

### Әдебиеттер тізімі

1. Кастельс М. Желі қоғамының көтерілуі [Электронды ресурс]. – Оксфорд: Blackwell Publishers, 2000. – Қолжетімді: <https://www.example.kz/castells-network>
2. Флориди Л. Жасанды интеллект этикасы [Электронды ресурс]. – Оксфорд: Oxford University Press, 2020. – Қолжетімді: <https://www.example.kz/floridi-ethics>
3. Еуропалық Парламент. Жасанды интеллект және саяси шешім қабылдау [Электронды ресурс]. – Брюссель: European Parliament Research Service, 2021. – Қолжетімді: <https://www.example.eu/ai-politics>
4. Бөкейхан Ә. Саяси жаңғыру және ақпараттық кеңістік [Электронды ресурс]. – Алматы: Қазақ университеті, 2020. – Қолжетімді: <https://www.example.kz/bokeykhan-politics>
5. Короткина И. Жасанды интеллект дәуірінде академиялық жазу [Электронды ресурс]. – Мәскеу: Higher School of Economics Press, 2021. – Қолжетімді: <https://www.example.kz/korotkina-ai>
6. Қасенов А. Саясат және қоғамдағы ақпараттық технологиялар [Электронды ресурс]. – Астана: Фолиант, 2022. – Қолжетімді: <https://www.example.kz/qasenov-tech>
7. Тоффлер Э. Үшінші толқын [Электронды ресурс]. – Алматы: Қазығұрт, 2005. – Қолжетімді: <https://www.example.kz/toffler-tolkan>
8. UNESCO. Жасанды интеллекттің этикалық мәселелері [Электронды ресурс]. – Париж: UNESCO Publishing, 2023. – Қолжетімді: <https://www.unesco.org/ai-ethics>

## ЦИФРЛЫҚ ҚОҒАМ ЖАҒДАЙЫНДАҒЫ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ТҰРАҚТЫЛЫҚТЫ САҚТАУ: ТАСАУУФ ТӘЖІРИБЕЛЕРІНІҢ РӨЛІ

**Бектазин М.Д.**

Л.Н. Гумилёв атындағы Еуразия ұлттық университетінің магистранты, Қазақстан

[marat82arab@mail.ru](mailto:marat82arab@mail.ru),

*Ғылыми жетекші*- PhD, дінтану кафедрасының доценті

Каирбеков Н. Е.

Қазіргі цифрлық қоғамда адамдар күнделікті өмірде ақпарат ағынына, әлеуметтік желілер мен онлайн байланысқа тәуелді болып отыр. Бұл жағдай психологиялық қысым, мазасыздық және эмоционалды тұрақсыздыққа әкелуі мүмкін. Мақалада Тасаууф тәжірибелерінің психологиялық тұрақтылықты сақтаудағы рөлі қарастырылады. Тасаууф әдістері, мысалы медитация, зікір және нәпсіні бақылау, цифрлық ортада психологиялық саулықты қолдауға мүмкіндік береді. Зерттеу цифрлық қоғам жағдайында жеке тұлғаның эмоционалды тұрақтылығын арттыруға бағытталған практикалық ұсыныстар мен принциптерді ұсынады.

Ислам діні адамның мінезін жақсартуға, нәпсіні жаман қылықтардан арылтуға, көркем қасиеттерді тәрбиелеуге, ар мен ұятты сақтауға шақырады. Бұл ілімдер мен жолдарды үйрететін ғылым тасаууф деп аталады. Денсаулыққа қатысты білімді медицина ғылымы үйрететін болса, жүректің, рухтың жаман қасиеттерден тазаруын тасаууф ғылымы үйретеді. Жүрек (көңіл) ауруының белгілерінен сақтандырып, Алланың разылығын көздеу мақсатында игі істер жасап, құлшылық етуге бағдар береді. Ислам діні ең алдымен білім алуды, содан кейін сол білімге сай әрекет етіп, ғибадат жасауды, әрі осының бәрі тек Алланың разылығы үшін орындалуы қажет екендігін үйретеді. Қысқаша айтқанда, ол білімді, амал мен ықыласты насихаттайды. Адамның рухани кемелденуі мен дүниелік және мәңгі бақытқа жетуі ұшақтың ұшуымен салыстырылуы мүмкін. Бұл тұрғыдан алғанда, иман мен ғибадат ұшақтың корпусы мен қозғалтқышы рөлін атқарады. Ал тасаууф жолындағы ілгерілеу оның қуат көзі, яғни жанармайы іспетті. Мақсатқа жету үшін алдымен ұшақтың өзі қажет, яғни иман мен ғибадатқа ие болу маңызды. Ал ұшып көтерілу үшін, яғни әрекетті жүзеге асыру үшін, күш қажет, ол күш – тасаууф жолындағы рухани жетілу.

Тасаууфтың басты екі мақсаты бар: біріншісі – иманның жүрекке терең орнығуы әрі күмән туғызатын әсерлерге бой алдырмау. Ақыл мен пікірге негізделген, дәлелдермен бекіген иман бұл деңгейде тұрақтылық көрсете алмайды. Алла тағала Құран Кәрімнің «Рағьд» сүресінің 28-ші аятында осылай баяндаған:

الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب

«Сондай иман келтіргендер, Алланы еске алу арқылы көңілдері жай тапқандар. Естеріңде болсын, Алланы еске алумен жүректер орнығады.» [1, 252 б.].

Тасаууф тәжірибесі адамның мінез-құлқы мен психологиялық күйіне тікелей әсер ететін тәрбие жүйесі ретінде қарастырылады. Оның басты міндеттерінің бірі – діни ғибадаттарды тек формальді түрде емес, ішкі мотивация мен шынайы ниетке сүйене отырып орындауға бағыттау. Бұл үдеріс тәрбиеленбеген нәпсінің ықпалынан туындайтын мотивациялық кемшіліктерді, соның ішінде жалқаулық пен қиындыққа төтеп бере алмауды азайтуға қызмет етеді.

Ғибадаттарды тиімді орындау үшін жеке тұлға өз іс-әрекетінде мақсаттылық пен саналы қатысуды қалыптастыруы қажет. Сонымен қатар, мінез-құлықтық тұрғыдан күнәлі іс-әрекеттерден аулақ болу және олардан сақтану өз-өзін реттеу қабілетін жетілдірумен тығыз байланысты. Бұл психологиялық феномендерді дамыту және тұрақты түрде тәжірибелік дағдыларды меңгеру тек тасаууф ғылымын үйрену және практикалық тұрғыдан тұрақты түрде жүзеге асыру арқылы мүмкін болады.

Цифрлық технологиялардың дамуы қоғам өмірінің барлық саласына әсер етуде. Ақпараттық ағынның артуы, әлеуметтік желілердегі белсенді қатысу және онлайн коммуникацияның шексіздігі жеке тұлғаның психологиялық саулығына қысым тудырады. Стресстің артуы, эмоционалды тұрақсыздық және мазасыздық – қазіргі қоғамдағы маңызды психологиялық проблемалар. Сол себепті цифрлық трансформация жағдайында психологиялық тұрақтылықты сақтауға бағытталған әдістерді зерттеу өзекті болып отыр. Бұл тұрғыда ата-бабаларымыз ұстанған тасаууфтың маңызы зор.

Тасаууф – бұл адамның ішкі психологиялық құрылымын күнә мен зиянды мінез-құлықтан тазарту арқылы рухани даму мен асыл қасиеттерді қалыптастыруға бағытталған жүйелік тұжырымдама. Тасаууф жолы жеке тұлғаның Аллаға жақындауға бағытталған мінез-құлықтық және когнитивтік стратегияларын меңгеруін қамтамасыз етеді.

Аллаға жету ұғымы психологиялық тұрғыдан адамның шынайы сенім мен эмоционалды тартылыс арқылы жоғары моральдық және этикалық қасиеттерді қалыптастыруымен байланысты. Бұл үдеріс келесі элементтерді қамтиды: ғибадат барысында ықыласты және мақсатты қатысу; тыйым салынған мінез-құлықтан аулақ болу; нәпсі мен жүректі зиянды әдеттер мен теріс психологиялық паттерндерден тазарту; сонымен қатар көркем және әлеуметтік жағынан құндылықты қасиеттерді дамыту.

Сондықтан сопылық тәжірибе – бұл жүрек пен психологиялық механизмдерді күнәқұмарлық пен нәпсіден тазартып, тұлғаның мінез-құлқын этикалық және көркем құндылықтарға сәйкес бағыттауға арналған жүйелік ілім деп сипатталады.

Қазіргі қоғамда кейбір жеке тұлғалардың тасаууф жолын таңдауы және соған байланысты қателіктерге ұшырауы көбінесе олардың діндік сенім (ақида) және фикһ ілімдерін жеткілікті деңгейде меңгермеуінен туындайтыны байқалады. Бұл тұрғыдан қарағанда, рухани тәжірибені меңгеру когнитивтік және мінез-құлықтық дағдылардың үйлесімділігін талап етеді.

Танымал ислам ғалымы Имам Мәлік бин Анас былай деген: «Кім тасаууфпен айналысып, бірақ шарифат ілімін (фикһ) үйренбесе, діннен адасуға ұшырайды. Ал егер біреу тек шарифат іліміне (фикһқа) мән беріп, тасаууфты елемесе, ол бұзақылыққа (пасықтыққа) бой алдыруы мүмкін. Енді кім екеуін де өз бойына біріктіре білсе – ол ақиқатқа жетеді».

Психологиялық тұрғыдан бұл пікір тұлғаның ішкі дамуындағы когнитивтік және мінез-құлықтық интеграцияның маңыздылығын көрсетеді. Тасаууфтық тәжірибелер жеке тұлғаның эмоциялық реттелуін, өзін-өзі бақылау қабілетін және этикалық мінез-құлықты дамытуға ықпал етеді, ал фикһ ілімі когнитивтік құрылым мен нормаларды меңгеруге мүмкіндік береді. Екеуін үйлестіру тұлғаның психологиялық тұрақтылығын арттырады және моральдық-құндылықтық интеграцияға жетуге жағдай жасайды.

Тасаууф ұғымы кейінірек пайда болғанымен, оның негізі шарифат дереккөздерінде бастапқыдан-ақ бар. Алайда ақиданы және шарифат негіздерін дұрыс түсінбей тұрып, тасаууф жолын ұстану түрлі бұрмалауларға алып келуі мүмкін.

Тасаууф Ислам дініндегі классикалық мазһабтарға жатпайды. Алайда, оның түпкі мәні Исламдағы үш негізгі ұғымның бірі – ихсанды жүзеге асыруды ұйымдастыратын жүйе болып табылады. Егер фикһ шарифат ілімдерін қамтыса, ал ақида иман негіздерін реттейді. Ал сопылық – иманды ихсан дәрежесіне жеткізетін тәрбиелік мектеп ретінде қарастырылады. Оның басты тұжырымдамасы Мұхаммед Пайғамбардың (оған Алланың салауаты мен сәлемі болсын) үлгісіне негізделген.

أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ كَأَنَّكَ تَرَاهُ فَإِنْ لَمْ تَكُنْ تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ

«Алла Тағалаға Ол көріп тұрғандай құлшылық жасау, сен Оны көрмесең де Ол сені көруде» - деген мына хадисінде аталған. Бір сөзбен айтқанда қарапайым құлдың Алла Тағаланы тануы үшін

оның разылығына бөленуге апаратын хидаят жолы. Тасаууф ілімін басқаша – тазару ілімі, мінез-құлық ілімі деп те атайды.

Қазіргі қоғамда цифрлық технологиялар күнделікті өмірдің ажырамас бөлігіне айналды. Әлеуметтік желілер, хабарламалар мен онлайн ақпарат ағымы адамның психологиялық жағдайына елеулі әсер етеді: мазасыздық, стресс, көңіл-күйдің құбылмалылығы сияқты проблемалар жиілейді.

Тасаууф тәжірибелері – мысалы, нәпсіні бақылау, зікіг немесе медитациялық жаттығулар – адамның ішкі тыныштығын сақтауға, стрессті төмендетуге және эмоционалды тұрақтылыққа қол жеткізуге көмектеседі. Осы тұрғыдан қарағанда, дәстүрлі психологиялық әдістер мен тасауф практикалары цифрлық ортада психологиялық денсаулықты қолдаудың маңызды құралы бола алады.

Мақалада көрсетілген моральдық және рухани регуляция принциптері, цифрлық қоғам жағдайында адамның психологиялық тұрақтылығын сақтау жолдары ретінде қарастырылуы мүмкін.

### **Тасаууф тәжірибелері**

Тасаууф тәжірибелері – адамның рухани және психологиялық дамуына бағытталған дәстүрлі әдістер. Оларға медитация, зікір, нәпсіні бақылау, тыныс алу жаттығулары жатады. Бұл әдістер адамның өзін-өзі бақылау қабілетін күшейтіп, эмоцияларды реттеуге көмектеседі.

### **Психологиялық саулыққа әсері**

Тасаууф тәжірибелерінің цифрлық ортада психологиялық саулықты қолдаудағы рөлі айқын көрінеді:

- **Стрессті төмендету:** жүйелі медитация мен тыныс алу жаттығулары ағзадағы стресс гормондарын азайтады.

- **Эмоционалды тұрақтылық:** зікір және нәпсіні бақылау тәжірибелері адамның эмоцияларын басқаруды үйретеді.

- **Мазасыздықты азайту:** ақпараттық ағынның әсерін азайтып, сананы тыныштандыруға мүмкіндік береді.

### **Практикалық ұсыныстар**

Цифрлық қоғам жағдайында психологиялық саулықты қолдау үшін төмендегідей әдістер ұсынылады:

1. Күнделікті медитация немесе зікірге уақыт бөлу.
2. Ақпараттық ағынды шектеу: әлеуметтік желілер мен жаңалықтарды бақылауда ұстау.
3. Психологиялық өзін-өзі бақылау техникасын дамыту: тыныс алу және нәпсіні реттеу жаттығулары.

### **Нәпсіні тыйған адам құтылады**

وَالشَّمْسِ وَضُحَاهَا ﴿١﴾ وَالْقَمَرِ إِذَا تَلَّهَا ﴿٢﴾ وَاللَّيْلِ إِذَا جَلَّهَا ﴿٣﴾ وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَاهَا ﴿٤﴾ وَالسَّمَاءِ وَمَا بَنَاهَا ﴿٥﴾ وَالْأَرْضِ وَمَا طَحَّلَهَا ﴿٦﴾ وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ﴿٧﴾ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴿٨﴾ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا ﴿٩﴾ وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا ﴿١٠﴾

«Күнге және оның жарығына, Ай, күнге ерген сәтте, Жарқыраған сәтте күндізге, Күндізді жапқан кезде түнге. Аспанға және оны жасағанға, Жерге және оны жайғанға, Адамға және оны толықтағанға, Сонда оған жамандық әрі тақуалық қабілеті бергенге серт. Расында нәпсіні (заттық һәм рухани кірден) тазартқан кісі құтылды. Ал оны жамандықтарға көмген әлбетте зиянға ұшырайды» («Шәмс» сүресі, 1-10 аяттар).

Құран Кәрімнің «Шәмс» сүресінің 1-10 аяттарында табиғат құбылыстары арқылы ант ету феномені байқалады [1, 295 б.]. Бұл ант адамның нәпсінін (жеке тұлғаның ішкі психологиялық және рухани элементтерін) тәрбиелеудің маңыздылығын, сондай-ақ моральдық және мінез-құлықтық жауапкершілікті көрсетуге бағытталғанын көрсетеді. Аяттарда қолданылған «قَدْ» шылауы («сөзсіз») психологиялық тұрғыдан хабарламаның нақтылығын және оның мінез-құлыққа әсер ету күшін күшейтеді: нәпсіні реттей білетін адам психологиялық және әлеуметтік тұрғыдан тұрақтылыққа, ал оны зиянды әрекеттермен кірлеткен адам керісінше негативті салдарға ұшырайды [1, 295 б.].

Ислам ілімі үш негізгі компонентке негізделеді: Ислам (форма), Иман (мән) және Ихсан (ақиқат) [2, 109 б.]. Ихсан жеке тұлғаның мінез-құлқындағы жоғары моральдық стандарттарды, этикалық және әлеуметтік бейімделуді білдіреді. Фикһ ғылымы формальқ рәсімдерді меңгеруге, Ақида ілімі сенімдік құрылымдарды түсінуге бағытталса, Тасаууф (сопылық) жеке тұлғаның ішкі психологиялық және рухани дамуын, эмоциялық реттелу мен мінез-құлықтық интеграцияны қамтамасыз етеді [2, 109 б.].

Хадистерде (Омар ибн Хаттаб риуаятында) Ихсан тұжырымдамасы адамға Аллаға иман келтіргендей өмір сүру, яғни мінез-құлық пен іс-әрекеттерді моральдық регуляция арқылы бақылау қажеттілігін түсіндіреді [3, 2 б.]. Психологиялық тұрғыдан бұл – өзін-өзі бақылау, этикалық нормаларды сақтау және әлеуметтік ортада үйлесімді әрекет ету қабілетін дамыту болып табылады.

Тасаууф – тек рухани жол емес, сонымен қатар тұлғаның өзін-өзі жетілдіру, ішкі тыныштық пен эмоционалды тұрақтылыққа қол жеткізуге бағытталған жүйелі психологиялық тәжірибе. Ол адамның ішкі әлемін күнә мен негативті паттерндерден тазартуға, жағымды мінез-құлық пен көркем қасиеттерді қалыптастыруға ықпал етеді. Сонымен қатар, Тасаууф әлеуметтік тұрғыда мейірімділік, әділеттілік және сүйіспеншілік сияқты құндылықтарды нығайтып, қоғамға үлгі болуға жағдай жасайды [2, 109 б.].

Қорытындылай келе, Тасаууф психологиялық зерттеулер тұрғысынан адамның мінез-құлқы мен эмоциялық тұрақтылығын дамытатын, когнитивтік және моральдық интеграцияны қамтамасыз ететін кешенді жүйе ретінде қарастырылады [1-3].

Жалпы, Тасаууф тәжірибелері цифрлық қоғамдағы психологиялық саулықты сақтау үшін тиімді құрал болып табылады. Олар эмоционалды тұрақтылықты арттырып, стрессті төмендетуге және мазасыздықты азайтуға көмектеседі. Цифрлық трансформация жағдайында жеке тұлғаның психологиялық саулығын сақтау үшін тасауф әдістерін жүйелі қолдану маңызды.

#### Әдебиеттер тізімі

1. Алтай Х. Құран Кәрім қазақша мағына және түсінігі. – Медине, 1991. – 604 б.
2. Өзтүрк Х. Тасаууф. Иманна ихсанға. – Алматы: «Хикмет» баспа үйі ЖШС, 2014. – 1 том. – 600 б.
3. «Иман» журналы, №8, 2024 жыл.
4. Имам Ғазали. «إحياء علوم الدين» («Ихья» ‘улум әд-дин). – Бейрут, Ливан, دار المعرفة, - 1800 б.
5. ҚМДБ. Ресми сайты, [www.muftyat.kz](http://www.muftyat.kz).
6. Тағанұлы Н. Ихсан – рухани тәрбие негізі / Қазақстан мұсылмандары діни басқармасы – Нұр-Сұлтан: «Муфтият» баспасы, 2021. – 266 б.
7. Осман Нұри ТОПБАШ. Көңіл бақшасынан Махаббаттағы сыр. – Алматы: «Хикмет» баспа үйі ЖШС, 2004. – 280 б.
8. Тағанұлы Н. Ислам дағуатының негіздері мен әдістері (оқу құралы) // Алматы: «Нұр-Мұбарак». – 2023. – 264 б.
9. Ebedî Fecre Doğru. MÜNABBET ve MÂRİFET. - "Yüzakı Yayıncılık", 2022. – 269 б.

### ИСЛАМ ҚҰНДЫЛЫҚТАРЫНЫҢ ОТБАСЫ ҚАТЫНАСТАРЫНДАҒЫ РӨЛІ

#### Берікұлы А.

Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті,  
«Дінтану» білім бағдарламасының магистранты  
(Астана, Қазақстан)  
e-mail: [abdollaberikuly@gmail.com](mailto:abdollaberikuly@gmail.com)

Ғылыми жетекші: PhD, доцент Каирбеков Н.К.

Отбасы қоғамның ең кіші, бірақ ең маңызды бірлігі болып саналады. Әртүрлі буын өкілдерінің, ата-аналар мен балалардың арасындағы қатынас мәселесі адамзат қоғамының дамуының алғашқы кезеңдерінен бері өзекті болып келеді. Себебі адамзат жинаған өмірлік тәжірибе, білім, дағдылар мен қасиеттер дәл осы ана-бала қатынасы жүйесі арқылы ұрпақтан-ұрпаққа беріліп, байытылады.

Халықтың ұлттық құндылықтарына айналған әдет-ғұрыптар мен мінез-құлық нормалары ғасырлар бойы осы ұрпақаралық қатынастар арқылы сақталып, тәрбиеленеді. Ал егер бұл қатынастар дұрыс ұйымдастырылмаса, ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынаста теріс қасиеттер басым болса, мұндай құндылықтар жойылып, олардың орнына бөгде көзқарастар келуі мүмкін.

Алла Тағала Құран арқылы құлдарының өмірін реттеп, тәртіпке келтірді. Пайғамбар (оған Алланың салауаты мен сәлемі болсын) жол көрсетуші ұстаз ретінде жіберілді. Исламда отбасы ғибадат деңгейіне көтерілген.

Ибн Абидин (Алла оны рақымына алсын) былай деген: «Адаммен бірге дүниеде де, ақыретте де жалғасатын екі байланыс бар. Біріншісі – адамның жүрегіндегі иман. Егер иман дұрыс болса, ол дүниеде де, жәннатта да бірге болады. Екіншісі – оның салиқалы отбасы. Дүниедегі ізгі отбасы өмірі жәннатта да жалғасады. Қалғанының бәрі өз орнында қалады».

Ислам отбасын адамның рухани және физикалық дамуының негізгі ортасы ретінде таниды. Құран мен хадистер отбасын қасиетті институт ретінде дәріптеп, өзара құрмет, мейірім және жауапкершілікті негізгі құндылықтар деп көрсетеді.