

**ИСЛАМ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТУРИЗМ**  
**Кадыров Д.Х.<sup>1</sup>, Ходжаева Ф.Н.<sup>2</sup>, Каландаров Х.Х.<sup>3</sup>,**  
**Фарманов Э.А.<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>*Кадыров Давронбек Хашымович – старший преподаватель;*

<sup>2</sup>*Ходжаева Фотима Набихоновна – преподаватель,*

<sup>3</sup>*Каландаров Хамза Хамрокул угли – преподаватель,*

*кафедра национальной идеологии,  
основ духовности и юридического образования;*

<sup>4</sup>*Фарманов Эркин Алимович – преподаватель,*

*кафедра туризма и гостиничного хозяйства,*

*Бухарский государственный университет,*

*г. Бухара, Республика Узбекистан*

***Аннотация:** в данной статье рассматривается исламские аспекты развития психологического туризма. Анализируется связь ислама и психологии, виды психологического туризма, а также рассматривается влияние исламских тренингов и молитв на духовное состояние мусульманина, польза от психологического туризма на духовную и физическую жизнь человека.*

***Ключевые слова:** ислам, шариат, психология, туризм, фикх, зухд, тарикат, суфизм, тренинги, молитва.*

Психологический туризм является новой сферой в туристическом бизнесе. Возникновение этого вида туризма связано, в первую очередь с глобализацией, развитием техники и технологии, ритмичностью городской жизни в больших городах и мегаполисах, а также связанные с ним стрессом и депрессиями. Такая быстрая жизнь не дает человеку отдохнуть от рабочей суеты. Другое название психологического туризма – пси-туризм.

Постоянный стресс, спешка, шум и неврозы негативно влияют на психологическое и физическое состояние обывателя. В итоге организм полностью не восстанавливает силы в выходные дни. Есть только один выход из такого состояния и это – провести отдых где-то. И в таких случаях психологический туризм является самым эффективным туром.

Психологический туризм включает в себя духовное восстановление в современных условиях и состоит из специальной технологии поддержки. Человеческие нервы устают не только от физической и умственной работы, но и от эмоционального перенапряжения. Плохое настроение, страх, гнев и другие негативные чувства приводит к тому, что человек теряет психологическое равновесие и впадает в депрессию. Следовательно, для этого надо восстановить энергетические силы, расслабиться, духовно развиваться и приобрести новые эмоции. В таком туре человек научиться релаксации и управлению свободной времени, войдет в эффективную коммуникацию. А как смотрит на психологию Ислам? Вся суть Ислама основана на состоянии души человека — на его отношении к убеждению единобожия и к деяниям, выполнения которых требует это убеждение. Существует множество научных источников, которые посвящены не только изучению состояния души, но и воспитанию души. Самыми первостепенными и незыблемыми источниками в этом отношении являются Коран и Сунна, хадисы пророка Мухаммеда (мир ему).

В Исламе психологическое состояние человека стоит на главном месте. Поэтому праведные мусульмане всегда хорошо разбирались в психологии. Они достаточно верно оценивают состояние человека по совокупности нескольких факторов, определяющих повадки, поведение и поступки человека, его высказывания. Например, по одной высказанной фразе, выраженной по случаю какого-либо события, можно определить многое о состоянии человека: ту или иную степень приверженности вероучению единобожия - тавхида, его осведомленность о повелениях и запретах Аллаха и Его Посланника, о степени богобоязненности человека в зависимости от его поступков.

Ислам придает особое значение изучению состояния души и всех влияющих на нее факторов. Важнейшими факторами в этом смысле являются такие составляющие, как наличие у человека веры, сила этой веры, основа его вероубеждений, уровень знаний и степень приверженности следовать своим

знаниям, выполнять предписания шариата; насколько человек потакает своему хава ун-нафсу - своим изменчивым страстям, как он справляется с различными проявлениями обольщения, с наущениями сатаны, со своими естественными желаниями и склонностями, как он сдерживается от соблазна тех пороков, которых каноны предписывает запретными, какова степень его богобоязненности. Наиболее продвинутыми в овладении знаниями об этих составляющих всегда считались приверженцы тариката, то есть суфизма. Суфий были хорошо осведомлены о страстях нафса, о состоянии души, о положительном и негативном влиянии на состояние души тех или иных факторов, таких как тавхид, тоат и ибадат, исйан и ихлас, сабр, хавф и раджо, таква и вараъ, сидк и рийа, зухд, хушуъ и хузуъ, таваккул, ислам и ихсан, достаточно различать сами эти понятия. Психолог мусульманин должен уметь распознавать преобладание одного из этих категорий, над остальными, уметь выявлять причины этого. Он также должен хорошо знать и вопросы шариата, в частности, достаточно хорошо разбираться в науке фикх –исламской юриспруденции, чтобы правильно оценивать те или иные действия. Психологу в Исламе следует знать множество столпов Ислама и всеми исламскими знаниями в области шариата и тариката.

Одним из наиболее известных трудов в области изучения состояния души и воспитания души является книга «Воспитание души» (в трех томах) всемирно известного выдающегося узбекского богослова и исламского деятеля шейха Мухаммад Садыка Мухаммад Юсуфа.

Основные виды психологического туризма следующие:

- путешествия по горам с психологом
- психологические тренинги на курортах
- духовный экотуризм
- культурный туризм в городах с тренингами.

Идеальным вариантом психологического туризма является отдых в интересных местах, и познание души и сердца, осознание духовного мира по исламу и божественной сути



бытия и мироздания. Таким туристам нужен опытный специалист по психологии знающий исламские каноны и методы духовного лечения. По специальной методике разрабатывается разные тренинги и поклонения на чистой природе, проводятся зикры, вирды и салаваты. С чтениями сур из Корана и салаватами – благословениями пророку Мухаммаду мир ему, человек освобождается от негативных мыслей, находит душевный покой и спокойствие, а также развивает свой духовный мир.

В психологическом туризме ставятся разные задачи. Человек учится открыть окружающий себя мир, осознает самого себя с точки зрения исламской методики духовного развития.

После правильно выбранного программы пси-тура человек ощущает духовную энергию, обновляется заново духовно, эмоционально и физически. Освобождается от негативной энергии, появляется творческая и созидательная сила и идеи. После такого отдыха мусульманин улучшается духовно и улучшается семейная и рабочая жизнь.

### ***Список литературы***

1. *Яковец Ю.В.* Перспективы развития цивилизационного туризма // Культурный туризм для мира и развития. М., 2000. С. 94.
2. *Мухаммад Содиқ Мухаммад Юсуф.* Рухий тарбия. Ташкент, Хилол нашр, 2019.
3. *Olimovich D.I.* Tourism potential of Uzbekistan // *Lucrările Seminarului Geografic "Dimitrie Cantemir"*, 2015. Т. 40. С. 125-130.
4. *Farmonovna E.A., Matyakubovna K.M., Habibulloevna K.S.* THE ROLE OF THE TOURISM NATIONAL CRAFTS IN BUKHARA REGION // *European science*, 2020. № 1 (50).
5. *Olimovich D.I., Khabibovna K.M., Alimovich F.E.* Innovative ways of reducing tourism seasonality of tourist areas // *Достижения науки и образования*, 2020. № 1 (55).

6. *Alisherovna D.N.* FLIPPED LEARNING AS THE KEY TO IMPROVING EDUCATION IN HIGHER EDUCATION // European science, 2020. № 1 (50).
7. *Olimovich D.I., Khabibovna K.M., Samadovich R.S.* Improving tourist season in Bukhara region // Вестник науки и образования, 2020. № 1-2 (79).
8. *Арипова М С., Рузиев С.С.* Организационная структура ресторанов // Вопросы науки и образования, 2020. № 6 (90).
9. *Давронов И.О.* Экономическое влияние инноваций в индустрии туризма // Наука, техника и образование, 2019. № 11 (64).
10. *Халилов Б.Б., Курбанов Ф.Г.* Важность подготовки кадров в экономике // Вопросы науки и образования, 2020. № 6 (90).
11. *Шадиев А.Х., Давронов И.О.* Роль развития персонала в повышении эффективности услуг и его влиянии на экономику // Вопросы науки и образования, 2020. № 6. С. 90.
12. *Фарманов Э.А., Кадыров Д.Х., Ходжаева Ф.Н.* Роль культурного наследия Узбекистана в развитии туризма // Вестник науки и образования, 2020. № 2-3 (80).
13. *Davronov I.O.* Innovative ways of improving excursion service around the touristic destinations // Indonesian Journal of Innovation Studies, 2020. Т. 10. – № 1.
14. *Olimovich D.I., Kudratovna F.S., Sayfitdinovich I.B.* THE IMPORTANCE OF MARKETING ANALYSIS FOR PREDICTING THE PROSPECTS OF RESTAURANTS IN BUKHARA HOTELS // Economics, 2020. № 1 (44).
15. *Фарманов Э.А., Кадыров Д.Х., Ходжаева Ф.Н.* ЭКОНОМИЧЕСКИЕ НАУКИ // Достижения науки и образования, 2020. С. 20.
16. *Davronov I.O., Ismatillayeva S.S.* The role of innovative technologies for improving economy of hotels, 2019.
17. *Фарманов Э.А., Кадыров Д.Х., Ходжаева Ф.Н.* ОРГАНИЗАЦИЯ ЭКОТУРИЗМА ПО ИСЛАМСКИМ КАНОНАМ // Достижения науки и образования, 2020. № 4 (58).

18. *Davronov I.O., Tadjibayev M.B., Narzullaeva G.S.* IMPROVING OF PERSONNEL TRAINING IN HOTEL BUSSINES // Academy. № 2 (53), 2020.
19. *Alimovich F.E., Habibulloevna K.S., Bahodirovna D.N.* CENTRAL FEATURES OF HALAL TOURISM AND HALAL FOOD // Academy, 2020. № 3 (54).
20. *Olimovich D.I., Temirkulovich U.J., Bakhodirovna M.M.* Mechanisms of improving staff training // Academy, 2020. № 2 (53).
21. *Kilichov M.H., Hairylaeva N.N.* MODEL LOOP BUNDLING AS A BASIS FOR THE FORMATION OF COMPETITIVE MOBILITY SPA COMPLEX // СОВРЕМЕННОЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ПРИРОДНОЙ СРЕДЫ И НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПРИРОДОПОЛЬЗОВАНИЯ, 2017. С. 1865-1867.
22. *Azamatovich K.L.* THE ROLE OF THE HAKIM TERMIZI ARCHITECTURAL COMPLEX IN VISITING TOURISM IN UZBEKISTAN // Вопросы науки и образования, 2020. № 9 (93).