



МИЛЛИЙ ИДЕЯ ХЭМ РУЎХЫЙЛЫҚ ТИЙКАРЛАРЫ, ТАРИЙХ, ФИЛОСОФИЯ

ISLOM AXLOQIDA MA'RIFAT VA MA'NAVIY-AXLOQIY TARBIYA MASALALARI

Aripova M.L.

*O'zDJTU "Pedagogika va psixologiya" kafedrasida dotsenti,
pedagogika fanlari nomzodi*

Tayanch so'zlar: islom madaniyati, ruhiy sog'lomlik, tibbiy barkamollik, ma'naviy tarbiya, axloq me'yorlari, sog'lom turmush tarzi, mezon, etik-estetik qadriyatlar, majburiyat.

Ключевые слова: исламская культура, психическое здоровье, медицинское совершенство, духовное воспитание, моральные нормы, здоровый образ жизни, критерии, этические и эстетические ценности, обязательство.

Key words: Islamic culture, mental health, medical excellence, spiritual upbringing, moral standards, healthy lifestyle, criteria, ethical and aesthetic values, commitment.

Резюме:

Ushbu maqolada islom madaniyati allomalarining ma'naviy, ruhiy sog'lomlik va tibbiy barkamollik, yoshlar tarbiyasi va ta'limi haqidagi qarashlari bayon etilgan. Shuningdek, inson salomatligini saqlashning me'yorlari, uning o'ziga nisbatan bo'lgan munosabati, sog'lom turmush tarzi, sog'lom nasl va salomatlik mezonlari haqida fikr-mulohazalar bildirilib, insoniyat ma'naviy qadriyatlariga aylangan asarlar tahlili o'rin olgan.

Резюме:

В данной статье изложены взгляды ученых исламской культуры по духовной, психической и медицинской совершенстве, воспитание и образование молодежи. Также освещаются стандарты охраны здоровья человека, отношению к себе, здоровому образу жизни, здоровому наследию и критериям здоровья, анализируются произведения, ставшие духовными ценностями человечества.

Summary:

This article examines the views of Islamic scholars on spiritual, mental health and medical excellence, upbringing and education of youth. It also highlights the standards of human health protection, attitude towards oneself, healthy lifestyle, healthy heritage and health criteria, and analyzes the works that have become the spiritual values of humanity.

O'zbekiston Respublikasida demokratik davlat va fuqarolik jamiyati qurilishi maqsadi yo'lida sobitqadamlik bilan iqtisodiy, ijtimoiy, siyosiy islohotlar amalga oshirilmoqda. Ana shu islohotlar jarayonining muhim jabhalaridan biri ta'lim tizimidagi tub o'zgarishlar, ta'lim tizimini dunyo ta'limi jarayonlariga integratsiya qilish, yangi davr uchun zarur har tomonlama komil bo'lgan mutaxassis kadrlar

zahirasini yaratish vazifasidir. Jamiyatni modernizatsiya va liberalizatsiya qilish jarayonlarida esa yoshlarning ma'naviy-ruhiy balog'ati, mutaxassislik darajasi, kasbiy mahorati, jismoniy barkamolligiga bo'lgan talab yanada ortib boradi. Dunyoviylik asoslari va demokratik tamoyillarga tayangan barcha davlatlarda insonning turli ijtimoiy, siyosiy, ma'naviy va iqtisodiy ehtiyojlarini qondirish barobarida alohida e'tibor ta'lim va tarbiya sohasiga, shuningdek, sog'lom turmush tarzi qoidalarining kundalik turmush normalari darajasiga ko'tarilishiga qaratiladi.

Kishilik jamiyatining ilk davrlaridayoq inson hayoti va faoliyatini muayyan tartibda yo'lga qo'yish, uning hayot tarziga ta'sir etuvchi turli omillarni o'rganish, inson hayotiga salbiy ta'sir omillaridan o'zini saqlash, uzoq va samarali umr kechirish sabablarini tadqiq etish, inson salomatligini muhofaza qilish va tibbiy bilimlarga ega bo'lish inson ma'naviyatining ajralmas tarkibiy qismi sifatida shakllangan. Agar qadimgi dunyo va o'rta asrlar tabobati ilgari surgan takliflar, g'oyalarni o'rgansak, ular asosan, salomatlik har bir kishining o'ziga bog'liq ekanligiga katta ahamiyat berganligiga guvoh bo'lamiz. Luqmoni Hakimning o'z o'g'liga nasihatlari, Gippokratning sog'liqni saqlash haqidagi tavsiyalari, Aristotelning Aleksandr Makedonskiyga 10 ta maslahatlari, Abu Ali Ibn Sinoning inson tanasini munosib va yoqimli narsalar bilan ta'minlash borasidagi qarashlarida sog'lom bo'lish uchun kundalik turmushda nimalarga e'tibor qaratish lozimligi uqtirilgan.

O'rta asrlarda yaratilgan ko'pchilik adabiy manbalarda sog'lom nasl va salomatlik mezonlariga bo'lgan e'tibor ta'kidlangan. Insoniyat ma'naviy qadriyatlariga aylangan "Kalila va Dimna", "Ming bir kecha", "Qobusnoma", "Guliston" va "Bo'ston", "Bahoriston", "Shohnoma", "Donishnoma", "Qadimgi xalqlardan qolgan yodgorliklar", "Saodatnoma", "Siyosatnoma", "Qutadg'u bilig", "Devonu lug'otit turk", "Hibat ul haqoyiq", "Axloqi Jamoliy", "Xamsa" kabi asarlarda insoniyat etik-estetik qadriyatlari tizimida yoshlar tarbiyasi va ta'limi, ular ma'naviyati, axloqi, salomatlik mezonlari va sog'lom avlodni tarbiyalash majburiyatlari alohida e'tiborli o'rin olgan.

"Avesto" - zardushtiylarning muqaddas kitobi asosida ezgulik kuchlarining boshlig'i Axura Mazdadir. Axura Mazda – eng oliy vujud bo'lib, uning qudrati ulkandir. Insondagi barcha ezgu amallar unga qilingan e'tiqod orqali o'zini namoyon etadi. Axura Mazdaning oltita eng yaqin yordamchilari bor. Ularni "Amesha Spenta" deb ataladi. Ana shu yodramchilarning beshinchisi – Harvatat – salomatlikdir. Salomatlik, ya'ni Harvatat, zardushtiylik bo'yicha ezgu fikr, yuksak haqiqat, munosib qudrat, ya'ni hokimiyat, muqaddas itoatdan so'ng keladi. Ezgulik kuchlarini esa mangulik tugatadi. Zardushtiylik bo'yicha, insonning asosiy vazifasi – ezgulik kuchlari va maqsadlariga xizmat qilishdan iboratdir. Demak, salomatlikni saqlash insonning eng asosiy ezgu ishlaridan hisoblanadi, inson o'z



salomatligiga yaxshi amal sifatida munosabatda bo‘lishga majbur. Zardushtiylik dini va uning muqaddas kitobi “Avesto”da dunyoning moddiy asosi hisoblangan yer, suv, olov va tuproq ulug‘langan. “Tuproq va havo shunday e‘zozlanganki, havoni bulg‘ash, iflos qilish, yerga hayvonlar o‘ligi, odamlar jasadini ko‘mish, suvga oqizish katta gunoh va jinoyat hisoblangan”. “Avesto”da “tanalaringizga nisbatan qalbingiz haqida ko‘proq qayg‘uring”, “Har bir inson kuniga besh marta yuvinib, poklanib, quyoshni olqishlab sig‘inishi shart”, deyilgan. “Bu an‘ana besh vaqt namoz shaklida islomga zardushtiylikdan o‘tgan”. Shuningdek, don ekib, insonlarga rizq bergan odam ulug‘lanadi. “Devlarni mag‘lub qilish uchun xonadonda ham doim unli ovqat bo‘lishi lozim”, deyiladi.

“Avesto”da qarindoshlarning o‘zaro oila qurishi ta‘qiqlangan, avlodlarning sog‘lom, benuqson tug‘ilishiga katta e‘tibor berilgan. Farzand ko‘rish, ularni bilimli, odobli qilib tarbiyalash targ‘ib qilingan. “O‘z nafsini yengib, jilovlay olmagan kishi, hech narsa ustidan g‘olib chiqolmaydi”, deb hisoblangan.

“Xurda Avesto”da o‘ttiz farishtaga bag‘ishlov mavjud, ulardan yettinchi farishta Murdod – yaxshi tarbiya ishlari homiysi, sakkizinchi – Dodor – yaxshi ishlar manbai hisoblangan. “Avesto”dagi Rapi-tavn Ofarinlarida inson uchun eng ulug‘ mukofot uning tirikligidir, deb belgilanadi. Zardo‘sh-tga savol beriladi: “Kishi tirikligida qanday andozadan bahra oladi?”. Mazkur savolga javob inson hayotining qadru - qimmatiga bag‘ishlangan javoblar silsilasidan iboratdir. Javoblar ichida “tabiat bilan birgalik, tabiat bag‘ishlaydigan xursandlik kishining tiriklikdan topadigan oliy bahrasidir”, deyiladi. “Avesto”da sog‘lomlik asoslari va sog‘lom avlod masalalari quyidagi negizlarga tayanadi:

- salomatlikni hayot ne‘mati sifatida anglash va qabul qilish, salomatlikni asrash muqaddas ezgulik ekanligi;
- onaga bo‘lgan muqaddas munosabat;
- ona sutiga bo‘lgan muqaddas munosabat;
- farzandni jismoniy baquvvat va axloqiy yetuk qilib o‘stirish;
- insonga qo‘yiladigan ijtimoiy-axloqiy talablar tizimining ishlanganligi.

Ma‘lumki, Buxoro, Samarqand, Qashqadaryo vohalari, Zarafshon daryosining yuqori oqimidagi Panch viloyati qadimda (miloddan avvalgi XII-XI asrlar) So‘g‘d mamlakati deyilgan. Ana shu qadimiy madaniyatning yozma manbai sifatida, umumiy nom bilan ataladigan qadimiy “So‘g‘d yozma yodgorliklari” bizning davrimizgacha saqlanib qolgan. Ularda islomga qadar ajdodlarimizning e‘tiqodlari, ishonch, orzu-umidlari, ezgulikni ulug‘lash va qabohatni qoralash borasidagi o‘ziga xos tafakkurlari aks etgan. Mazkur yozma yodgorliklarning bir parchasi “Mast qiluvchi ichimliklarni qoralash sutrasi” deb atalib, unda ichimlik ichish tufayli inson qanday baxtsizliklarga duchor bo‘lishi haqida gap boradi. Asar ichkilikbozlikka qarshi axloqiy normalardan tashkil topadi. Asarda “mastonalik

tufayli hatto xudolar ham o‘z makonlaridan do‘zax tomon tushadilar”, deb ta’kidlanadi. Asarning mana bu o‘rinlari bugungi kunda ham o‘z mazmuni va dolzarbligini yo‘qotmagan: “Mast qiluvchi ichimlik ko‘zni xira, tilni duduq, quloqni kar, qo‘lni quvvatsiz, oyoqni esa akashak qiladi va o‘zi sezmaganda holda odamni o‘lim tomon yetaklaydi”. Demak, eramizdan oldingi davrlardayoq zararli odatlarning mudhish oqibatlarini bilishgan va ularga qarshi inson ko‘zini ochib berishga intilish bo‘lgan.

Salomatlik asoslari va sog‘lom turmush tarzi ta’limotida islom madaniyati vakillarining o‘rni va mavqei ham o‘ziga xosdir. Islom madaniyati inson hayotining turli qirralarida jamiyat taraqqiyoti va ilm-fan rivoji uchun ulkan hissa qo‘shgan davr hisoblanadi. Islom madaniyati allomalarining salomatlik borasidagi qarashlari ham inson sivilizatsiyasining eng yetuk qadriyatlari sifatida ardoqlanadi.

Sharq mutafakkirlaridan Muhammad Muso al-Xorazmiy (782-847), Abu Nasr Farobiy (870-910), Abu Rayhon Beruniy (973-1048), Abu Ali ibn Sino (980-1037), Yusuf Xos Hojib (XI asr), Ahmad Yugnakiy (XII-XIII asrlar), Pahlavon Mahmud (1247-1325), Mahmud Qoshg‘ariy (XI asr), Alisher Navoiy (1441-1501), shuningdek, islom madaniyati va islomiy ilmlarning buyuk namoyondalari Imom al-Buxoriy (810-870), Hakim at-Termiziy (750/760-869), Az-Zamaxshariy (1075-1144), Imom al-Moturudiy (870-975), Burhoniddin Marg‘inoniy (1116-1197), buyuk mutasavvufalar Najmiddin Kubro (1145-1221), Ahmad Yassaviy (taq. 1050-1166/7), Yusuf Hamadoniy (1048-1140), Xoja Abduholiq G‘ijduvoniy (XII asrning birinchi choragi-1220), Xoja Bahouddin Naqshband (1318-1389), So‘fi Olloyor (1644-1721) va boshqalarning ilmiy-nazariy qarashlari sirasida sog‘lom turmush tarzining turli aqidalari va qonuniyatlari, xususan, yosh avlodni sog‘lom tarbiyalash mezonlari, ma’naviy va tibbiy barkamollik asoslari, ma’naviy va ruhiy sog‘lomlikni yuzaga keltiruvchi va shakllantiruvchi pedagogik faoliyat mazmuni o‘z aksini topadi. Buyuk alloma Muso al-Xorazmiy “Kitob surat al-arz” asarida dunyo tabiati, okeanlar, qit‘alar, ekvatorlar, cho‘llar, daryo va dengizlar haqida qimmatli fikrlarni berib o‘tadi.

Ma’lumki, Sharq tabobati juda uzoq o‘tmishga ega. O‘rta asrlarda sharq tibbiyot ilmi va sog‘lomlashtirish mezonlari bo‘yicha asarlar yozgan olimlardan Hunayn ibn Ishaq (808-877), Abu Bakr ar-Roziy (865-925), Ishaq al-Isroiliy (932 yili tug‘ilgan), Rabi’ al-Buxoriy (vafoti 983 y), Abu Mansur al-Qumriy (vafoti 990 y.), Abulhayr ibn Xammor (942-1030), Abu Salh al-Masihiy (970-1030) kabilarning ilmiy merosi bizning davrimizgacha yetib kelgan.

O‘rta asrlarning buyuk donishmand mutafakkirlaridan biri Abu Ali Ibn Sinodir. U o‘z davrining ximiya, astronomiya, musiqa, adabiyot, fizika, mantiq, matematika, botanika, farmakologiya, geologiya, psixologiya kabi o‘nlab fanlarning rivojiga ulkan hissa qo‘shgan bo‘lib, o‘z davridan keyingi fanlar tasnifi va takomilini



belgilab bergan allomalardandir. Uning bosh kitoblari “Tib qonunlari”, “Kitob ash-Shifo”, “Kitob un-najot”, “Donishnoma”lar bo‘lib, ularda olimning falsafiy-tibbiy qarashlari bayon qilingan. Olim inson salomatligi to‘g‘risidagi fanning asoschisi hisoblanadi. Chunki uning asarlarida salomatlikni saqlash me‘yorlari va profilaktik tibbiyot tamoyillari belgilab berilgan. Ibn Sino salomatlikni asrash faoliyati bilan inson butun umr davomida shug‘ullanishi lozimligini e‘tirof etgan, inson salomatligi esa uning sog‘lom turmush tarziga asoslanishi lozimligini uqtirgan. Shu bilan birga, qarilik, uning xususiyatlari, uzoq umr ko‘rish va umrni uzaytirish uchun lozim bo‘lgan tibbiy-psixologik va ruhiy-jismoniy omillarni ishlab chiqish orqali Ibn Sino gerontologiya faniga asos solgan.

Alloma Ibn Sino salomatlikni saqlash va kasalliklarning oldini olish bo‘yicha juda ko‘p ilg‘or va ibratli fikrlarni bildirgan. Kishi organizmiga tashqi muhitning ta‘siri muhimligini bilgan alloma, ba‘zi kasalliklarning havo va suv orqali yuqushi mumkinligini e‘tirof etadi. Olim jismoniy tarbiya bo‘yicha alohida o‘ziga xos mashqlar tizimini ishlab chiqqan. Uning fikriga ko‘ra, “Badantarbiya bilan mashg‘ul bo‘linsa, hech qanday dori-darmonga zarurat qolmaydi, buning uchun muayyan bir tartibga rioya qilmoq zarur”. Ibn Sino: “Badantarbiya va o‘zni tiyish tufayli ko‘p odam tabobatga muhtojlik sezmaydi”, deb uqtirgan. Badantarbiyani tark etish insonni xarob qilishi, chunki bu hol harakatsiz qolgan a‘zolarining quvvatining zaiflashishiga olib kelishi to‘g‘risidagi g‘oyalar ham Ibn Sinoga tegishlidir. Ulug‘ mutafakkirning “Kasallikni emas, kasalni davolash zarur”, “Tabiat sog‘lomlashtiradi, tabib davolaydi”, “Dardning oldini olish, uni davolashdan ko‘ra osonroqdir” deb aytgan fikrlari shu bugun ham o‘z kuchi va qimmatini yo‘qotgan emas. Ibn Sino “shoir tilning amiridir, tabib tana podshohi” deb biladi. Ibn Sino inson hayotidagi ikki ne‘mat haqida gapiradi:

Dunyoda insonga eng katta ne‘mat,
Biri tinchlik bo‘lsa, boshqasi sihat.

Olim salomatlikni saqlashda sog‘lom turmush tarzining nechog‘li ahamiyatli ekanligiga juda katta baho bergan. Abu Ali ibn Sino sog‘liqni saqlash ishini - san‘at deb atagan. Xuddi Gippokrat kabi Ibn Sino tibbiyot ilmini san‘at deb atash orqali tibbiyotning nafaqat ilm, balki insonning o‘ziga nisbatan bo‘lgan munosabatining tartibli majmuini san‘at darajasiga ko‘targan. Uning fikriga ko‘ra, salomatlikni saqlashning asosiy mahorati inson hayoti uchun muhim bo‘lgan umumiy omillar mo‘tadilligini ta‘minlashdan iboratdir. Alloma salomat bo‘lish uchun yetti asosiy tadbirlarga amal qilish lozim deb hisoblagan. Ularning ichida, tana mutanosibligi, ya‘ni odam mijozini mo‘tadil holga keltirish asosiy o‘rinni egallagan. Inson salomatligi uning oziq-ovqat va ichimlikni to‘g‘ri tanlashiga ham bog‘liq ekanligi ta‘kidlangan. Organizmni chiqindilardan tozalash salomatlikning zaruriy ehtiyojlaridan qilib belgilangan. Shu bilan birga, tana vaznini mo‘tadil saqlash,

ortiqcha semizlik va ortiqcha ozgʻinlik qoralangan. Inson salomatligini saqlashning muhim shart-sharoitlaridan biri qilib atrof-muhit va inson nafas oladigan ob-havoni ozoda saqlash belgilangan. Atrof-muhitning inson salomatligiga ijobiy va salbiy taʼsiri ilmiy tahlil qilingan. Shu bilan birga, kiyinish tartibi ham inson salomatligini saqlashning meʼyorlaridan qilib belgilangan. Shu bois, olim kiyimni faslga moslashtirib kiyish lozimligini taʼkidlagan. Inson salomatligini moʻtadil saqlashning zaruriy elementlaridan biri qilib, jismoniy harakatlar mutanosibligini saqlash va ularga rioya qilish belgilangan.

Demak, Ibn Sino inson salomatligini saqlashning meʼyorlari ichida uning ovqatlanish tartibi, tana vaznining ortiqcha boʻlib ketmasligi, atrof-muhit, yaʼni inson salomatligiga taʼsir etuvchi ekologik vaziyatlar, kiyinish madaniyati va koʻnikmalar, gimnastika va badantarbiyani bosh omillar qilib belgilaydi. Inson salomatligini saqlashdagi olim taʼkidlagan bosh xususiyatlardan biri jismoniy mashqlar bilan shugʻullanish, ovqatlanish tartibini saqlash, uyqu tartibiga rioya qilishdir. Demak, inson salomatligini saqlashning uch asosiy unsuri – jismoniy mashqlar, ovqatlanish va uyqu, deb taʼkidlanadi. Shu bois, Ibn Sino “Harakatdagi tanaga davvo kerak emas”, deb aytadi. Ibn Sino bolalarni chiniqtirish va ularga jismoniy mashqlar oʻrgatish ular salomatligining asosi ekanligini taʼkidlaydi. Olim tanadagi har bir aʼzoga oʻziga xos jismoniy mashqlar mavjudligi haqida gapiradi. Ibn Sino jismoniy tarbiya nazariyasi va uning asoslari boʻyicha oʻz kodeksi, yaʼni qonuniyatlar tartibini yaratadi. Olim nafaqat bolalar badantarbiyasi, balki balogʻatga yetgan kishilar va keksalar jismoniy rivojlanishi va tarbiyasi haqida ham gapiradi. Badantarbiyaning turlari, inson jismiga hammomning taʼsiri, massajning zaruriyati kabi masalalar ham inson salomatligini saqlash va umrni uzaytirish omillaridan qilib belgilanadi. Xulosa shuki, inson salomatligini muhofaza qilish va tibbiy bilimlarga ega boʻlish inson maʼnaviyatining ajralmas tarkibiy qismi boʻlib, axloq meʼyorlariga rioya qilish, ruhiy sogʻlomlik, sogʻlom naslga eʼtibor, tibbiy barkamollik yoshlar tarbiyasi va taʼlimida zaruriy shartlardan hisoblanadi.

Adabiyotlar:

1. Hoji Ismatulloh Abdulloh. Markaziy Osiyoda islom madaniyati. –T.: Sharq, 2005, 384 b.
2. Anvar Hojiahmedov. Jannat kaliti. –T.: Movarounnahr, 1998, 206 b.
3. M.N.Nuriddinov. Из истории общественно-философской мысли в XVI-XVII веках. –T.: Ibn Sino, 1996, 216 b.
4. H.Homidiy. Tasavvuf allomalari. –T.: Sharq, 2004, 208 b.
5. N.Komilov. Tasavvuf. Ikkinchi kitob. –T.: Gʻafur Gʻulom nomidagi adabiyot va sanʼat nashriyoti, 1999, 204 b.
6. Umarzoda Muhsin. Avesto sirlari. // Jahon adabiyoti, 1997, 4-son, -B. 199-200.