ياخشى پىسخولوگ ھەرگىزمۇ پىسخىك ئانالىزنى قوبۇل قىلمايدىغان ئاز سانلىق كىشىلەردىن ئۆزىنى قاچۇرىدىغان ئىشنى قىلمايدۇ. ئەكسىچە، ئۇلارغا ياقىدىغان ئۇسۇللارنى تېپىپ كېسەلنى داۋالايدۇ.

ئۇنداقتا كىم ئاتالمىش ياخشى پىسخولوگ؟ پىسخىك داۋالىنىشقا بارماقچى بولغان بىرقانچە ئوقۇرمەن سالامنامىلىرىدە قانداق قىلغاندا ياخشى پىسخولوگنى تاللىغىلى بولىدىغانلىقىنى سورىغانىدى. بۇ ھەقتىكى بىرىنچى تەكلىپىم:

سالماق بولۇڭ، چۈنكى بۇ ھاياتىڭىزدىكى مۇھىم تاللاشلارنىڭ بىرى. پىسخىك داۋالىنىش بىر تۈرلۈك مەبلەغ سېلىشتۇر، پۇل، ۋاقىت ۋە زېھىن تەلەپ قىلىدۇ. يەنە كېلىپ، پايچېكلار دائىم تىلغا ئالىدىغان خەتىرى ئەڭ چوڭ مەبلەغ سېلىشتۇر. توغرا تاللانسا، ئويلاپ باقمىغان زور سوممىدىكى پايدىغا ئېرىشكىلى بولىدۇ، خاتا تاللانسا، ئورنىنى تولۇقلاپ بولغىلى بولمايدىغان زىيانغا ئۇچرايدۇ. بىراق، ئەمەلىيەتتە بىز ئاللىقاچان ناھايىتىمۇ قىممەتلىك پۇلىمىزنى، ۋاقتىمىزنى ۋە زېھنىمىزنى ئىسراپ قىلىۋەتتۇق. شۇڭا، ناھايىتىمۇ ئىنچىكىلىك بىلەن تاللىشىڭىز كېرەك ھەمدە ئۆز سېزىمىڭىز ۋە تۇيغۇڭىزغا ئىشىنىشىڭىز كېرەك. ئادەتتە داۋالىغۇچى بىلەن بىر قېتىم پاراڭلاشسىڭىزلا، سىزگە ماس كېلىدىغان-كەلمەيدىغانلىقىنى بىلەلەيسىز. ئەگەر ماس كەلمەيدىغانلىقىنى ھېس قىلسىڭىز، بىر قېتىملىقنىڭ ھەققىنى تۆلىۋېتىپ، باشقىنى ئىزدەڭ. بۇ خىل سېزىم ناھايىتى ئابستراكت بىلىنىدۇ، بىراق ئۇ ناھايىتىمۇ كونكرېت بىر يىپ

ئۇچىدىن چۈشۈرۈپ چىقىدۇ. 1966-يىللىرىدا، مەن ئامېرىكىنىڭ ۋېيتنامغا تاجاۋۇز قىلىشىنى ئەخلاقىي جەھەتتىن ئويلىنىپ، زىيادە گۇمانلىنىشقا گىرىپتار بولغانلىقىم سەۋەبلىك داۋالىنىشنى قوبۇل قىلغانىدىم. پىسخىك دوختۇرۇمنىڭ ئىشخانىسىدا «قەلئە» (كافكانىڭ رومانى) ۋە «نيۇيورك تەقرىزى» ژۇرناللىرى قاتارلىق شۇ ئۇرۇشقا قارشى، ئەركىنلىك ئېقىمىدىكى ماتېرىياللار قويۇلغانىكەن. شۇڭا مەن پىسخىك دوختۇرۇمنى كۆرمەي، ئاشۇ ماتېرىياللارنى كۆرۈپلا ئۇنى تاللىغانىدىم.

بىراق داۋالىغۇچىڭىزنىڭ سىزگە ھەقىقىي بەدەل تۆلىشى ۋە كۆڭۈل بۆلۈشى ئۇنىڭ سىياسىي تونۇشى، ياش قۇرامى ۋە جىنسى بىلەن مۇناسىۋەتلىك. بۇ نۇقتىنى سىزمۇ ئاسانلا ھېس قىلالايسىز. داۋالىغۇچىلار سىزنى خۇشال قىلىشقا ئالدىراپ كاپالەت بەرمەيدۇ ياكى پىكرىنى شۇ يەردىلا توختاتمايدۇ. ھەقىقىي داۋالىغۇچىلارنىڭ پوزىتسىيەسى ئەستايىدىل، سالماق ۋە ئېھتىياتچان كېلىدۇ، ئەمما ئۇلارنىڭ كەينىدىكى كۆيۈنۈشمۇ ياكى سوغۇقلۇقمۇ؟ بۇلارنىمۇ ھېس قىلالايسىز.

چۈنكى داۋالىغۇچىلار قوبۇل قىلىش-قوبۇل قىلماسلىق توغرىسىدا، چوقۇم ئاۋۋال سىز بىلەن پاراڭلىشىدۇ، سىزمۇ شۇ پۇرسەتتە ئۇلارنىڭ قانداقلىقىنى بىلىپ ئۇلگۇرسىڭىز بولىدۇ. يۈرەكلىك بىلەن، داۋالىغۇچىلارنىڭ فېمىنىزم (ئاياللار ھوقۇقچىلىقى) قارىشى، ھەمجىنسلىق قارىشى ۋە دىنىي قاراشلىرىنى سوراپ بېقىشىڭىز كېرەك. سىزنىڭ ئۇلاردىن سەممىي، ئېنىق ۋە ئەستايىدىل جاۋابقا ئېرىشىش ھوقۇقىڭىز بار. داۋالاشقا قانچىلىك ۋاقىت كېتىدىغانلىقىنى، نېمە سەۋەبتىن ئاغرىغانلىقىنى سورىسىڭىز بولىدۇ، ئەگەر ئۇ بىلمەيمەن دەپ جاۋاب بەرسە ئىشەنسىڭىز بولىدۇ. ياخشى تەربىيەلەنگەن، كەسپىدە مۇۋەپپەقىيەت قازانغان مۇتەخەسسىسلەر ئەگەر ئۆزىنىڭ بىلمەيدىغانلىقىنى ئېتىراپ قىلسا، ئۇنداقتا بۇ ئۇلارنىڭ كەسىپتە پىشقانلىقىدىن دېرەك بېرىدۇ ۋە ئىشىنىشكە ئەرزىيدۇ.

داۋالىغۇچىنىڭ ئىقتىدارى ئۇلارنىڭ قولىدىكى گۇۋاھنامە (كىنىشكا)لەر بىلەن قىلچە مۇناسىۋەتسىز، مۇھەببەت، شىجائەت ۋە

www.uyghurkitap.com

پاراسەت ھەرگىزمۇ گۇۋاھنامىلەردە ئىپادىسىنى تاپمايدۇ. مەسىلەن: «پىسخولوگىيە دوختورى ئالاھىدە ئىمتىھانى لاياقەتلىك گۇۋاھنامىسى» شۇ كەسىپتە ئەڭ يۇقىرى ئۇنۋانغا ۋەكىللىك قىلىدۇ، يەنە كېلىپ ئۇنىڭ كەسىپتە ئالاھىدە مەشىقلەنگەنلىكىنى بىلدۈرىدۇ. ھېچبولمىغاندا، ئالدامچىلارنىڭ قولىغا چۈشۈپ قېلىشىڭىزدىن ئەنسىرىمەيسىز. بىراق كەسپىي پىسخىك دوختۇرلار مەخسۇسلاشمىغان پىسخولوگلار، ئىجتىمائىي خىزمەتچىلەر ۋە باشتىرلارغا قارىغاندا ياخشى داۋالىغۇچى بولۇشى ناتايىن، ھەتتا تېخى ئۇلارغا يېتەلىشىمۇ ناتايىن. مەن تونۇيدىغان ئىككى ئالىي پىسىخىك داۋالىغۇچى ئالىي مەكتەپنىمۇ پۈتكۈزمىگەن.

تىڭتىڭلاشمۇ لاياقەتلىك دوختۇرلارنى تېپىشنىڭ ياخشى ئۇسۇلى. ئەگەر يېقىنلىرىڭىز مەلۇم پىسخىك دوختۇرنىڭ مۇلازىمىتىدىن ناھايىتى رازى بولسا، نېمىشقا ئۇلارنىڭ تەۋسىيەسىنى قوبۇل كۆرمەيسىز؟ كېسەللىك ئېغىر ۋە فىزىيولوگىيەلىك مەسىلىلەر كۆرۈلگەن بىمارلارغا ماس كېلىدىغان تېخىمۇ ياخشى بىر ئامال بار، ئۇ بولسىمۇ داڭدار پىسخىك دوختۇرلارنى ئىزدەشتۇر. پىسخىك دوختۇرلار مېدىتسىنا تەرەپتىكى مەشقلەرنى باشتىن كەچۈرگەچكە، ھەق ئېلىش ئۆلچىمىمۇ يۇقىرى بولىدۇ، بىراق ئۇلار ھەرخىل نۇقتىلاردىن ئەھۋالىڭىزنى كۆزىتەلەيدۇ. بىر سائەت پاراڭلاشقاندىن كېيىن، دوختۇرغا ئۆز مەسىلىڭىزنى چۈشىنىش پۇرسىتى بەرگەندىن كېيىن، سىزگە ماس كېلىدىغانراق ۋە ھەق ئۆلچىمى تۆۋەنرەك بىرەر غەيرىي پىسخولوگقا تونۇشتۇرۇپ قويۇشىنى ئۆتۈنسىڭىزمۇ بولىدۇ. مۇنەۋۋەر پىسخىك دوختۇرلار شۇ رايوندا قايسى پىسخولوگنىڭ قابىلىيىتىنىڭ يۇقىرىلىقىنى رازىمەنلىك بىلەن سىزگە ئېيتىپ بېرىدۇ، بىراق، ئەگەر شۇ دوختۇر سىزگە ئەڭ مۇۋاپىق كەلسە، ئۇ سىزنى ئۆزى داۋالاشنىمۇ خالايدۇ ئەلۋەتتە، سىزمۇ ئۇنىڭ داۋالىشىنى قوبۇل قىلىشىڭىز كېرەك.

يۇقىرىدىكى تېزىسلار ئېھتىمال ئوقۇرمەنلەر تەلەپ قىلغاندەك تەپسىلىي بولماسلىقى مۇمكىن، بىراق ئەڭ مۇھىمى، داۋالىنىشتىن ئىبارەت بۇ كۆچلۈك ۋە سىجىل مەسئۇلىيەتتىن ئۆزىڭىزنى ئېلىپ قاچسىڭىز بولمايدۇ. ئەكسىچە، سىزنى ساقايتالايدىغان بىرىنى تاللىشىڭىز كېرەك. بىر

بىمارغا ماس كەلگەن دوختورنىڭ يەنە بىر بىمارغا ماس كېلىشى ناتايىن. ھەر بىر دوختۇرنىڭمۇ ھەر بىر بىمارغا ئوخشاش خاسلىقى بار، سىز پەقەت ئۆزىڭىزنىڭ ئۆزگىچە ھۆكۈمىڭىزگە تايىنىشىڭىز كېرەك. ئەلۋەتتە، بۇنىڭ خەتىرىمۇ بار، مەن سىزنىڭ ئۆزىڭىزگە ماس كېلىدىغان بىرىنى ئىزدەپ تېپىشىڭىزنى ئۈمىد قىلىمەن. ھەمدە پىسخىك داۋالىنىش زور دەرىجىدىكى شىجائەتكە موھتاج بولىدىغانلىقى سەۋەبلىك، سىزنىڭ ئاشۇنداق ئاقىلانە قارارنى چىقىرالايدىغانلىقىڭىزغىمۇ ئىشىنىمەن.

قەلب سەپىرىڭىزگە ئاق يول بولسۇن!

سكوت پېك

1979-يىلى 3-ئاي.

www.uyghurkitap.com

قەلب خەرىتىسى

ئاپتورى: سكوت پېك

تەرجىمە قىلغۇچى: مۇھەممەتئېلى ئوبۇلتارى

پىلانلىغۇچى: پاسئان
مەسئۇل مۇھەررىرى: شەمشىقەمەر ئابدۇراخمان
مەسئۇل كوررېكتورى: زۆھرەگۈل سىدىق
نەشر قىلغۇچى: شىنجاڭ خەلق باش نەشرىياتى
شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى
ئادرېسى: ئۈرۈمچى شەھىرى بۇلاقبېشى كوچىسى 196 ـ قورۇ
تور ئادرېسى: http://www.xjpsp.com
باسقۇچى: شىنجاڭ شىنخۇا باسما زاۋۇتى
تارقاتقۇچى: شىنجاڭ شىنخۇا كىتابخانىسى
نەشرى: 2016 ـ يىلى 4 ـ ئاي 2 ـ نەشرى
بېسىلىشى: 2016 ـ يىلى 4 ـ ئاي 1 ـ بېسىلىشى
فورماتى: 1230 X 880 م م 1/32 فورمات
باسما تاۋىقى: 11
كىتاب نومۇرى: ISBN 978-7-5372-6536-2
تىراژى: 1 — 5000
باھاسى: 39.00 يۈەن

تارقىتىش بۆلۈمى تېلېفون نومۇرى: 2500384 (0991)