



*Посвящается моей маме Дильбер
и отцу Зюбету Фындыкчы*

СОДЕРЖАНИЕ

ВСТУПЛЕНИЕ	13
Часть 1. СЕМЬЯ	17
Если бы руки могли говорить	17
Я виновен	17
Молодой человек плачет	20
Ваше внутреннее общение	21
Глубина разговора с самим собой	23
Часть 2. ПОЧЕМУ РАСПАДАЮТСЯ СЕМЬИ?	25
Утонуть в его/ее глазах	26
Столкновение разных «я»	29
Семьи в Турции	30
Мы живем, ничего не зная друг о друге	31
Вопросы, которые задавали на конференции в Берлине	34
Ваше место в семье	36
Часть 3. КАК ДЕТИ УЧАТСЯ ЛЮБИТЬ?	39
Угасающие ценности, деформирующиеся личности	40
Западный тип семьи быстро изживает себя	42
Блеск в глазах деревенских детей	43
Я хочу признаться	45

Как не остаться одному в толпе и безмолвным среди шума	46
Я тебя очень сильно люблю	48
Если вы сможете быть Меджнуном, то встретите свою Лейли	49
Часть 4. ОБЕД НЕ УДАЛСЯ	51
Уставший отец приходит домой	51
Супруги в служении друг другу	54
Обед не удался, но... ..	55
В какой группе вы находитесь?	57
Уважение: оболочка и содержание	58
Самые древние организации в мире	61
Что такое уважение?	62
Часть 5. НАША РОЛЬ НА СЦЕНЕ ЖИЗНИ	65
Для кого мы играем свою роль?	65
Старший брат продолжает жаловаться, младший — работать	69
Воля трактовать жизнь или оставаться на берегу	72
Даже камешек несет красоту в этот мир	74
Познать себя	76
Часть 6. ВЫ — ГЛАВНЫЙ АКТЕР В ПЬЕСЕ ПОД НАЗВАНИЕМ «ЖИЗНЬ»	77
Путь к пониманию себя	79
Маленький человек в большом храме	81
Между добром и злом	83
Быть самим собой	85
Совесь, воля, инстинкты	87
Эксперимент	89
Обогатите жизнь других	90

Часть 7. РАВНОДУШНЫЙ, НЕЙТРАЛЬНЫЙ, ЛЮБОЗНАТЕЛЬНЫЙ	93
Урожай двух одинаковых полей будет разным	93
Угасание человеческих ценностей	97
Болезни от безразличия и душевных ран	99
Потребности пожилых людей	100
Превратите вашу привязанность в любовь	100
ЧАСТЬ 8. ПУТЬ СЕРДЦА: ЛЮБОВЬ	102
Добро пожаловать на остановку «любовь»	102
Я с нетерпением жду дня, когда мы встретимся	105
Любовь в человеческой истории	107
Любовь в наши дни	111
Ворота плотины Ататюрка	112
Бурлящие воды, переливающиеся через край	114
Часть 9. ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ С ЛЮБОВЬЮ	117
Стоит ли стыдиться любви?	117
Страсть, любовь, основанная на логике, любовь как единение душ	118
Первый этап. Потребности инстинктов и тела	121
Второй этап. Потребности логики, воли и разума	122
Третий этап. Потребности совести, сердца и души	123
ЧАСТЬ 10. ЛЮБОВЬ – ЭТО ОСНОВНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ	125
И что с того, что я люблю?	127
«Где она была четыре года?»	131
В какой группе находитесь вы?	133
Влюбленность содержит любовь, но... ..	135

Часть 11. ИЗМЕНЕНИЕ ПАРАДИГМ ЛЮБВИ	137
Любовь соловья, любовь мотылька	137
Мы — странники на пути любви	139
Ваша связь со своим супругом, семьей, учебой и работой	140
Мнение окружающих о любви	142
Наш вклад в развитие личности	143
Часть 12. ЛИЧНОСТНОЕ РАЗВИТИЕ. ДЛЯ КОГО ОНО?	146
Мода на личностное развитие	146
Давай, мой герой, ты можешь!	149
Личностное развитие или статус?	150
Зрители личностного развития	152
Слово молодежи, попавшей в зависимость	154
Часть 13. ПОТРЕБНОСТЬ В ЛИЧНОСТНОМ РОСТЕ	157
Личностное развитие: от первобытных людей до информационного общества	157
Чувствуете ли вы потребность в обучении?	159
Жизнь — это место, где надо проявлять свою уникальность	161
Наш стиль мышления влияет на развитие личности	163
Вы — ходячее сокровище	164
От пассивности к одержимости превосходством	168
Часть 14. НЕВЕЖЕСТВО КАК БОЛЕЗНЬ	170
Учиться, чтобы быть	170
Образование обязательно, но...	171
Кольцо Ходжи пропало	172
Явления, которые неподвластны нам	174

Часть 15. МОЛОДЫЕ, ПОЖИЛЫЕ И МОРАЛЬНО ИСТОЩЕННЫЕ	176
Болезнь под названием «посредственность»	176
С чем мы пришли в этот мир? Что приобрели в процессе?	178
Выученная беспомощность лягушек	181
Молодые люди, пожилые люди, морально истощенные люди	182
В баскетбольной школе Ахмета	184
Лучший учитель — жизнь	185
 Часть 16. ЛИЧНОСТНОЕ РАЗВИТИЕ, МОТИВАЦИЯ К УСПЕХУ И АМБИЦИИ	 187
Задний карман	187
Успех — чья это заслуга?	190
Способность, которая превратилась в привычное поведение	191
Второй закон термодинамики	193
Он — ИМАМ	196
 Часть 17. ДЛЯ КОГО МЫ РАЗВИВАЕМСЯ?	 198
Гуманитарный кризис и личностное развитие	198
Уйти от служения своему эго и перейти к служению другим людям	199
Внутреннее богатство и искусственная искренность ...	202
Повышение эффективности человеческих отношений ...	205
От «средних» сотрудников к активным	208
 Часть 18. ПУТЕШЕСТВИЕ В ГЛУБИНЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ДУШИ	 212
Путь к тому, чтобы стать лидером мнений	212
Ваша жизнь — это производство или потребление? ...	214
Возрождение орла	215

Трудный вопрос: глубина человеческой души	217
Ключевые особенности личностного развития, ведущие к духовному обогащению	218
Часть 19. КЛЮЧ К РАЗВИТИЮ ОБЩЕСТВА	220
Ключ к социальному развитию через личностное	220
Важность нашего бытия, единства и целостности	222
Высокоразвитый человек означает передовое общество	224
Серденгечти	226
У вас есть реквием?	229
Часть 20. ОТ МЕСТНЫХ РАЗЛИЧИЙ К НАЦИОНАЛЬНЫМ ЦЕННОСТЯМ	232
Мы должны преодолеть социальные страхи и фанатизм	232
Мы становимся маргиналами?	235
От местных различий к национальным ценностям	237
Мы существуем, потому что существуют другие	239
Часть 21. ЖИЗНЬ – ЭТО ВРЕМЯ, ВЗЯТОЕ ВЗАЙМЫ У ВЕЧНОСТИ	241
Чтобы построить новое завтра	243
БЛАГОДАРНОСТИ	245
ОБ АВТОРЕ	247
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	252

ВСТУПЛЕНИЕ

Первое издание книги на турецком языке было продано тиражом 25 000 экземпляров за шесть месяцев. Сейчас я рад обратиться и к русскоязычному читателю. Надеюсь, мои идеи найдут отклик в ваших сердцах.

Еще на заре своей карьеры я задумался о том, что наша среда обитания не просто влияет на повседневную жизнь — в эпоху великих переломов она критически меняет саму природу человека. Высокий темп жизни в мегаполисах, где, казалось бы, объединены все и вся, оставил след не только на окружении человека: он постепенно начал удаляться от своей души; люди погрузились в виртуальные коммуникации. Живое общение с глазу на глаз сегодня подменяется кратким сообщением, цифровой передачей текста, «разговором» по Скайпу. Все это провоцирует появление чувства одиночества, отчуждения.

Токсичная атмосфера оказала влияние на духовную составляющую человека, его стремления, понимание справедливости и морали, желание творить

добро, моральный дух, веру в любовь, тягу к жизни, чувство сострадания. Внутренний покой нарушился, и люди ушли от общечеловеческих ценностей. Высокий уровень стресса подорвал способность к адаптации. Материальные блага затмили разум.

Сейчас люди отдаляются от самих себя, становятся маргинализированными. Семьи распадаются. Мы переходим от производства к потреблению, от созидания к разрушению, от отдачи к получению, от разнообразия к разделению, от объединения к фрагментации, от содержания и смысла к образу и пустоте. Психические проблемы, моральная эрозия, напряжение, насилие, война, голод, нарушение экологического баланса, миграционные потоки и беженцы, люди с психологическими нарушениями, побочное воздействие социальных сетей — индикаторы нашего духовного разложения.

С приходом Covid-19 ситуация усугубилась. Мы резко перешли от нормальной жизни к страху, социальному дистанцированию, паранойе, заключению, полицейскому надзору.

Чтобы помочь людям снова найти себя, я принялся за написание этой книги. Я старался выявить и описать процессы, которые касаются быстрого выгорания человеческих ценностей на уровне отдельного индивида и общества, посредством обращения к человеческой душе, о ценности которой мы начали

забывать. Все это подкреплено примерами из повседневной жизни. Так же я раскрываю основные модели эмоций, мыслей и поведения, которые помогут предотвратить обесценивание человеческих качеств. Это поможет уменьшить количество конфликтов, которые происходят как внутри самого человека, так и в семье, в бизнесе, в обществе и между сообществами. Для этого необходимо еще раз вспомнить, что каждый из нас — человек, что мы должны оставаться людьми несмотря ни на что, должны вновь возвести человеческие ценности на пьедестал и ориентироваться на них.

Чтобы предотвратить массовое отчуждение и помочь людям вновь найти себя, необходимо направить усилия на основные сферы жизни: любовь, личностный рост и семью. Для удобства я вынес эти темы в подзаголовки книги.

Первый шаг погружения в глубины человеческой души идет прежде всего через примирение со своим внутренним миром, понимание себя и возведение любви на пьедестал.

Второй шаг — соединить наши сердца умственным потенциалом и сделать личностное развитие непрерывным процессом.

Третий шаг — защитить семью, которая обеспечивает формирование личности и социализацию.

Пройдя через эти этапы, вы сможете лучше понять себя, перестроить мышление с «потребителя»

на «производителя», расширить свой взгляд на мир и вернуть те человеческие ценности, что были утрачены.

Я хотел бы зажечь много маленьких огоньков на нашем пути к глубинам человеческой души — эти огоньки сольются в единый свет, который озарит ваш путь к себе. Я расскажу вам о том, какими способами и методами можно преодолеть различные препятствия на пути вашего личного роста. Что еще более важно, я предложу вам посмотреть в своеобразное зеркало — увидеть, поверить в себя, раскрыться, превратить способности в действующую силу и стать более эффективными.

*Доктор ИльхамИ Фындыкчы
Январь 2022*

Часть 1

СЕМЬЯ



ЕСЛИ БЫ РУКИ МОГЛИ ГОВОРИТЬ

Представьте себе, что вы приходите в суд, и на трибуну выходят части вашего тела. Сначала ноги, затем руки, уши, язык и, наконец, глаза и другие органы. Они обретают дар речи и начинают говорить обо всех ваших деяниях.

О чем же они расскажут?

Я ВИНОВЕН

Молодой человек вдруг обнаружил, что предстал перед судом в качестве обвиняемого. Он дрожал от волнения, потому что не знал, что произошло.

Когда судебный пристав позвал его, волнение смешалось с диким страхом. Он оглянулся и уви-

дел в зале практически всех своих родственников, друзей и знакомых. «Как они узнали?» У молодого человека складывалось ощущение, что все люди, которых он видел и встречал в своей жизни, собрались здесь.

Впереди на возвышении сидели трое судей в белых одеждах. Человек слева — прокурор.

Подсудимый посмотрел на них и захотел закричать: «Почему я здесь?» Но он не смог издать ни звука. Судья, сидящий в центре, произнес: *«Прошу вас, господин прокурор»*.

«Господа, молодой человек, сидящий на скамье обвиняемых, — преступник. Он вреден для себя и своего окружения. На него поступили жалобы».

«Давайте выслушаем их», — сказал судья.

«Теперь, с вашего позволения, я хочу вызвать по очереди истцов».

Молодой человек в изумлении смотрел на происходящее. Он снова попытался заговорить, но у него не выходило. Больше всего он переживал за свою мать, которая смотрела на него и не могла сдерживать слез.

Присяжные были шокированы: в зал один за другим зашли две ноги, пара рук, два уха, язык и пара глаз. Да, вы все верно прочитали. Это были части тела в увеличенном виде, обретшие пару ног. Это были части тела обвиняемого.

Если бы руки могли говорить...

Судья посмотрел на истцов и сказал: *«Откуда вы знаете этого человека, что вы можете о нем сказать? В чем заключается ваша жалоба? Расскажите».*

Первыми выступали ноги: *«Ваша честь, мы перемещаем этого человека в течение многих лет. Мы ходили туда, куда он хотел. Мы никогда не оставляли его одного. Бывало, мы уводили его от опасности. Но он, используя нас, совершал очень плохие поступки. Ходил в плохие места. Мы жалуемся на него».*

Затем руки: *«Ваша честь, мы — руки этого человека. Мы всегда работали на него — выполняли то, что он хотел. Но он не защищал нас и не заботился о нас. В дополнение ко всему, он использовал нас для совершения беззакония. Мы касались того, чего не должны были касаться. Мы жалуемся, ваша честь».*

Уши: *«Мы уши обвиняемого. Мы стали помогать ему, когда он был еще в утробе матери. Мы доносили до него окружающие звуки. Но мы хотим пожаловаться на него. Он с нами ужасно обращался. Он заставил нас слушать то, что слушать нельзя. Мы истосковались по звукам, которые будут приятны ему и его окружению и которые понравятся нам».*

Потом вышел язык: *«Я всего лишь кусочек мяса. Для этого человека я обрел дар речи. Я говорил то,*

что он хотел и как он хотел. Он использовал меня, чтобы лгать, обманывать. Я скучаю по добрым словам».

И затем глаза: «Ваша честь, мы его глаза. Мы стали светом для него, но он предпочел тьму. С нашей помощью он мог бы видеть всю красоту этого мира. Однако он заставлял нас смотреть на ужасные вещи. Мы были средством познания красоты, но он этого не понял. Он влюбился в ложный и искусственный свет».

Молодой человек слушал очень внимательно. Он никогда не думал, что части его тела оживут и будут свидетельствовать против него.

Истцы описали жизнь подсудимого, и она пронеслась у него перед глазами как кинолента. Его руки, ноги, уши, язык и глаза один за другим обретали дар речи и рассказывали, что он делал, пока был жив. Они раскрыли все его секреты.

МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК ПЛАЧЕТ

Молодой человек плакал и повторял сам себе: «Я виновен, я виновен, я виновен...»

Внезапно он почувствовал на лбу прикосновение любящих рук своей матери — рук, от которых исходил приятный аромат, — и резко проснулся от кошмарного сна. Молодой человек был весь в поту. Он

встал перед зеркалом, стоящим рядом с кроватью, посмотрел на свои ноги, руки, уши, язык и глаза и прошептал: *«Я вас понимаю!»*

Эта история может показаться чересчур гиперболизированной, даже мистической. Согласно многим верованиям в загробной жизни органы людей будут рассказывать о них и свидетельствовать «за» или «против».

Теперь я хочу вас кое о чем попросить. Для этого нужно подключить свое воображение.

Закройте глаза, но не смыкайте их слишком сильно. Подумайте о том, что будет, если подобный суд состоится над вами и на трибуну выйдут части вашего тела. Ноги, руки, уши, язык и глаза обретут дар речи и начнут рассказывать про вас. И обо всех ваших деяниях станет известно другим. Что бы они сказали, как вы думаете?

Довольны ли вы объективной оценкой частей вашего тела? Счастливы ли они с вами? Или их слова заставили вас покраснеть?

ВАШЕ ВНУТРЕННЕЕ ОБЩЕНИЕ

Внутренние диалоги являются очень важным показателем того, в каком состоянии находится наше психическое здоровье. С точки зрения исследований

поведения человека, внутренние диалоги людей делятся на три типа:

1. Оборонительно-защищающие. Обычно такие диалоги ведут те, кто видят себя причастными к любым событиям. Диалоги этой группы сосредоточены на «я» (эгоцентрические). Они фокусируются на «как получить», «как приумножить», «как защитить свои права» — иными словами, все мысли и размышления направлены на защиту от воздействий окружающего мира.

2. Неопределенные. Эти диалоги ведут люди, которые словно статуи застыли в жизни. Они могут показаться погруженными в глубокие, увлекательные размышления. На самом деле способности этих людей к мыслительной деятельности развиты очень слабо. Если представить, что это игра в шахматы, то один ответный ход занял бы длительное время.

3. Отдающие. Эта группа встречается реже всего. Люди, ведущие подобные диалоги, думают о многом одновременно. Они знают свое внутреннее «я». Они полностью контролируют себя. Их внутренние диалоги интенсивные и яркие. Они проигрывают сцены в голове и рассматривают ситуации с разных сторон. Отличительной чертой таких людей является способность делиться своими мыслями с другими. Их воображение очень развито.

Люди могут переключаться с одного диалога на другой, но преобладать будет только один из них.

А теперь подумайте, какой внутренний диалог преобладает у вас. Какая группа вам ближе?

ГЛУБИНА РАЗГОВОРА С САМИМ СОБОЙ

Ваш внутренний диалог обычно представляет собой защиту и оборону? Не волнуйтесь, но и перестаньте ставить себя в центр Вселенной. Периодически спрашивайте себя: «А кто я?» Переборите ощущение того, что окружение враждебно к вам относится.



Помните: если вы хороший человек, то и ваше окружение соответствующее.

Поэтому ваш внутренний диалог должен быть направлен на приумножение полезных действий для вашего окружения, а не на устранение негатива, исходящего извне.

Вы отнесли свои диалоги к неопределенной группе? Вам стоит устранить «мертвые точки» в каналах внутренней коммуникации. Ваш замедленный, не успевающий за современным ритмом, трудный и осложненный образ жизни также может отражаться

на вашем внутреннем диалоге. Как говорят японцы: «Торопитесь медленно!» Неопределенность в вашем внутреннем диалоге не должна приводить к неопределенности в вашей жизни.

Вы причислили себя к группе тех, кто отдает? Можете себя поздравить. Вы находитесь на пути, который ведет вас от собственного «я» к «я» других людей. Это путь человеческой зрелости и глубины, когда вы думаете не только о себе, но и о других. Важно отдавать приоритет окружающим во внутренних диалогах и воображении. Это особая ситуация. Приносить пользу людям и человечеству — достояние высокого духа и благородных людей.

Иными словами, ваш внутренний диалог или направлен на вас самих, т.е. вы находитесь в положении получателя, или он обращен к другим и ориентируется на их благополучие. Тогда вы — в положении «донора», или же у вас скучное, слабое воображение, которое не фокусируется на интересах ни вас самих, ни окружающих людей.

Часть 2

ПОЧЕМУ РАСПАДАЮТСЯ СЕМЬИ?



Сколько из нас в хороших, теплых отношениях со своими супругами и друзьями? Есть ли в наших сердцах место для голоса, дыхания других людей, всего живого, даже неодушевленного?

Это было несколько лет назад. Я разговаривал с парой, которая думала о разводе. Меня попросил об этом мой приятель. Он сказал: «Они сошли с ума. Они говорят: «Между нами уже нет любви». Что они будут делать со своей 16-летней дочерью?»

Мы встретились в офисе. Пара села за квадратный стол. При такой рассадке у всех равные условия. После знакомства я посмотрел на их лица — они буквально кричали: «Нас больше ничего не связывает!» А глаза, наполненные враждой, смотрели, но не видели.

Поводом для ссоры этой пары мог даже стать вопрос, кому первому говорить. Но я знал их исто-

рию. У них был долгий период общения до брака. Они были влюблены. Они приняли друг друга и поженились, произнеся самое главное «Да!» в своей жизни.

Но сейчас это не имело значения. Я видел перед собой людей, которые вроде бы жили вместе, но были очень далеки друг от друга. Складывалось ощущение, что у них нет ничего общего.

Чтобы разрядить царящее в воздухе напряжение, я решил спросить: «Когда вы в последний раз обнимали друг друга? Я имею в виду крепкие теплые объятия». Они задумались, и на их лицах отразилось смущение. Ответа не последовало. Очевидно, что отдаление душ сопровождалось и отдалением тел.

Этот брак просуществовал еще восемь месяцев. Члены семьи разлетелись, как опавшие осенние листья. Они больше не делили одно жилище, одно пространство, радости и горести. Еще один домашний очаг угас.

УТОНУТЬ В ЕГО/ЕЕ ГЛАЗАХ

Брак — это когда один человек тонет в глазах другого. Брак — это слияние двух сердец в одном теле. Брак — это когда глаза одного служат зеркалом для двух душ.

Давайте перейдем к вам. Может быть, вы ищете свою половинку. Может, готовитесь к браку. Или уже состоите в браке энное количество лет.

Итак, вы готовы утонуть в глазах своего партнера? Готовы ли вы доверить себя его (ее) душе и взять под крыло своей любви? Готовы делиться своими тревогами, радостями, печальями и волнениями?

Предположим, вы состоите в браке. Вы можете сделать все, абсолютно все для него (нее)? Является ли он (она) для вас, а вы для него (нее) спасительной гаванью? Или вы странствуете по портам, в которые вас заносят бушующие волны? Подобного рода вопросов можно задать еще огромное множество. Но есть один факт: браки разрушаются со временем, как камни, о которые ударяются морские волны. Особенно в нынешнем быстром и нестабильном мире, поскольку социальная структура общества разрушается, а основы института брака подорваны.



Одним из наиболее важных способов справиться с подобного рода выгоранием является защита людей путем совершенствования их ролей.

Каждому из нас отведено несколько таких амплуа. Мать, отец, дочь, сотрудник, руководитель, гражда-

нин — вот только некоторые из них. Важно достойно выполнять возложенные на нас обязанности. Несмотря на все позитивное/негативное, что может происходить в нашей жизни, играть свою роль нужно достойно.

Актеру Энтони Куинну после известного фильма «Мухаммад — посланник Бога» (The Message, 1976) сказали: «Каждая ваша роль — это успех!» Действительно, Куинн, как и многие другие успешные актеры, отличался тем, что всесторонне раскрывал персонажа, которого играл. Можно сказать, что он полностью растворялся в герое. Если помните, Хамза и Омер Мухтар — роли, которыми он наиболее запомнился нам как зрителям.

В сообществе, которое мы называем семьей, каждый должен играть свою роль, придерживаясь определенного сценария. Эти роли должны быть «сыграны» так, чтобы единство, солидарность, сплоченность и эффективность слились воедино.

Смешивание ролей приводит к ссорам, скандалам и хаосу. Представьте, что мать пытается быть отцом. Или отец пытается выполнять функции матери, не обращая внимания на супругу. Или же ребенок перенимает на себя роль взрослого, пытаясь доказать что-то миру. Я уже не говорю о тех, кто берет на себя чрезмерную ответственность. Как вы думаете почему?

СТОЛКНОВЕНИЕ РАЗНЫХ «Я»

Исследования показывают, что количество разводов во всем мире растет, как снежный ком. Более того, Восток, который всегда славился своими крепкими браками, охватила та же «болезнь».

Ученые выявили несколько причин разводов. Первая из них — несовместимость, то есть столкновение двух «я». Борьба двух «я» за бразды правления, за власть и превосходство. Все это вытекает из нереализованных желаний. В таком случае «я» чужды скромность, терпимость, способность к самопожертвованию. Это «я», сосредоточенные на себе, а не на ком-то другом.



Смысл крепкого брака состоит в том, чтобы переступить через себя, свое эго.

Быть вместе с другими «я», не заикливаясь на своем собственном. Не изолироваться, видеть и воспринимать его (ее) проблемы раньше собственных. Каждой клеточкой себя стремиться к супругу, быть единым целым.

Давайте подумаем, сколько людей может это сделать? Сколькие из нас могут победить в борьбе

со своим эго? Сколько из нас в состоянии сохранить наших супругов и друзей в своих сердцах? А есть ли там место для голоса, дыхания других людей, человечества, всего живого, даже неодушевленного?

СЕМЬИ В ТУРЦИИ

Очень часто причиной выгорания человека становятся натянутые отношения в семье. Вот почему в этой книге отводится важная роль этой теме. В каждом разделе мы будем приводить примеры из историй различных семей. Возможно, в них вы найдете себя.

Теперь давайте посмотрим на картину, которая складывается в Турции. Вот примеры только нескольких событий, произошедших во время написания этой книги. Они показывают, что люди разучились общаться между собой.

Молодой человек попросил денег у своей семьи. Получив отказ, он убил своего отца, а затем мать и сестру. Затем он поджег дом. Еще один инцидент, о котором писали многие СМИ: молодой человек убил свою бабушку, которая не дала ему денег. Более серьезное происшествие: девушка, которая жила в анатолийском поселке, хотела отправиться в поездку со своими друзьями в другой город. Родители не разрешили ей. Несмотря на это она решила все же отправиться в поездку. Спустя год ее нашли в Стамбуле мертвой.

У меня нет цели создать пессимистическую картину. Но мы все знаем, что количество новостей такого рода увеличивается и они становятся обычными событиями в нашей жизни. Эти примеры показывают, что семейные узы постепенно ослабевают, а социальные отношения разрушаются.

В газетах была описана кража в Бейликдюзю¹. Человек, живущий на шестом этаже 40-квартирного дома, использовал лестницу вместо лифта для занятий спортом. Поднимаясь к себе, он увидел человека, пытающегося открыть дверь ключом. «Доброе утро, сосед!» — сказал он. Человек в шапке, лицо которого он не смог различить, ответил. Что случилось дальше? Вечером он узнал, что квартира на пятом этаже была ограблена.

МЫ ЖИВЕМ, НИЧЕГО НЕ ЗНАЯ ДРУГ О ДРУГЕ

В одном здании, в один и тот же день мы можем увидеть и свадьбу, и похороны. И мы узнаем обо всем в самый последний момент. Маленьких детей похищают и продают на органы. Дети убивают родителей и при малейших неурядицах находят утешение в наркотиках. Я не собираюсь нагнетать обстановку,

¹ Район провинции, Стамбул.

но, несмотря на все полезные достижения технологической эпохи, нам необходимо обратить внимание на отсутствие общения в семье и разрушение ценностей. Мы все участвуем в этой своеобразной эрозии отношений. Так или иначе это влияет на нас. Мы живем, не зная ничего о жизни друг друга.

Сорок квартир — это, по сути, деревня в Турции. В Эрзуруме¹, где я родился, сейчас уже есть шестьдесят шесть домов. Здесь моментально узнают о том, что у кого-то заболел скот, не говоря уже о болезнях и похоронах. Не просто узнают, но и всегда беспокоятся: «Чем мы можем помочь?»

Дома в деревне далеки друг от друга. А люди, наоборот, очень близки. Они в курсе всех событий, которые происходят в жизни соседей. Семьи в городе разделяет всего лишь тридцать сантиметров бетонной стены. А люди там ничего не знают о жизни друг друга.

Я принимал участие в передаче, которая шла в прямой трансляции на новостном телеканале. Мы говорили о выгорании внутрисемейных отношений. Я попросил аудиторию ответить на один вопрос и обсудить его между собой. Вопрос заключался в следующем: «Где находятся ваши дети сейчас, когда вы смотрите эту программу?» Я предложил три варианта ответа:

¹ Район Хорасан, деревня Игирбигир.

1) Супруг (мать или отец), который слышит вопрос, обращается к другому супругу: «Действительно, где дети?»

2) Дети в другой комнате/с бабушкой/гуляют/учатся.

3) «Дети сейчас с нами».

Больше всего оказалось тех, кто выбрал первый ответ. Немало было и тех, кто не находится рядом со своими детьми. А если я вам задам тот же вопрос: «Где находятся ваши самые близкие (ваши дети, мать, отец, супруг), пока вы читаете эту книгу?»



Дети и молодежь отдаляются от своих семей, от ценностей и традиций, делающих семью семьей. Они застревают в виртуальном мире.

Св. Али¹ говорил: «Играйте с детьми до 7 лет, дружите до 15 лет, а дальше начинайте советовать». Эти слова, сказанные за сотни лет до того, как педагогика стала наукой, проливают свет на современный мир, в котором мы так быстро отдаляемся от детей.

¹ Али ибн Абу Талиб аль-Кураши, более известный как Али ибн Абу Талиб (араб. طالِبِ بْنِ أَبِي تَالِبٍ, [ʕaliː ibn ʔæbiː t̪ˤɑːlib]; 17 марта 599 — 24 января 661) — политический и общественный деятель; двоюродный брат, зять и сподвижник пророка Мухаммеда, четвертый праведный халиф (656–661). — *Прим. пер.*

В первые годы жизни ребенка, когда происходит формирование личности, очень важным является наличие игровой формы воспитания и атмосферы, полной любви. Дружеские отношения с детьми 7–15 лет, когда абстрактное умственное развитие достигает самого высокого уровня, будут способствовать более интенсивному обучению. Необходимо обсуждать с подростком старше 15 лет различные темы, советоваться с ним — это улучшит его умение размышлять и подготовит к жизни в обществе.

ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ ЗАДАВАЛИ НА КОНФЕРЕНЦИИ В БЕРЛИНЕ

Турецко-Немецкий Центр (TDZ) в Берлине пригласил меня выступить с лекцией на тему «Отношения внутри семьи». Отгадайте, какая тема поднималась чаще всего? Уничтожение моральных ценностей и износ отношений, вызванный телевизионными передачами в нашей стране.

Одна из матерей с порицанием сказала следующее: «Мы хотим защитить наших детей и семью от здешних фривольностей. Для этого мы смотрим больше турецких каналов. Но некоторые передачи унижают нас. Они содержат сексуальный контекст. Во многих сериалах семейные отношения — это настоящий позор».

По возвращении в Турцию я попросил одного друга изучить этот вопрос. Мы выяснили, что ситуация просто плачевная. Многие сериалы, комеди-шоу, программы для детей, ток-шоу и даже рекламные объявления популяризируют секс. Мы уже давно переплюнули то, что было в сериале «Даллас»¹. В современных «мыльных операх», которые часто смотрят в семейном кругу, сексуально ориентированное поведение героев заставляет краснеть. Непонятно, у кого с кем и какие отношения. Что еще хуже: такие сериалы очень популярны.

Я говорю об этом не просто из-за беспокойства за культуру, традиции и убеждения нашей страны. Популяризация сексуальности в передачах является также проблемой адаптации поведения, общечеловеческих ценностей и понимания морали.

Вы можете сказать: «Пусть не смотрят низкопробные передачи!» Но что нам делать с детьми и молодыми людьми, которые не могут сделать правильный выбор, и взрослыми, которые поддались своим инстинктам?

У человека существует три основных уровня потребностей: инстинктивные, умственные и духовные.

Инстинктивные — это область удовлетворения желаний, непосредственно связанных с телом и эго:

¹ Американская телевизионная «мыльная опера», транслировавшаяся каналом CBS в прайм-тайм.

потребность в пище и воде, защите, жилье/крове и сексе. Умственные — это область интеллектуального удовлетворения, где инстинктивные потребности проходят через фильтр логических процессов. И, наконец, духовные — на этом уровне удовлетворяются как инстинктивные, так и умственные потребности в свете ожиданий общества.



Передачи на ТВ должны обращаться к разуму и душе человека, а не к изменчивым страстям.

В противном случае увеличится количество людей, которые будут переживать моральное выгорание, совершать насилие, их психическое здоровье ухудшится, они попадут под наркозависимость, а их семьи распадутся. Стоит помнить, что эмоциональное благополучие отдельных людей и общества может быть сохранено в той мере, в которой сохраняются индивидуальное психическое здоровье и основные моральные ценности.

ВАШЕ МЕСТО В СЕМЬЕ

Итак, где вы видите себя как член своей семьи? Давайте выполним небольшое задание. Спросите своих домочадцев, довольны ли они вами? Это можно

сделать посредством искреннего разговора или же пойти более научным путем и провести анонимный опрос. Попробуйте увидеть себя в свете их ответов. Посмотрите, довольна ли ваша семья вами. Чего они ждут от вас?

Я не пытаюсь увести вас к структуре семьи, которая существовала 50 или 100 лет назад. И я не хочу ностальгировать по старому семейному укладу. Моя задача сделать так, чтобы люди, живущие под одной крышей, действительно были вместе, были близки, стали единым целым и имели возможность критиковать друг друга в случае необходимости. Но сейчас мы чаще отмалчиваемся и отстраняемся. «Искусственная жизнь», созданная благодаря СМИ, отдаляет друг от друга людей, живущих вместе.

Иногда мы можем наблюдать враждебные отношения в семье. Отец обеспечивает свой авторитет в гостиной посредством телевизионного пульта. Он устало скитается по долинам виртуального мира. Мать властвует на кухне. Она может иметь телевизор меньших размеров, но у нее тоже есть пульт управления. А маленькие дети в этот момент теряются между кухней и гостиной, они не знают, куда себя деть. А что можно сказать про подростков, которые запираются в своих комнатах и вместо того, чтобы пойти гулять с друзьями, застревают в компьютерных играх?

Потребуется много усилий, чтобы исправить эту ситуацию. Главное в этом деле — наладить теплые доверительные и искренние отношения между родителями и детьми, проводить вместе досуг, стать примером друг для друга, дарить теплые объятия, высказывать уважение. Все это окажет больше позитивного влияния, чем вы думаете.

В последнее время я с радостью наблюдаю за растущим числом сознательных родителей, которые заботятся о семейном климате и ставят родственные отношения превыше всего.