

BEMINNAT DO'ST

Mirkomilova Zebo Murodjon qizi

Toshkent shahridagi Yeju texnika institutining Boshlang'ich ta'lim fakulteti 2-kurs talabasi

Insonlar hayoti davomida ko'plab do'stlar orttirishlari mumkin, biroq bu orttirilgan do'stlarning hammasi ham hayot yo'lingizda sizga to'g'ri yo'l ko'rsata olmasliklari, qiyin damlaringizda yoningizda turib, sizga yordam bera olmasliklari, muammoli vaziyatlarda esa to'g'ri, ma'qul va maqbul qaror qabul qilishingizga yordam bera olmasliklari mumkin. Ammo hayotda insonlarni hech qachon mushkul vaziyatda va tushkunlikda qoldirmaydigan "Beminnat do'stlar" ham bor, shunchaki ularni qidirib topsak va vaqtimizni ko'proq ular bilan o'tkazsak bas. Qolaversa, ularga ajratgan vaqtingizdan boshqa hech narsa talab qilishmaydi.

Ana shunday "Beminnat do'st" haqida taniqli o'zbek yozuvchisi O'tkir Hoshimov shunday ta'rif yozadi: *E'tibor berganmisiz-yo'qmi, bilmadim-ku, sizning sadoqatda tengsiz do'stingiz bor. Qachon xohlasangiz siz bilan hamsuhbat bo'ladi. Shod paytingizda quvonchingizga quvonch qo'shadi. G'amgin pallada dardingizni oladi. Bilmaganingizni o'rgatadi. Adashsangiz, to'g'ri yo'l ko'rsatadi. Yaqin kishilaringiz burilib ketganida ham u sizni tark etmaydi. Xizmati uchun hech narsa tama qilmaydi. Yillar unutib, tashlab qo'ysangiz indamaydi. Hatto, uloqtirib yuborsangiz ham arazlamaydi. Tag'in chorlasangiz, yetib kelib, xizmatingizni qilaveradi. Bu do'stning nomi – KITOB!*

Yana bir axloq-odob borasida buyuk asarlar yaratgan fors donishmandi Muhammad Jabalrudiy kitob haqida shunday deydi: "Ey, aziz! Kishi uchun kitobdan azizroq va yoqimliroq suhbatdosh yo'qdir. Kitob fasohat, balog'atda, latofatda tengi yo'q, munofiqlikdan xoli hamrohdir. Yolg'izlikda va g'amli ayyomlarda munis ulfatdir. Unda na nifoq boru, na gina. U shunday hamdamki, so'zlarida yolg'on va xato bo'lmaydi. Suhbatidan esa kishiga malollik yetmaydi. U o'z do'stining dilini og'ritmaydi. Yuragini esa siqmaydi. U shunday rafiqdirki, kishi orqasidan g'iybat qilib yurmaydi. Uning suhbatidan senga shunday fayzli foydalar yetadiki, bunday foydani odamlardan topa olmasan. Aksincha, aksar odamlar suhbatidan kishiga zarar yetadi. Kitobdek do'st ichida barcha ilmu hilm mujassamdirki, u kishilarni o'tmishdan va kelajakdan ogoh qilib turadi. Shuning uchun ham "Kitob aql qal'asidir".

Darhaqiqat, kitob – umr yo'llarini yoritguvchi so'nmas nur, inson hayotiga mazmun va mohiyat olib kiruvchi saodat manbayi, insonlarga har qanday vaziyatda ham hamroh bo'la oluvchi yagona, ishonchli hamda sodiq do'st. Kitob insoniyat uchun mo'jizalar, tengsiz kashfiyotlar yaratilishi uchun asos bo'lib xizmat qiladi. Aslida kitobning hayotimizda borligining o'zi bir mo'jiza. Kitob so'zining ma'nosi arabchadan tarjima qilinganda maktub degan ma'noni anglatar ekan. Asrlar davomida ulug' mutaffakkir olimlar, donishmandlar kitoblarga turfa xil o'zlariga ma'lum bo'lgan

ma'lumotlarni keyingi yosh avlodlarga meros qilib yozib qoldirishgan. Agar ajdodlarimiz bizga meros qilib qoldirgan kitoblar bo'lmaganida edi, insoniyat hozirgi kunga yetib kelguncha hozirgidek rivojlana olmas edilar, shuningdek, hech qanday kashfiyotlar, tadqiqotlar qila olmagan bo'lar edilar.

Insonning ma'naviy kamolotini ta'minlashda kitob singari kuchli qudratga ega vosita yo'q bo'lsa kerak bu jahonda. Kitob – ma'naviyatni oshiruvchi buyuk kuch. Kitob mutolaasi inson tafakkurining ozuqasidir. Shuningdek, kitob inson ichki olami hamda ruhiyatini poklash, uni yaxshilikka chorlash xususiyatiga ham ega. Ko'p vaqtini kitob mutolaasiga bag'ishlagan insonlar yaxshini – yomondan ajrata oladilar, fikrlari teran, aniq va shu bilan birga kreativ (ijodiy) fikrlash qobiliyatiga ega bo'ladilar. Shuningdek ularda tanqidiy fikrlash, tasavvur va tafakkur qilish, mulohaza yuritish, erkin mushohada qila olish kabi kompetensiyalar yaxshi rivojlangan bo'ladi.

Quyida beminnat do'stimizning insonga, uning sog'lig'iga hamda ongiga ta'sir ko'rsatuvchi ijobiy jihatlari to'g'risidagi qiziqarli va foydali faktlarni ko'rishimiz mumkin.

- Kitob o'qish asabni tinchlantirishda eng samarali usul hamda eng maqbul yechim ekan.
- Kitob mutolaasi inson miya faoliyatini yaxshilash xususiyatiga ega.
- Kitob o'qish insonda kuzatilayotgan tushkunlikka qarshi kurashishda eng samarali usul.
- Mutolaa insonning xulqi hamda axloqini yanada go'zallashtiradi.
- Mutolaa insonlarga hayotdagi maqsadini anglashga yordam beradi.
- Mutolaa jarayoni olingan bilimlar hayotda uchrab turuvchi qiyinchiliklarni yengishda yordam beradi.
- Kitob ongni o'stiradi, uni foydali va kerakli ma'lumotlar bilan oziqlantiradi.
- Kitob inson xotirasini mustahkamlaydi. Bu esa Altsgeymer (asta sekin xotiraning yo'qolishi) xastaligiga chalinishning oldini oladi.
- Kitob so'z boyligini, savodxonlikni oshiradi, yozuvchilik qobiliyatini yaxshilaydi.
- Kitob mutolaasi insonni ezgu ishlar qilishga undaydi.

Kitoblar jonsiz, tilsiz, lekin sodiq do'stlardir. Angliyadagi Sasseks universiteti olimlarining tadqiqot natijalariga ko'ra atigi olti daqiqa kitob o'qish asabiylashishga barham bera olar ekan. Amerika Qo'shma Shtatlarida joylashgan Emori universiteti olimlari esa kitob o'qish inson aqliy faoliyatini, intellektual qobiliyatini yuqori bo'lishi, miyadagi asab tolalari sonini oshira olishi, ya'ni inson kitob o'qigan paytda uning miyasi olinayotgan yangi ma'lumotlarni saqlash uchun yangi tolalar paydo qila olish qobiliyatiga ega ekan. Har safar kitob o'qiganimizda miyamiz har qachongidan ko'ra faolroq ishlar ekan. Yana bir Shotlandiyalik olimlar o'tkazgan tadqiqotlarga ko'ra kitob o'qish insonni stress (ruhiy zo'riqish), depressiyaga (qattiq tushkunlikka tushish, odamda hayotga bo'lgan umidsizlik, odamlarga bo'lgan ishonchsizlik, yolg'izlik kabi salbiy (negativ) xisssiyotlarni uyg'onishi) chalingan bemorlarni davolashda yaxshi natija

berar ekan. Kitob mutolaa qilishni hush ko'radigan insonlar hayotda o'z yo'llarini topa olar ekanlar hamda aniq maqsad qo'yib, umrlari davomida shu maqsad sari olg'a intilar ekanlar.

Taniqli fransuz yozuvchisi Deni Didro “Odamlar kitob o'qishdan to'xtasalar, fikrlashdan ham to'xtaydilar” degan fikrni yozib qoldirgan. Shak shubhasiz kitob fikr, nutq, g'oya, kashfiyotlar manbai hisoblanadi. Yuqorida ta'kidlab o'tilganidek insonlar kitob o'qishdan to'xtashlari bilan ularning ong faoliyatlari ishi susayadi, miyalari esa faol ishlashdan to'xtaydi, bu esa insonlarda fikrlash qobiliyatini yo'qolishiga olib kelishi mumkin. Shu bilan birga, nutqlarida bir qator kamchiliklar kelib chiqishiga sababchi bo'lishi, ya'ni fikrlarini aniq, erkin, tushunarli hamda teran bayon eta olmasliklariga olib kelishi ham mumkin.

Inson uchun kitob o'qish, ilmi bo'lish va undan to'g'ri foydalana olish, ilmni ezgu amallar yo'lida sarflash o'ta muhim. Zero, ilmi insonlar Islom dinida ham ulug'lanadi. Buning isboti sifatida ushbu jummalarni keltira olamiz: Ilmni va olimlarni Alloh taolo Qur'oni karimda madh etib, Mujodala surasida shunday marhamat qiladi: “Alloh sizlardan iymon keltirganlarni, xususan, ilmga berilganlarni darajalarga ko'tarur” (11-oyat). Ushbu oyati karimada bandalarning oliy darajalarga erishishlari uchun iymon va ilm shart qilib qo'yilmoqda. Inson zotining Alloh taolo huzurida darajasi ko'tarilishi omili sifatida birinchi navbatda iymon, keyin esa ilm zikr qilinmoqda. Bundan inson zotiga iymon bilan birga ilm ham zarur ekanligi ayon bo'ladi. Qushning uchishi uchun ikki qanot lozim bo'lganidek, insonning darajasi ko'tarilishi uchun ham ikki qanot- ya'ni iymon va ilm kerak bo'lar ekan.

Ilmi, yuqori darajadagi aqliy salohiyat egalari bilan suhbatlashar ekansiz ular bilan birgalikda har qanday mavzuda qiziqarli suhbat qura olishingiz mumkinligini anglab yetasiz. Ulardagi kreativ fikrlash, mavzuga turli jihatlar va turli tomonlar oraqli yondashishlari suhbatdoshning mehrini qozonishga yordam beradi. Albatta ular bunday darajaga o'z-o'zidan erishmaganlar tinimsiz mehnat, izlanishlar, beminnat do'stlari tomonidan ularga berilgan cheksiz ilmning o'zlashtirilishi natijasida shunday yuqori darajaga ko'tarilganlar.

Bugungi kunda “Telegram” mobil ilovasini yaratgan va unga asos solgan Pavel Durov ham yoshlarga: “Kitob o'qi. Haftada bitta kitob o'qisang, bir yilda ellikta kitob bo'ladi, bu hayotingni tubdan o'zgartib yuborishi aniq”- deya ta'kidlagan. Shu bilan birga milliarder, muhandis va ixtirochi Ilon Maskdan uning erishgan yutuqlari sababini so'rashsa u hech o'ylanib ham o'tirmay “Men doim kitob o'qiyman”, - deb javob bergan. U bolaligida boshqa bolalarga o'xshab o'yinchoq o'ynash o'rniga kitob o'qiganini, hattoki, mehmondorchilikka borishganida ham boshqa bolalarga qo'shilmay, o'sha xonadondan mo'jazgina xona topib, yolg'iz o'zi u yerda kitob mutolaa qilganini aytgan. Qolaversa, u maktabda o'qib yurgan chog'i boshqalarga qo'shilmay ko'p kitob o'qigani, aqlli bola bo'lgani sabab, o'z tengqurlaridan kaltak yeganini ham ta'kidlab o'tgan. Bugungi kunga kelib esa, u milliarderlar qatorida yuqori o'rinni egalladi. Bu esa dunyoni

kitob o'qigan, ilmi, ziyolilar boshqarishidan dalolat beradi va bunga aniq dalil bo'la oladi deb o'ylayman.

Afsuski, bugungi kunda yurtimizda yoshlar uchun kitob o'qish zekirarli mashg'ulot bo'lib ko'rinadi. Ammo mening fikrimcha inson o'ziga, ruhiyatiga hamda dunyoqarashiga mos keladigan kitob o'qisa, kitoblar olami ummoniga o'zi bilmagan holda sho'ng'ib ketishi aniq. Bugungi kunda yoshlarni kitobxonlikka jalb qilish uchun yurtimizda ko'plab ishlar amalga oshirilmoqda. Misol uchun yurtimizda avvalgi yillarda keng miqyosda o'tkazilgan “Yosh Kitobxon” ko'rik tanlovi g'oliblari “Spark” mashinasi bilan mukofotlandilar. Yoshlarga qulay sharoitlar yaratish maqsadida mamlakatimizda bir qator “Book Cafe”lar tashkil etildi. U yerga tashrif buyurganingizda sizga nafaqat ajoyib qahva yoki issiq choy, balki kitob to'la javonini ham taklif qilishadi. Siz bemalol qahva ichib o'zingiz yoqtirgan kitobni mutolaa qilishingiz, do'stlaringiz bilan mushohada qila olishingiz mumkin.

Insonni kitobga mehr-muhabbatli qilib tarbiyalash uchun uni chaqaloqlik paytidanoq unga kitob o'qib berishni boshlash kerak. Bu bolaga yaxshi ta'sir ko'rsatadi, so'z boyligini oshiradi. Ayniqsa, yosh bolalarda kitob o'qish kompetensiyasini rivojlantirish uchun eng avvalo, oila muhim o'rin tutadi. Psixologlarning fikricha, oila a'zolari davrasida birgalikda kitob o'qish jarayonida ota-onalar va bolalar o'rtasida o'ziga xos munosabat o'rnatiladi deb hisoblashadi. Ularning aytishlaricha, bunday munosabat birgalikda televizor ko'rganda aslo paydo bo'lmaydi. Bolada kitobga bo'lgan mehr va qiziqishni uyg'otish uchun kattalarning o'zlari o'rnak bo'lishlari kerak. Bolaga kitob o'qi, kitob o'qimasang hayotda yo'lingni topa olmaysan deb majburlaganimiz bilan uni kitob o'qishga o'rgata olmaymiz. Bolaga kel birgalikda kitob mutolaa qilamiz deb, ovoz chiqarib, kitobdagi qahramonlar obrazlarini jonlantirib o'qishimiz orqali ularni kitob bilan do'st tutunishlariga ko'maklasha olamiz. Shu bilan birga ularning yorqin kelajaklariga mustahkam poydevor qo'ygan bo'lamiz.

So'zimni so'nggida fors- tojik shoiri Abdurahmon Jomiyning kitob haqida yozgan to'rt misrasi bilan yakunlashni o'zim uchun joiz deb bildim va sizlarga ham manzur bo'ladi deb o'ylayman.

Kitobdan yaxshiroq do'st yo'q jahonda,
G'amho'ring bo'lgay u g'amgin zamonda.
U bilan qol tanho hech bermas ozor,
Joningga yuz rohat beradi takror.