



UDK: 371.3:004

Rayxan RAZAKOVA,
UrDU mustaqil izlanuvchisi
E-mail: rayxan@mail.ru

O'zbekiston-Finlandiya pedagogika instituti professori J.Eshnazarov taqrizi asosida

SHARQ MUTAFAKKIRLARI ASARLARIDA KEKSALAR MUAMMOLARIGA OID YOLG'IZLIK HISSINING TAHLILI

Annotatsiya

Ushbu maqolada qadimgi davr va sharq mutafakkirlari asarlarida keksalar hamda keksalar muammolariga oid yolg'izlik hissining tahlili xususida so'z yuritiladi. Ayniqsa keksalik davrida yolg'izlik hissining kuchayishi ko'p uchraydi va bu holat insonning hayoti sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Keksalar – faxrimiz, har bir avlod rishtasini bog'lab kelayotgan, uni mustahkamlash uchun bor kuch-g'ayratini sarflayotgan kishilardir. Ularning ijtimoiy hayotimizda tutgan o'rni va salohiyati, yosh avlod tarbiyasida tutgan benazir roli juda katta. Yillar osha, umr so'qmoqlaridan donishmandlik fasliga sog'-omon etib kelgan nuroniy, munis otaxon va onaxonlarning jamiyatimiz faxri, oilalarimiz charog'boniga aylanayotganining asl siri ham shundadir.

Kalit so'zlar: “Keksalik” tushunchasi, keksalik hodisasi, gerontologiya, ota-ona, ma'naviy meros, yolg'izlik sabablari, ruhiy salomatlik, hissiy qo'llab-quvvatlash.

АНАЛИЗ ЧУВСТВА ОДИНОЧИЯ В ОТНОШЕНИИ ПРОБЛЕМ СТАРШИХ В ТВОРЧЕСТВАХ ВОСТОЧНЫХ МЫСЛИТЕЛЕЙ

Аннотация

Данная статья посвящена анализу одиночества пожилых людей и проблем пожилых людей в произведениях античных и восточных мыслителей. Особенно в пожилом возрасте усиливается чувство одиночества и эта ситуация может оказать негативное влияние на качество жизни человека. Пожилые люди – наша гордость, это люди, которые связывают узы каждого поколения и прилагают все усилия для их укрепления. Их место и потенциал в нашей общественной жизни, их уникальная роль в воспитании молодого поколения огромны. В этом и есть настоящая тайна того, что с годами просвещенные, щедрые отцы и матери, благополучно достигшие возраста мудрости, становятся гордостью нашего общества и светочем наших семей.

Ключевые слова: Понятие «Старость», феномен старости, геронтология, родители, духовное наследие, причины одиночества, психическое здоровье, эмоциональная поддержка.

ANALYSIS OF THE SENSE OF LONELY RELATING TO THE PROBLEMS OF THE ELDERLY IN THE WORKS OF EASTERN THINKERS

Annotation

This article deals with the analysis of the loneliness of the elderly and the problems of the elderly in the works of ancient and eastern thinkers. Especially in old age, the feeling of loneliness increases and this situation can have a negative impact on the quality of a person's life. The elderly are our pride, they are the people who have been connecting the bonds of each generation and are making every effort to strengthen them. Their place and potential in our social life, and their unique role in the education of the young generation, is huge. This is the real secret of the fact that over the years, enlightened, munificent fathers and mothers, who have safely reached the age of wisdom, become the pride of our society and the beacon of our families.

Key words: The concept of "Old age", the phenomenon of old age, gerontology, parents, spiritual heritage, causes of loneliness, mental health, emotional support.

Kirish. Zamonaviy dunyoning tarixiy va ijtimoiy rivojlanishi jamiyat g'oyasini birinchi navbatda doimiy harakatdagi dinamik tizim sifatida belgilaydi, uning tarkibiy elementlari va qismlari turli o'lchamlarda o'zgaradi. Jamiyatning shunday ko'rsatkichlaridan biri aholining yosh tarkibidir. Aytish mumkinki, so'nggi paytlarda dunyoda aholining yosh tarkibi sezilarli o'zgarishlarni boshdan kechirmoqda.

Shuning uchun jamiyatda keksalar va keksalar muammolariga nafaqat nazariy va amaliy gerontologiya, demografiya, psixologiya va sotsiologiya nuqtai nazaridan jiddiyroq e'tibor qaratish zarur. Keksalik va qarishni o'rganishning nazariy va uslubiy asoslarini o'rganish keksa yoshdagi insonning mohiyatini qayta ko'rib chiqishga, ijtimoiy muhit sifatini yaxshilash va qarish jarayonini ijtimoiy tartibga solish imkoniyatlarini aniqlashga yordam beradi. Keksalik hodisasi uzoq vaqtdan beri faylasuflar, sotsiologlar

va psixologlarning e'tiborini tortdi. Qadimgi sivilizatsiyalar paydo bo'lgandan beri mavjud. Qarish jarayonlari va qarilikning o'zi haqida turli xil fikrlar mavjud. Ular gerontologik bilimlar mazmunini tashkil qiladi (yunoncha “geront” – qariya, “logos” – o'qitishdan). Keksalik nima deb hisoblanganligi, uning birinchi ko'rinishlari, yosh nima va uning sabablari nimada muhokama qilinadi. O'zlarining qarishini muvaffaqiyatli, qulay va hatto baxtli deb hisoblagan keksa odamlarning hayotiy pozitsiyasini tahlil qilib, olimlar keyingi yoshda yangi hayotiy pozitsiyani shakllantirish haqida gapirish mumkin degan xulosaga kelishdi. “Keksalik” tushunchasi uchinchi yoshning vakilini, ya'ni nafaqaga chiqish ostonasini bosib o'tgan, jismoniy, psixologik va kasbiy imkoniyatlari unga faol hayot tarzi, mehnat va ta'lim faoliyati bilan shug'ullanish imkonini beradigan shaxsni anglatadi. Keks odamning shaxsiyati, uning motivatsiyasi, keksalikdagi hissiy holatlari, o'zini o'zi qadrlashi va inson hayotining

ushbu davrning "men" obrazining mazmuni haqida to'liq va ishonchli ma'lumotlar hali ham mavjud emas. Biroq, keksalik, keksa odamning shaxsiy holati va qarilik davridagi turmush tarzi haqidagi ilmiy asoslangan bilimlar nafaqat umri uzaytirishi, balki uni to'liq va faol saqlashi mumkin.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Bu hususda gerontologiyaga murojaat qilmay ilojimiz yo'q. Gerontologiya keksa yoshdagi insonlarning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy holatlarini o'rganuvchi fan hisoblanadi. Keksa yoshda yolg'izlik hissining kuchayishi ko'p uchraydi va bu holat insonning hayoti sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ushbu maqolada qadimgi davr va sharq mutafakkirlari asarlarida yolg'izlik hissining tahlili xususida so'z yuritiladi.

Buyuk ajdodlarimizdan Imom Buxoriy, Imom Moturudiy, Hakim at-Termiziy, Ahmad YAssaviy, Bahouddin Naqshband kabi mutafakkirlar o'zlarining beqiyos ma'rifatlari bilan umuminsoniy madaniyatning rivojlanishiga ulkan hissa qo'shishgan. Beruniy, Ibn Sino, Alisher Navoiy ma'rifatni ilm, amal, odob bilan o'zaro bog'liq xislatlar deb hisoblaganlar. Ularning fikriga ko'ra, kishining odobi, xulqi uning ma'rifati, bilimdonligi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, inson qanchalik ma'rifatli bo'lsa, uning xulqi shunchalik yaxshi va mukammal bo'ladi hamda ushbu mukammallikni keksalarimiz yoshlar ongiga singdiradi deya e'tirof qilganlar.

Abu Nasr Forobiyning: "Inson o'z baxtiga erishishda go'zallikni ko'rishi va his qilishining o'zi etarli emas, buning uchun go'zallikni yarata olishi muhimdir", - degan fikrlarida olam-olam ma'no bor. Mutafakkirning bu fikrida bugungi keksalar, ota-onalarimiz o'zlari namuna bo'lgan holda oilalarida, ishlarida, ro'zg'orlarida, uy tutishlarida, o'zaro munosabatlarida, yurish-turishlarida, kiyinishlarida, salomatliklarida, farzand tarbiyasida, ular bilan bo'ladigan muomalada go'zallikni yarata olishlari zarur, degan g'oya o'z aksini topgan. Ajdodlarimiz ham o'zlari namuna bo'lgan holda o'z farzandlariga pandu nasihatlar qilganlar. Jumladan, Abu Nasr Forobiy: "Har inson kasb-korini mukammal bilmog'i, yaxshi tarbiya olmog'i, yaxshi xulq-atvorga, fazilatlariga ega bo'lmog'i kerak", - degan ekan. Arab hikmatlarining birida: "Uch narsa kishi aqlini peshlaydi: biri olimlar va keksalar bilan suhbat, ikkinchisi hayotiy tajriba, uchinchisi chidam va sabot bilan intilish. Inson ikki narsaning qadrini faqat yo'qotgandagina biladi: biri yoshlik, biri sog'liq", - deb ta'kidlangani bejiz emas. Darhaqiqat, inson odamlar orasida yashar ekan, o'zaro muomala va munosabatda bo'ladi hamda o'sha jamiyatdagi keksalarning axloqi, tarbiyasi ko'zgasida yashaydi, unga ko'nikib ketadi. Jamiyatda xushmuomala, tarbiyali, aqlli, tashabbuskor, faol insonlarni hamma yaxshi ko'radi [1].

Alisher Navoiy ham o'zining qimmatli manbalarida quyidagi fikrlarni ilgari suradi, ya'ni ota-onani hurmat qilish farzandlar uchun majburiyatdir. Bu ikkisiga xizmatni birdek qil, xizmatning qancha ortiq bo'lsa ham, kam deb bil. Otang oldida boshingni fido qilib, uning boshi uchun butun jisingni sadqa qilsang arziydi. Ikki dunyoing obod bo'lishini istasang, shu ikki odamning roziligini ol! Tunu kunga nur berib turgan birisini oy, birisini quyosh bil, ular chizgan chiziqdan tashqariga bir qadam ham chiqma. Hamma xizmatni sen odob bilan bajar, "adab" so'zidagi "dol" kabi qomatingni xam qil [2].

Gyote bu xususda quyidagi qimmatli fikrni izohlaydi ya'ni, "keksalar hurmatini chin dildan bajo keltiruvchi kishi baxtlidir" deya ta'kidlaydi. L. Morua o'z navbatida -keksalik yoshlarga suyanch va muallim bo'lishi bilan ham qadrlidir deya o'z fikrini izohlaydi. L. Vovenarg bu xususda yoshlarga tavsiya berishga xarakter qilgan, u "Biz keksalarning donoligidan juda kam foydalanamiz" fikrini izohlab keksalar tajribasidan unumli foydalanishga chaqiradi. Nosir Xisrav esa keksalarni e'zozlash to'g'risida "Keksaga ko'mak ber -

suyangan tog'ing, Buni tushunas qarigan chog'ing" deya tavsiya berib o'tadi.

Turkistonda ma'rifatchilik g'oyalarning tarqalishi Gulxaniy, Ahmad Donish, Ogahiy, Nodira, Uvaysiy, Anbar otin, Muqimiy, Furqat, Zavqiy kabi ijodkorlar nomi bilan bog'liq. XX asr boshidagi jadidchilik harakatining ilg'or vakillari - Behbudiy, Avloniy, Tavallo, So'fizoda, Fitrat, Hamza, Abdulla Qodiriy, CHO'lpon singari yozuvchi va shoirlar xalqning ijtimoiy ongini ma'rifat asosida tarbiyalash uchun fidoyilik ko'rsatdilar[3].

Sharq mutafakkirlarining ma'naviy merosida farzand tarbiyasi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzurida O'zbekistondagi Islom Madaniyati Markazini tashkil etish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Qarorida "Ulug' ajdodlarimiz tomonidan yaratilgan va bugungi kunda butun ma'rifat olamini dunyoni hayratga solib kelayotgan ilmiy meros faqat bir millat yoki xalqning emas, balki butun insoniyatning ma'naviy mulki bo'lib, bu bebaho boylik yangi va yangi avlodlar uchun donishmandlik va bilim manbai, eng muhimi, yangi kashfiyotlar uchun mustahkam zamin bo'lib xizmat qilishi shubhasizdir", deb ta'kidlagani barchamizni ruhlantirib, bu masalaga yanada mas'uliyat bilan yondashishimiz zarurligini ko'rsatmoqda[4].

Tadqiqot metodologiyasi. Qarilik hodisasi shaxs rivojlanishining uzoq va muhim bosqichi bo'lib xizmat qiladi va zamonaviy jamiyatda makrotuzilma darajasida ijtimoiy, iqtisodiy, madaniy jarayonlarning o'zgarishi yo'nalishlarining eng muhim ko'rsatkichlaridan biri hisoblanadi. Murakkab bio-ijtimoiy-psixologik hodisa bo'lib, keksalikni o'rganish tabiiy, ijtimoiy va gumanitar fanlarni o'zida mujassam etgan yaxlit fanlararo yondashuvni talab qiladi.

Sharq mutafakkirlarining fikricha yolg'izlik sabablari quyidagilar deya e'tirof qilingan. Eng bosh sabab: zamondosh bo'lgan yaqin do'stlari va oila a'zolarining yo'qotilishi natijasida ijtimoiy aloqalar, munosabatlar kamayadi. Bu holat keksa yoshdagi insonlarni o'zini yolg'iz his qilishga olib keladi. Ikkinchidan: salomatlik muammolari va jismoniy faoliyatning pasayishi ijtimoiy faoliyatlar hamda shaxslararo munosa-batlarda qatnashishni qiyinlashtiradi. Uchinchidan: muntazam shug'ullanib kelayotgan kasbiy hayotdan uzilishi natijasida ijtimoiy munosabatlar kamayadi va bu yolg'izlik hissini yanada kuchaytiradi va tabiiyki bu holat keksalarning ruhiy salomatligiga o'z ta'sirini o'tkazadi. Ushbu yoshdagi yolg'izlik shaxsiy xavotirga, ruhiy zo'riqish hamda ruhiy tushkunlikga olib kelishi mumkin. Fiziologik salomatligiga ham, ya'ni yurak-qon tomir kasalliklari, gipertoniya va immunitet tizimining pasayishi xavfi oshishiga ham sabab bo'ladi va bu holat o'z navbatida xotira va fikrlash qobiliyatining pasayishiga turli xil kasallik xavflarini oshishiga sabab bo'lishi mumkin.

Shuningdek zamondoshimiz Urazbayeva D.A. ham o'zining tibbiyot sohasida psixologik xizmatni tashkil qilish zarurati nomli maqolasida ham mutafakkirlarimiz fikriga suyanganda keksalarga sifatli tibbiy-psixologik yordam ko'rsatish, psixologik xizmat qilish, ulardagi yolg'izlik hissini bartaraf qilish usullari xususida fikr yuritganlar. Ayni yuqorida aytilgan sabablar echimi ham ko'rsatib o'tilgan[5].

Xulosa va takliflar. Shu yo'sinda bu muammolarning echimlarini oshkora qilingan, ya'ni keksalarni aslo yolg'izlatib qo'ymaslik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash zaruriyati ta'kidlangan. Oila a'zolari, farzandlari, qarindosh urug', qo'ni-qo'shni, do'stlar bilan muntazam aloqa o'rnatish muhim. Bu keksalarda yolg'izlik hissini kamaytiradi hamda keksalarga hissiy qo'llab-quvvatlash dalda bo'lish imkonini beradi. Mahalla hayotida faol qatnashish keksa yoshdagi insonlarga yangi do'stlar topish imkonini beradi. Keksalar - faxrimiz, har bir avlod rishtasini bog'lab kelayotgan, uni mustahkamlash uchun bor kuch-g'ayratini sarflayotgan kishilardir. Ularning

ijtimoiy hayotimizda tutgan o'zni va salohiyati, yosh avlod tarbiyasida tutgan benazir roli juda katta. Yillar osha, umr so'qmoqlaridan donishmandlik fasliga sog'-omon etib kelgan nuroniy, munis otaxon va onaxonlarning jamiyatimiz faxri, oilalarimiz charog'boniga aylanayotganining asl siri ham shunda. Qolaversa, o'zbek xalqi turmush tarzining ma'naviy bo'lagi hisoblangan kattaga hurmat, kichikka izzat tushunchasi bugungi kunga kelib yana ham sayqallanmoqda, yosh avlod tomonidan mamnuniyat bilan qabul qilinayotir. Qaerga, qaysi davraga bormaylik, yoshi ulug'lar hurmatda, yoshlar esa, xizmatda ekanligining o'zi xuddi shu haqiqatni barchamizga

taqdim etib turibdi. Davraning to'ri keksalarga, taomning avvali ularga, yoshlarga yo'l-yo'riq berish, duo qilish, o'z umrining saboqlarini ilinish – bari-barida donishmandlik davrining hikmatlari mujassam emasmi, azizlar? Keksalik davri inson hayotining muhim bosqichi bo'lib, turli kasb-korda faoliyat ko'rsatgan odamlar uchun falsafiy bekatdir. Hayoti mobaynida jamiyat ravnaqi, oilasi farovonligi uchun qilgan halol mehnati orqasidan boy tajriba orttirish, uni xolis tarzda o'z farzandlari, yaqinlari, hamkasblari va mahalladoshlariga uzatish davrini donishmandlikka, faylasuflikka mengzashimizda gap ko'p.

ADABIYOTLAR

1. Mirziyoyev Sh.M. 2017. 24 iyun. "Xalq so'zi" gazetasi.
2. Narziev L., Komilova K.. Keksalari e'zoz topgan yurt: metodik-bibliogr. qo'llanma / Toshkent. 2015.– 90 b
3. Oybek. "Navoiy". "Sharq". 1995.B.39
4. Forobiy Abu Nasr. Fozil odamlar shahri. "Abdulla Qodiriy" nashriyoti, T:1993.B.10.
5. Urazbayeva, D., & Radjapova, I. (2021). Ekzistensial psixologiyada shaxs masalalarining talqin qilinishi. *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)*, 1(Special issue), 294-300.
6. Urazbaeva, D. (2023). Psixosomatik kasalliklarda bemorlar bilan psixologik tadbirlar olib borish zarurati. *TISU ilmiy tadqiqotlari xabarnomasi*, 1(2), 189-192.
7. Сайлаубековна Р.Р. и др. Сущность концепции семейной жизни в современной психологии // *Excellencia: Международный мультидисциплинарный журнал образования* (2994-9521). – 2024. – Т. 2. – №. 1. – С. 339-342.