

Ибн Синонинг илмий меросида замонавий психология



17:43 / 05.09.2023 3661

«Бекорчилик ва айш-ишрат нафақат нодонликка олиб келади, Айни вақтда касалликнинг туғилишига ҳам сабаб бўлади».

Абу Али ибн Сино

Абдуллоҳ ибн Ал-Ҳасан ибн Али ибн Синонинг илм-фан ва маданиятга қўшган ҳиссаси рад қилиб бўлмас фактдир. У улкан билимлар манбаига эга бўлиб, турли фанларда кашфиётлар қилди. Абу Али ибн Синонинг қимматли мероси жаҳон цивилизацияси тараққиётида ҳал қилувчи ўринни эгаллайди. Ибн Синодек буюк мутафаккир ҳақида сўз борар экан, албатта, унинг ҳаёти ва илмий фаолиятига назар ташлаш фойдадан холи бўлмайди.

Абу Али ал-Хусайн ибн Сино (Авиценна) докторлар отаси номи билан дунё бўйича тан олинган қомусий олим ҳисобланади. У файласуф ва даҳо сифатида психология, тиббиёт, геометрия, кимё, шеърят ва бошқа соҳаларга инновацион ғоялар ва замонавий ёндашувларни олиб кирган.

У 980 йили Бухоро яқинидаги Афшона қишлоғида туғилди. Ибн Сино ёшлиқдан илмга чанқоқ ва жуда зеҳнли бўлган. У ўзидан аввал ўтган Шарқ мутафаккирларининг асарларини чуқур ўрганиш билан бирга, қадимги юнон табиий илмий, фалсафий меросини, хусусан, Аристотел, Эвклид, Птолемей, Гален, Гиппократ, Пифагор, Порфирийларнинг асарларини ҳам кунт билан ўрганди. 16-17 ёшидаёқ Ибн Сино машҳур табиб – ҳаким бўлиб танилди.

У кейинчалик Ўрта Осиё ва Эронда яшаган, турли ҳукмдорлар пайтида табиб ва вазир бўлган. Ибн Сино рисоалари Шарқ ҳамда Ғарбда бағоят машҳур.

Ибн Синонинг замонавий медицинага қўшган ҳиссаси жуда улкан бўлиб, унинг асарларидан XVI асргача Европада тиббиётни ўқитишда асосий манба сифатида фойдаланилган.

Ибн Сино «Тиббиёт фани қонуни», «Дори воситалари», «Хатоларни тўғрилаш ва огоҳлантириш орқали турли усулларда олиб ташлаш», «Табобат ҳақида дoston», «Томир уруши ҳақида рисола» каби тиббиётга оид кўплаб асарлар ёзган. Унинг бир касалликни бошқа бир касалликни чақириш йўли билан даволаш усули диққатга сазовордир. Масалан, у тутқаноқни даволашда тўрт кунлик иситма билан оғришни фойдали деб билади. Австриялик психиатр Й. Вагнер (1857—1940) шундай усулни қўллаб, захм касаллигини безгакни юқтириш орқали даволагани учун 1927-йилда Нобель мукофотига сазовор бўлган.

Буюк олим умрининг сўнгги йилларида феодал урушлар кучайиб кетганлиги, ижтимоий-сиёсий ҳаётда ўзи ҳам фаол қатнашганлиги туфайли у Исфаҳон, Рай, Ҳамадон шаҳарлари орасида сарсон-саргардонликда юриб, 1037 йил 18 июнда Исфаҳон шаҳрида 57 ёшида қулунж касаллигидан вафот этди.

Ибн Синонинг тиббиётда қолдирган мероси қанчалик катта бўлса, ҳозирги замонавий психология илмига қўшган ҳиссаси ҳам улкандир. Ибн Синонинг илмий меросида инсоннинг руҳий ҳолати ва унинг психологияси ҳақида тўхталмаслигининг иложи йўқ эди. Чунки у азалдан инсоннинг руҳияти

танасининг саломатлиги билан узвий боғлиқ эканлигини яхши англаган.

Ибн Сино темперамент ва инсон характери ҳақида ўз таълимотини ишлаб чиққан. Унга кўра, инсон мизожи тўртга бўлинади: иссиқ, совуқ, нам ва қуруқ (замонавий психологиядаги тўрт темпераментга мос равишда). Оддий мизож турлари билан бирга, Ибн Сино яна тўрт мукамал мизожни ажратиб, улар организмдаги тўрт суюқликдан бири (қон, шиллиқ, сариқ ва қора сафро) устун келишига кўра тусланишини баён қилган.

Касалликларни келиб чиқишини аниқлашда ҳам Ибн Сино ушбу тўрт мизожга эътиборини қаратган ва хулосаси шундай бўлганки, агар организмда мизожга кўра мувозанат бузилган бўлса, албатта буни ортида инсон касалланишини ва бу ҳолат унинг руҳиятида акс этишини айтиб ўтган. Оддий бир мисол келтирадиган бўлсак, агар инсон иссиқ мизож бўлсаю, иссиқлик берадиган қалампирни меъёрдан кўп истеъмол қилса, организмдаги баланс бузилади ва ўша инсоннинг хулқида ўзгариш пайдо бўлиб, баттар жаҳлдор ва тез асабийлашадиган бўлиб қолади. Бу унинг танасида иссиқлик миқдорининг ошиб кетганлиги билан боғлиқ.

Ибн Синонинг психологик назариялари орасида энг машҳур ва қизиқарлиларидан бири бу унинг физиологик эҳтиёжлар (ейиш, ичиш ва жинсий хоҳиш), когнитив ва ахлоқга алоқадор (алтуризм, камтарлик, ўзини ҳурмат қилиш) эҳтиёжларнинг ўзаро боғлиқлиги ҳақидаги мулоҳазаларидир. У ўзининг «Ал-ишорат ваттанбиҳот» («Ишоралар ва танбиҳлар») асарида ушбу эҳтиёжлар Масловнинг эҳтиёжлар пирамидасига бироз ўхшаш аммо содда икки босқичли пирамидага ажратган. Ибн Сино ушбу асарда қуйидаги муҳим хулосани айтиб ўтган. Я'ни инсондаги энг кучли эҳтиёжлар бу физиологик эҳтиёжлардир. Аммо шундай пайтлар бўладики, инсоннинг психологик эҳтиёжлари ушбу майллардан устун қўйилади. Когнитив жиҳатдан қониқишга эришиш учун овқатдан воз кечиши мумкин. Масалан, шахмат ўйинида ўйинчини қорни жуда оч бўлса-да, шахматни яқунлашни таомланишдан устун қўяди ёки баъзан инсон ўзи оч бўлса-да, бошқаларни тўйдиришни биринчи навбатга қўяди. Демак, инсонда психологик эҳтиёжлар ва қадриятлар физиологик ва материал хоҳишлардан кучлироқ экан.

Ибн Сино тана ва онг ўртасида боғлиқликни жуда яхши англаган бўлиб, сурункали эмоционал стресс инсонда соматик касалликларни, жумладан, иммунитетнинг пасайишига сабаб бўлибгина қолмай, инсоннинг психологик саломатлигида муаммоларга сабаб бўлишини айтиб ўтган. У ўзининг асарларида тиббиёт учун психология жуда муҳимлигини

таъкидлаган ва психологик ишларида инсон қалбининг ҳолатини аҳамияти, онг, интеллект ва бошқа функциялар ҳақида мулоҳазаларини келтириб ўтган. Масалан, «Китоб аш-Шифо» асарида физиологик касал бўлган инсонларни кучли идрок орқали тузалиб кетганликларини кузатганини айтган. Руҳий жиҳатдан касалланган инсонлар эса ўзларининг физиологик саломатликларини қотиб қолган нотўғри фикрлар орқали йўқотганликларини таъкидлаган.

Ибн Сино фаолиятида бирор тўхтамга келиш учун юнон файласуфларининг асарларидан фойдаланиш билан бирга Қуръонга ҳам таянган. Шундай кенг миқёсдаги хилма-хил манбалар унинг турли хил даволаш техникаларини яратишга имкон берди. У соғлом ҳаёт тарзини олиб бориш ҳамда психологик касалликларни даволаш учун медитация, ўзини англаш, диалог, визуализация ва аффирмация каби методлардан фойдаланишни қайта-қайта тавсия қилган. У истерия, мания, эпилепсия, хавотир ва депрессияни даволашда қўллаган психотерапевтик техникалар орадан минг йил ўтсада, ушбу касалликларни даволашда психиатрия ва психотерапияда қўлланилиб келинмоқда. Ибн Сино баъзи касалликларни даволашда беморнинг руҳиятидаги эмоционал низоларнинг манбаини қидирган. Бунинг учун бемор одатда қўрқадиган ва ташвишга тушадиган сўзлар жамланмасини тузиш орқали аниқлаган. Масалан, у анорексия неврози билан касалланган шахзодани даволашда беморда хавотир ҳиссини ошишига сабаб бўлувчи сўзлар пирамидасини тузади (кам хавотир уйғотадиган сўздан энг кучлиси томон). Ҳар бир сўзни айтади ва ўша сўзни эшитиб турган шахзодани пульсини бармоғи орқали ўлчаб боради. Пульс энг тезлатган сўз хавотирга триггер(қўзғовчи) сўз ҳисобланади. Муаммога сабаб бўлаётган триггер аниқлангач, у ўша муаммо устида ишлашни бошлар эди. У бир вақтнинг ўзида ҳам инсонни хавотир ҳисси билан курашиб ҳам уни вегетатив нерв системасини бўшаштиришнинг иложи йўқ деб ҳисоблайди. Хавотирни йўқ қилиш учун дастлаб танани бўшаштириш зарур, шундагина нерв системасидан келадиган кучли реакция ўз-ўзидан кучсизланади дея таъкидлаган.

Ибн Сино шок, қўрқув каби психологик касалликларни даволашда мушқатерапиядан фойдаланишни асосини яратган. Ҳайвонлардан фарқли равишда инсонда физиологик эҳтиёжларини енгил учун куч мавжуд дейди.

Бундан ташқари у психосоматик касалликлар, хотира бузулишлари, галлюцинацияларни ҳам ўрганган бўлиб, унинг ишлари психотерапиянинг

негизини ташкил қилган. Ибн Сино ўлим туфайли юзага келадиган хавотирни ўрганган ва уни умумий қўрқув деб атаган. Ўлимга бўлган хавотирнинг кучли бўлишига Эта когнитив омилларни келтириб ўтади. Бунда инсон онгидаги қуйидагича нотўғри фикрлаш содир бўлади. Биринчиси, ўлим аслида нима эканлигини яхши англамаслик, иккинчиси, ўлимдан кейинги ҳаёт ҳақида ноаниқ фикрларга эга бўлиш, учинчиси, ўлимдан кейин инсоннинг қалби ёки юраги тўхташи ҳақидаги фикрларнинг мавжудлиги. Унинг таъкидлашича, инсонда ўлим туфайли юзага келадиган хавотирнинг даражаси унинг ўлим ҳақидаги фикрлари ва билимига тўғридан-тўғри боғланган.

Ушбу фикрлар замонавий психотерапияда кенг қўлланиладиган когнитив биҳевиористик назария билан деярли бир хил, яъни инсон нима ҳақида нотўғри тасаввурга ҳамда етарли тушунчага эга бўлмаса, бу унинг хулқ-атвориغا таъсир қилмай қўймайди.

Ушбу муаммони бартараф қилиш учун эса инсонда ўлим ҳақида шаклланиб қолган нотўғри қарашларни тўғрилаш лозимлигини ва ўша инсоннинг эътиқод ва қадриятларини инобатга олган ҳолда ўлим ҳақида тасаввурни кенгайтириш кераклигини айтиб ўтган. Ибн Сино онг, тана муаммоларини ўрганишга ҳам жуда кўп вақт сарфлаган. Ибн Сино инсон онги кўзгуга ўхшайди ва у фаол интеллект, яъни фикрлаш ёрдамида билимни акс эттириш қобилиятига эга деб ҳисоблаган. Қанча кўп ўйлаганимиз сари онгимиз ойнаси тиниқлашиб, сайқаллашиб боради деб таъкидлайди. Бундан ташқари онг танани бошқаради ва иккаласи ўртасида пирамидасимон боғлиқлик бор. Кучли ҳис-туйғулар келажакда содир бўладиган воқеа ҳодисаларга таъсир ўтказади. Масалан, бирор инсон ўзини муваффақиятсизликка учрашига ишонса, унинг муваффақиятсизлик эҳтимоли ортади.

Ибн Сино психик бузулишлар ҳақида ҳам фикр юритган. У меланхолияни инсоннинг ҳар нарсадан шубҳа уйғотадиган бузилиш ва одатда маълум турдаги фобиялар билан араллашиб кетадиган касаллик деб ҳисоблаган. Унинг фикрича инсондаги ғазаб меланхолиядан манияга ўтганда пайдо бўлади. Бунинг сабаби инсон миясида намликнинг юқори эканлиги. Нафас олиш орқали мияга намлик етиб боради. Агар бу жараён меъёридан ошса, инсонда психик бузулишларни келтириб чиқариши мумкин. Ибн Сино жуда кўплаб руҳий бузулиш ва касалликларнинг келиб чиқиш тарихини ғарбдан бир неча аср олдин англаган ва ўз асарларида келтирган. Бундан ташқари касалликларни келиб чиқишида неврологик бузулишлар ётиши

мумкинлиги ҳақидаги бир неча гипотезаларни илгари сурган. Аммо ислом динида инсон бошини кесишга таъқиқлар бор. Ибн Сино севги бузулишлари ҳақида ҳам ёзган. Бунинг сабаби сифатида ўзининг диний эътиқодини акс эттирувчи маълумотларни келтирган. Яъни, инсон Яратгандан бошқа бирор нарсага кучли муҳаббат қўйиши охири уни хароб қилишини таъкидлаган.

Хулоса

Ҳозирги кунда одамлар орасида оммалашаётган психология илмини кўпчилик Ғарбдан кириб келганлигига ишонади. Аслида эса Ғарб кўплаб илмларни мусулмонлардан ўрганганидек, психологиянинг негизини ҳам мусулмон олимларининг асарларидан ўрганган ва бунга бутун тарих гувоҳлик беради. Ғарбда олиб борилган илмий ишларда мусулмонларнинг меросидан фойдаланган бўлса-да, аксарият ҳолларда аниқ манба кўрсатилмаган ёки беркитилган, хатто баъзи ҳолларда нотўғри кўрсатилган ҳам. Ҳозирги замонавий психология тарихини ҳам ўрганиладиган бўлса, жуда ғайриоддий фактга гувоҳ бўлишингиз мумкин. Ғарб олимлари психологиянинг тарихини Антик даврга, яъни юнон файласуфларига тақалишини таъкидлайди. Албатта, бу илмий факт аммо антик даврда пайдо бўлган психология орада бир муддат «йўқолиб» қолади ва бирдан XIX асрда тўғридан-тўғри Европа уйғониш даврида пайдо бўлади. Шу билан психология Карл Рожерс, Виллиам Жеймс, Павлов ва Фрейд таълимотида ривожланади. Гўёки орада қолиб кетган асрларда психология мавжуд бўлмагандек. Аслида ўша даврда мусулмон оламида илм-фан чўққига чиққан, психология ҳам шулар жумласига киради. Ушбу жадвалда ана шу «йўқолган тарих» бироз бўлсада, кўз ўнгимизда намоён бўлади.

Ислом тарихи ва Ғарбда психология соҳасида ўрганилган мавзуларни давр жиҳатидан қиёсланган ҳолати

ISLOM TARIXI VA G'ARBDA PSIXOLOGIYA

<i>№</i>	<i>Musulmon olimlar</i>	<i>Mavzu nomi (G'arb psixologiyasiga ko'ra)</i>	<i>G'arb olimlari</i>
1	At-Tabariy (IX asr) Ar-Roziy (IX asr) Ibn Sino (XI asr)	Psixoterapiya, psixiatriya	Joan Veyer (XVI asr) Tomas Sidengam (XVII asr) Zigmund Freyd (XIX asr) Vilgelm Vund (XIX asr)
2	At-Tabariy (IX asr)	Bolaning rivojlanishi	Jan Piyaje (XIX asr) Lev Vgotskiy (XIX asr)
3	Al-Balhiy (IX asr)	Kognitiv terapiya	Albert Elliz (XX asr) Aron Bek (XX asr)
4	Al-Farobiy (IX asr) Ibn Xaldun (XIV asr)	Sotsiologiya, Sotsial Psixologiya	Norman Triplet (XX asr) Kurt Levin (XX asr)
5	Al-Kindiy (IX asr) Al- Balhiy (IX asr)	Depressiya	Robert Burton (XVII asr) Emil Krapelin (XIX asr)

Фойдаланилган манбалар рўйхати:

- 1.«Ўрта Осиё мутафаккирларининг ҳаёти ва ижоди» хрестоматияси
2. «Маънавият юлдузлари». Абдулла Қодирий номидаги халқ мероси нашриёти, Тошкент, 1999.
3. <https://arboblar.uz>
4. «Understanding Islamic perspective of mental health and Psychotherapy». Journal of Psychology in Africa.P. 101-111. 2006.
5. Journal of Religion and Health, 43(4),P. 357-377. 2004.
6. «Avicenna: Leading physician and philosopher-scientist of the Islamic Golden Age».Rosen Publishing. New York. 2017
7. «Applying Islamic principles to clinical mental health care». Vanderbilt Avenue, New York, 10017

Мақола муаллифи: Муштарий Абдуллаева