

ABU ALI IBN SINO QARASHLARIDA RUHIY SALOMATLIK MUAMMOSINING  
IFODALANISHI

**Nuriddinov Rasuljon Samitjon o'g'li**  
*Farg'ona davlat universiteti o'qituvchisi*

O'rta asrlar sharq uyg'onish davri mutafakkirlaridan, butun dunyoda "Avitsenna" nomi bilan mashxur bo'lgan ajdodimiz Abu Ali Husayn ibn Sino umrining asosiy qismini inson salomatligini muhofaza etish, uni tadqiq etishga bag'ishlagan. Uning "Kitob al-Qonun fit-tib" yoki "Tib qonunlari" asari tibbiyot va psixologiyaga oid qator fikrlari hozirgi kungacha e'tiborga sazovordir.

Ibn Sino salomatlikning nafaqat jismoniy, balki ruhiy jihati, shaxsning yetukligi, hissiy bardamligi ham mavjudligi va o'zaro uzviy bog'liqligi masalasi qiziqtirganini bizgacha yetib kelgan asarlaridan ham bilib olishimiz mumkin.

U bemorlardagi kasalliklar kelib chiqish sababi nafaqat jismoniy omillarga bog'liq, balki ruhiy omillarning ham bog'liqligini etirof etib, bemorlardan shaxsiy hayotidagi muammolarni ham so'zlashini, bu orqali esa ruhiy poklanishni yuzaga keltirgan.

Muhitning bemorga ta'sirini doim takidlagan. Bemorlarni davolashdan oldin ularni diqqat-e'tibor bilan o'rganish, ya'ni oilasi, yashash sharoiti bilan tanishish o'ta muhimligini uqtirgan. Bu fikrlari bugungi kundagi psixogigiyena fani vazifalariga o'xshab ketadi. Ibn Sino asarlarida psixoprofilaktikaga oid ishlarni ham ko'p uchratamiz. Masalan, mutafakkir kasalliklarning oldini olishda badani chiniqtirish bilan bir qatorda ruhiy tarbiyaga alohida urg'u bergan.

Abu Ali ibn Sino "Tarbiya erta bolalik davridan boshlanishi kerak", deb, shuning bilan birga, shaxsni bolaligidan qo'rqqoq, g'amgin yoki juda erka qilib tarbiyalamaslik, ota-ona bola nimani xohlayotganini doimo sezishi va o'sha narsani bolaga yetkazib berishga harakat qilishi, yomon narsalardan esa yiroqlashtirishlari zarurligini uqtirgan. Yuqoridagi qoidalarga amal qilish bola shaxsiyatida zehni o'tkir, tanasi jismonan sog'lom o'sishi, ruhiy barkamoligini ta'minlashini keltirib o'tgan.

"Kitob al-Qonun fit-tib" asarida bir qator kasalliklar kelib chiqishi asab tizimiga bog'liq ekanligi, g'azab, qo'rquv, qattiq siqilishlar organizmni holsizlantirib, turli kasalliklarning yuzaga kelishiga sababchi bo'lishi haqida o'z fikrlar keltirilgan. Fikrlari isboti sifatida quyidagi tajribani o'tkazgan. Bir xil vazndagi, bir juft qo'ylarni ajratib oladi. Birinchi qo'yni oddiy sharoitda, ikkinchisini esa qafasda saqlab, ikkalasini ham bir xil ozuqa bilan boqqan. Qafasdagi qo'yning atrofiga esa bo'ri joylashtirilib, doimi uning atrofida aylanib yurgan. Biroz mudatdan so'ng atrofida bo'ri aylanib yurgan qafasdagi qo'y yem yemay qo'yadi va holdan toyib vafot etadi. Ibn Sino qo'yning o'limiga asosiy sabab doimiy ruhiy zo'riqish va buning natijasida organizmning holdan toyishi sabab bo'lgan, debgan xulosaga kelgan.

Abu Ali ibn Sino deontologiya fani muammolariga ham bag'ishlab ko'p risolalar yozib qoldirgan. Gippokratning temperament haqidagi ta'limotini chuqur o'rganib, quyidagi xulosaga keladi: barcha hayotiy muhim jarayonlarda ikkita qarama-qarshi hodisalar, ya'ni «qaynoq-sovuq» va «quruq-nam» barobar bo'lishi kerak. Agar ular orasida nomutanosiblik boshlansa, mizoj aziyat chekadi va kasalliklar boshlanadi. "Har bir odam ma'lum mizojga taalluqli va bemorni davolayotganda bunga albatta e'tibor qilish kerak", deb yozadi. U kasalliklar rivojlanishida ruhiy omillarga katta e'tibor qaratib, kasallikning har kimda har xil kechishini uqtirib o'tgan va bu holat bemorning mizoji, oilaviy sharoiti, qaysi ijtimoiy tabaqaga mansubligi va qolaversa, uni kim davolayotganiga bog'liq, degan.

Ibn Sino ba'zi odamlarning beixtiyor o'zlarida kasallik belgilarini paydo qilishi va undan aziyat chekib yurishlarini aytib o'tganligi olimlarda katta qiziqish uyg'otgan. Hozirgi zamonda nevrozning ayrim turlari mutafakkir aytgandek rivojlanadi. Ibn Sino shunday degan edi: "Barcha ruhiy kuchlarning manbai va ta'sir qiladigan joyi asabdir, uni ortiqcha zo'riqtirish turli kasalliklarga olib keladi. Bosh miya butun organizm faoliyatini boshqaradi va ruhiyat manbai hisoblanadi".

Ibn Sino risolalarida asab markazlari ichki a'zoldan maxsus uzun tolalar orqali ma'lumot olib turishi va ularning faoliyatini boshqarishi haqidagi ma'lumotlarni uchratamiz. Fikrimizcha, Ibn Sinoning tana va ruhiyatning yagonaligi haqidagi qarashlari hozirgi kunda zamonaviy tibbiyot yutuqlari sababli to'la tasdiqlanib, psixosomatik tibbiyot deb ataluvchi fanga asos soldi.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'XATI:**

1. Z. Ibodullayev «Tibbiyot psixologiyasi» "Credo Print" TOSHEKNT-2019y
2. Nuriddinov Rasuljon Samitjon o'g'li//BO'LAJAK O'QITUVCHILAR RUHIY SALOMATLIGI IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLARINING O'RGANILISHI// Multidisciplinary Scientific Journal. Volume 2, Issue 7, 2023. 311-315 pages.
3. NURIDDINOV Rasuljon Samitjon o'g'li //BO'LAJAK O'QITUVCHILAR RUHIY SALOMATLIGINING IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLARI// Journal of Pedagogical and Psychological Studies, № 4, 2023. 59-62 pages.
4. Nuriddinov, R., Mo'minov, D., & Ostanaqulov, A. (2023). BO 'LAJAK PEDAGOGLAR RUHIY SALOMATLIGINI TAMINLASHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLARI. Scientific Impulse, 1(10), 612-617.
5. Mo'minov, D., Nuriddinov, R., & Ostanaqulov, A. (2023). BADIY ASARLARDA PSIXOLOGIK MANIPULYATSIYANING O'RNI VA AHAMIYATI (LEV TOLSTOYNING "TIRILISH" ASARI MISOLIDA). Scientific Impulse, 1(10), 618-624.