

**Kamola DOSTANOVA,**  
*Guliston Davlat universiteti tayanch doktoranti*  
 E-mail: giribala98@mail.ru  
 Tel.: +998973401239

*TDPU Umumiy psixologiya kafedrası v/b professori, psixologiya fanlari doktori S.N.Jo'raqulova taqrizi asosida*

## **SHARQ MUTAFAKKIRLARI QARASHLARIDA SHAXS HAYOT FAOLIYATIGA EMOTSIYALAR TA'SIRINING PSIXOLOGIK TALQINI**

Annotatsiya

Sharq falsafasi avval boshidan boshlaboq asosan inson ruhiyatini, uning ma'naviy olamini bilishga, odamlarning o'zaro munosabatlarini anglashga e'tibor bergan. Ushbu maqolada Sharq mutafakkirlari qarashlarida hayot faoliyatiga nazar hamda unga emotsiya-hissiyotlarning ta'siriga psixologik nazarlar muhokama etiladi. Shuningdek ushbu masaladagi G'arb mutafakkir-psixologlarining fikrlari o'rganib chiqiladi.

**Kalit so'zlar:** Psixologiya, Sharq, G'arb, mutafakkir, din, ilm, dunyoqarash, emotsiya, hissiyot, metod.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ВЛИЯНИЯ ЭМОЦИЙ НА ЛИЧНУЮ ЖИЗНЕННУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ВОСТОЧНЫХ МЫСЛИТЕЛЕЙ**

Аннотация

Восточная философия с самого начала уделяла внимание познанию человеческой психики, ее духовного мира, пониманию человеческих взаимоотношений. В данной статье рассматриваются психологические аспекты жизнедеятельности и влияние на нее эмоций во взглядах восточных мыслителей. Также будут изучены мнения западных мыслителей-психологов по этому вопросу.

**Ключевые слова:** Психология, Восток, Запад, мыслитель, религия, наука, мировоззрение, эмоция, чувство, метод.

## **PSYCHOLOGICAL INTERPRETATION OF THE INFLUENCE OF EMOTIONS ON PERSONAL LIFE ACTIVITIES FROM THE VIEWS OF EASTERN THINKERS**

Annotation

Eastern philosophy, from the very beginning, paid attention to the knowledge of the human psyche, its spiritual world, and the understanding of human relationships. This article discusses the psychological aspects of life activity and the impact of emotions on it in the views of Eastern thinkers. Also, the opinions of Western thinkers-psychologists on this issue will be studied.

**Key words:** Psychology, East, West, thinker, religion, science, outlook, emotion, feeling, method.

**Kirish.** Bugungi globallashuv davrida emotsiyalarning shaxs faoliyati hamda hayot sifatiga psixologik ta'sirini o'rganish hamda tahlil qilish dolzarb masalalardan biri bo'lib qolmoqda. Jumladan, O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoyevning 2022-yil 28-yanvardagi "2022 — 2026-yillarga mo'ljallangan yangi o'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida"gi 60-sonli farmonini [1] asos qilib olishimiz mumkin. Ushbu farmon 7 ta yo'nalish 100 ta maqsaddan tashkil topgan bo'lib, 73-maqsadda: "Buyuk ajdodlarning boy ilmiy merosini chuqur o'rganish va keng targ'ib etish" va shu asnoda:

Buyuk ajdodlarimizning boy ilmiy-ma'naviy merosini keng targ'ib qilish maqsadida yurtimizdan yetishib chiqqan allomalar qalamiga mansub 100 ta asarning xalqchil tarjimasini amalga oshirish, ular asosida ilmiy va ommabop risolalar yaratish.

Buyuk ajdodlarimizning boy ilmiy merosini chuqur o'rganish va keng targ'ib etish maqsadida O'zbekiston xalqaro islom akademiyasi, Islom sivilizatsiyasi markazi, Imom Buxoriy, Imom Termiziy, Imom Moturidiy xalqaro ilmiy-tadqiqot markazlari faoliyatini qo'llab-quvvatlash, kabilar belgilab qo'yildi.

**Mavzuga oid adabiyotlar tahlili.** V. Vundt tomonidan Insonning yuksak tafakkur qilish faoliyati, madaniyati, tili va dini o'rtasidagi uyg'unlikka alohida etibor beriladi. V. Vundt inson psixologiyasining asosini emotsiya (his, tuyg'u, hayajon, ruhiy to'lqin), ya'ni tashqi kuchlar ta'sirida namoyon bo'luvchi irodaviy kechinmalarning tashkil etishini asoslab beradi. Bir qator mualliflar, xususan, V.R. Bukin diniy psixikani faqat diniy kechinmalardan iborat deb tushinadilar. Lekin bu bir tomonlama yondoshuvning o'zidir. Diniy hissiyotlar va kechinmalarning o'zigahos tomoni shundaki, u faqat psixologik mazmun bilan bog'lanib qolmagan, balki u dindor insonda turli hissiyotlar bo'lishi mumkin, aniqrog'i ushbu hissiyotlarning yo'nalishi, ob'ektiga bog'liqdir. Demak, diniy his-tuyg'ularning ob'ekti diniy tasavvurlar sohasidir. Tasavvur, ishonch, hissiyot, diniy tasavvur va g'oyalar bilan bog'liq bo'lgani, unga yo'naltirilgani uchun diniy tasavvur, diniy ishonch, diniy hissiyot bo'la oladi. Diniy psixika qanday rol o'ynashidan qat'i nazar faqat emotsiyalardagina iborat emas. Dindor psixikasida tafakkur, faqqlamoq, tasavvur faqat ikkinchi darajali rolni o'ynamaydi. Ular g'ayritabiiylik haqida obrazlar, tasavvurlar va g'oyalarni shakllantiradi. Shuning uchun din psixologiyasi faqat diniy kechinmalar bilan shug'ullanib qolmaydi. U dindorlarning bilish jarayonining xususiyatlarini ham o'rganishi shart.

XIX asr oxiri – XX asr boshlariga kelib, Teodor Ribo (1839 – 1916) ko'plab fransuz nevropatolog va psixiatrlarining "diniy e'tiqod ongli faoliyatning buzulishidir", – degan nazariyalariga qarshi "Hissiyot psixologiyasi" asarida "Diniy e'tiqod sog'lom shaxslargagina xos bo'lib, u oliy tuyg'ularning bir ko'rinishidir" deb baho beradi.

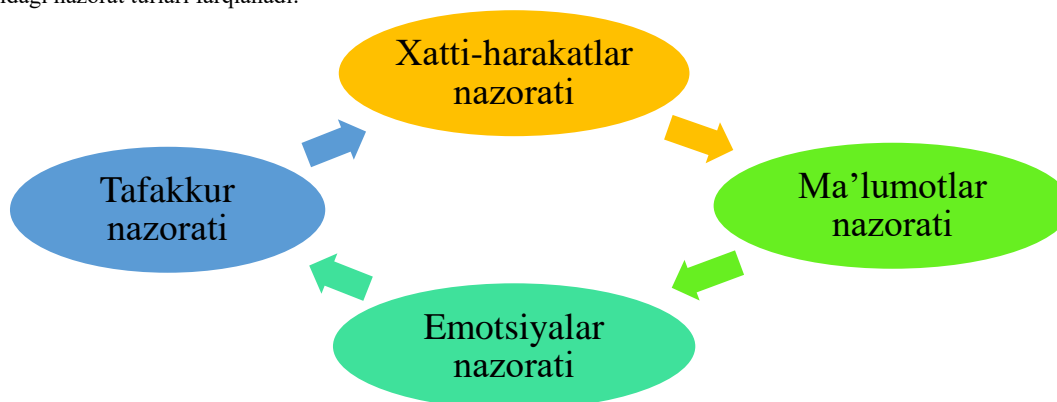
**Tadqiqot metodologiyasi.** Sharq psixologik qarashlarida: nima qilish kerak? qanday qilish kerak? – kabi savollarga javob qidiriladi. Bunda asosiy e'tibor o'rganilayotgan ob'ekt kelajagiga qaratiladi. Bu savollarga javob berish uchun o'tmish tajribasi, bu masalalarni mukammal tushuntirib bera oluvchi yetarlicha bilim, tajriba, ilmga ega ustoz bor. Ustoz, shayx, murabbiy bunday bilimlardan boxabar. Qur'oni sharif, Hadislar va boshqa muqaddas kitoblarda bu savollarga javob mavjud. Bunda asosiy e'tibor natijaga qaratiladi. Sharq psixologiyasi, jumladan, so'fizm odam xulqi bilan bog'liq barcha muammolarni tushuntirib o'tishga intilmaydi (buni avom tushunarmikan?). Aynan shunday xususiyatidan kelib chiqib, Sharq mutafakkirlarining psixologik qarashlari,

sharqona diniy ta'limotlar, diniy-mistik hisoblanib, isboti berilmaganligi tufayli fan o'rnida ko'rilmagan va u davrlarda yaratilgan psixologiya darsliklaridan ham o'rin olmagan.

Abu Nasr Forobiy o'z asarlarida ta'lim-tarbiya muhurligi, unda nimalarga e'tibor berish zarurligi, ta'lim-tarbiya usullari va uslubi haqida fikr yuritadi. Uning "Fozil odamlar shahri", "Baxt saodatga erishuv to'g'risida", "Ilmlarning kelib chiqishi", "Aql ma'nolari to'g'risida" kabi asarlarida ijtimoiy-tarbiyaviy qarashlari o'z ifodasini topgan. Forobiy o'z ishlarida ta'lim-tarbiyani uzviy birlikda olib borish haqida ta'lim bergan bo'lsa ham, ammo har birining insonni kamolga yetkazishda o'z o'rni va xususiyati bor ekanligini alohida ta'kidlaydi. Forobiyning fikricha inson kamolotga yolg'iz o'zi erisha olmaydi. Tarbiya jarayoni tajribali pedagog, o'qituvchi tomonidan tashkil etilishi muhimdir. Chunki har bir odam ham baxtni va narsa hodisalarni o'zicha bila olmaydi. Bunga ta'lim-tarbiyani to'g'ri yo'lga qo'yish orqali erishish mumkin, deydi. Chunki maqsadga muvofiq amalga oshirilgan ta'lim-tarbiya insonni ham aqliy, ham axloqiy jihatdan kamolga yetkazadi, xususan, inson tabiat va jamiyat qonun-qoidalarini to'g'ri bilib oladi va hayotda to'g'ri yo'l tutadi, boshqalar bilan to'g'ri munosabatda bo'ladi, jamiyat tartib qoidalariga rioya etadi. Demak, Forobiy ta'lim-tarbiyaning asosiy vazifasi, jamiyat talablariga javob bera oladigan va shu jamiyat uchun xizmat qiladigan yetuk insonni tarbiyalashdan iborat deb biladi [4].

Bugungi yosh avlodni tarbiya qilishning dastlabki davrlarida, bola dunyoni anglash jarayonida unga qanday bilim berilsa shundayligicha qabul qilaveradi. Yoshi bir oz ulg'ayib tafakkur jarayonida analiz, sintez va umumlashtirish boshlangandan so'ng, u o'z fikrini boshqalarga uqtirishga hamda boshqalarni fikrini inkor etishga harakat qiladi. Boshqalarga o'z fikrini uqtirish yoki boshqalar fikrini inkor etish uchun avvalambor sabr bilan tinglab so'ng mushohada qilish kerakligini ko'pchilik yoshlar anglab yetmaydilar. Ayniqsa munozarali, bahsga sabab bo'ladigan masalalarda yoshlar xissiyotga (emotsiya) berilish holatlari ko'zga tashlanib turadi. Shu kabi holatlarni oldini olish uchun ham yoshlar xulq-atvorida tolerantlik xususiyatini shakllantirish lozim.

Shaxs ongining nazorati, o'z o'rnida xatti-harakatlar, ma'lumotlar, tafakkur va emotsiyalar nazorati orqali amalga oshiriladi. Quyidagi nazorat turlari farqlanadi:



1 – rasm. Shaxs ongining nazorati turlari.

Xatti-harakatlar nazorati birinchi navbatda odamning individual fizik voqe'ligini boshqarish (kim bilan yashashligi qat'iy aniqlashtiriladi, qanday kiyim kiyish, qanday ovqat yeyish, qancha uxlash va h.) ni, keyin esa odamni vaqt jihatdan bo'sh qo'yimaslik (odam qat'iy vaqt jadvaliga rioya qiladi, iloji boricha, u jismoniy va hissiy jihatdan doimiy faoliyatda bo'ladi, toki mustaqil fikrlash uchun unda vaqt qolmasin) ni va nihoyat jamiyat talablariga doimiy bo'ysunish hamda ularga bog'liq holda yashash (rag'batlantirish va jazolash tizimi, ozodlikdan mahrum qilish, doimiy kuzatish yoki nazoratda ushlash uchun "ustoz" ga bog'lab qo'yish, jamiyat ta'limotiga zid bo'lgan ish va fikrlarni rahbarga yetkazish) ni o'z ichiga qamrab oladi.

Ma'lumotlar nazorati jamiyat a'zolariga yolg'on-yashiqlarni aytish, jamiyat ta'limotiga zid bo'lgan ta'limotni yashirish, jamiyat ta'limotini targ'ib qiladigan informatsion manbalarni yaratish bilan amalga oshiriladi.

Tafakkurning nazorati deganda guruh normalarining haqiqat sifatida majburiy qabul qildirilishi, jamiyat ta'limotiga mos fikrlarning rag'batlantirilishi, jamiyat rahbari yoki uning qarashlari haqida salbiy va tanqidiy fikrlarning bo'lmasligi nazarda tutiladi.

Hissiyotlar nazorati o'zida shaxs his-tuyg'ulari toraytirilishini, aybdorlik va uyat tuyg'ularining ishlab chiqilganligini, o'z ayb va nuqsonlari, xatolarini odatda hammaning oldida tan olinishligini, doimiy qo'rquvda ushlab turilishligini o'zida mujassam etadi.

Inson bor ekan, u fikrlaydi, nimanidir o'ylaydi, narsa va xodisalarning mohiyatini anglashga harakat qiladi. Lekin ongli mavjudot bo'lgan insonning o'ziga xosligi shundaki, u har doim ham o'ylagan narsani gapiravermaydi, turli xil hissiyotlardan, alkash-chulkash fikrlarni o'zgalarga bildirib qo'yishdan o'zini tiyadi. Bu xususda Bernard Shou shunday yozgan ekan: "Bilganingni har doim ham gapiraverma, lekin nima to'g'risida gapirishni doimo bil". Bu fikrlarning barchasi hammamiz uchun oddiy, tabiiy bo'lgan o'ylash, mushohada qilish yoki fikrlashning ham o'z qonun-qoidalari, sifat belgilari va madaniyati borligini ko'rsatadi. Ijtimoiy psixologiya ijtimoiy xulqni boshqarishda din psixologiyasi bilan hamkorlikda har bir o'ylagan va mushohada qilgan fikrlari semantikasini anglashga yoshlarni o'rgatishi lozim.

Mashhur gipnozchi Mesner gipnozning asosiy vositasi sifatida aynan ko'z va so'zga katta e'tibor berish zarurligini ta'kidlaydi. Shu bois ayollarga suhbatdosh ko'zlariga tik qaramaslikni tavsiya qilinadi.

O'ziga xos xususiyatlari tufayli ayollar ekstremistik kuchlarning oson o'ljasiga aylanmoqda. O'zbek xonadonlarida ayolllar asosan uy yumushlari bilan mashg'ul bo'ladilar. Shu sabab ularda ijtimoiylashuv jarayonlari nisbatan sekin kechadi. Bunday vaziyat ayol ruhiyatida mavjud holatdan qoniqmaslik hissini paydo qiladi. Mutaassiblar esa bu vaziyatdan unumli foydalanib ularga quyidagicha psixologik ta'sir o'tkazishga urinadilar:

Bu hayotni dahshatli bir tusda tasvirlaydilar va bunga ishontiradilar ham. O'z o'rnida hayotidan norozi ayol ongida o'zini oqlashlik ya'ni, men yomon emasman balki, dunyo, odamlar yomon shuning uchun men qiynalyapman" degan g'oyani shakllantiradilar.

O'z g'oyalari va "buyuk" vazifalari haqida o'lim va oxirat, jazo haqida shunchalik "ulug'vor" nutq so'zlydilarki, ayollarda tanqidiy tafakkur yo'qolib, o'rnida tafakkur rigidligi ustunlik qila boshlaydi.

O'zining tug'ilganidan buyon "noto'g'ri" yo'lda ekanini anglagan, ayol umri davomida o'zlashtirgan qadriyatlarini butkul o'zgartirish kerak, degan fikrga kelib, shuncha umrim zoe ketibti, endi nima qilish kerak, deb hayotda esankirab qolgan ayol osongina oqimlar tuzog'iga ilinadi.

Mutaassib shaxslar tomonidan ayollarda egotsentrizm ("men"ning yuqori ifodalanganligi)ni shakllantiriladi. Bunda "biz yaxshi", "boshqalar esa yomon" prinsipi ustuvor bo'la boshlaydi.

Ayollarning mustaqil fikrlashi, erkinligi va hatto bo'sh vaqti ham nazoratda bo'ladi va bu holat o'z o'rnida ayollarda agressivlik (tajovuzkorlik) tuyg'usini shakllantiradi.

Mutaassiblar ta'sirning yanada samaraliroq uslubi bo'lmish jamoaviy ta'sir o'tkazishni boshlaydilar, jamoaviy bosim ostida esa ongsiz holatda fikrlarni ma'qullaydilar.

Mutaassib shaxslar ayollarni o'z hissiyotlarini jilovlashga, ya'ni hissiy beparvolikka olib boradilar. Natijada ayollardagi mehr, bir-birini tushunish, o'zaro hamkorlik kabi hissiy kechinmalar o'rnini sovuqlik, interiozatsiyalashuv (ichga yutish, sirlilik) jarayonlari egallaydi.

Ayollarga jannat, uning tavsiflari, ahlari, shu qadar chiroyli buyoqlarda yetkaziladiki, natijada ayollar bu qorong'u dunyoda qiynalib yashashdan boqiy jannatga ketish uchun barcha narsaga tayyor bo'ladi. Bunday ruhiy holatga olib chiqilgan ayoldan mutaassiblar kamikadze va terrorchilarni yaratadilar.

**Tahlil va natijalar.** Navoiyning ta'lim-tarbiya va ma'rifatga oid fikrlarini o'rganish asosida asarlaridagi ideal, obrazlarga duch kelamiz. Farhod kabi komil inson obrazidan ma'naviy saboq olamiz. Shu bilan birga, komillik sari kurashib, intilgan bu qaxramonga xos sezgirlik, zehn, iqtidor, qobiliyat, xulq-odobi, aqlining mukammalligi kamolot sifatleri ekanligini anglaymiz. Demak, inson tarbiyasida shaxsning o'z faoligi, kurashi, intilishi, ezgu maqsadlar alohida omil vazifasini o'taydi, degan xulosaga kelamiz. Shu bois, Navoiy asarlari asrlar osha halq qo'lidan tushmaydi, she'r va g'azallari qo'shiqqa solinib kuylanadi. Bu asarlar inson qalbini, nozik hissiyotini mustahkam irodasini, g'ururini junbushga keltirib kamolotga da'vat etadi.

Komil insonga taalluqli axloq (ma'naviyat) muammosini sharhlashda Sharq allomalarning fikr-mulohazalari, ayniqsa, Hakim Termiziy, Shayx Aziziddin Nasafiy, imom Abu Xomid G'azzoliy, xoja Abdulxoliq G'ijduvoni, xoja Baxouddin Naqshbandiy, Alisher Navoiy kabi mutafakkurlarning ilmiy qarashlari, g'oyalari, qoidalari hozirgi davrda ham o'z qiymatini saqlab kelmoqda.

Allomalimizning insonda ahloqni shakllantirishga yuksak diqqat-e'tibor berib, uni eng muhim umumbashariy xususiyatga ega bo'lgan masalalardan biri sifatida tan olganlar. Ularning mulohazalarida axloq insonning pinhoni ravishda o'ziga qarshi o'zi kurashishi emas (o'z xulqi- atvoridan nolish, uni qoralash, ichki ixtilof, ya'ni "Men" bilan "Men emas" munosabatini yuzaga kelganligini anglatadi), balki aksincha, ruh bilan tana, yakka shaxs bilan odamlar (guruh a'zolari), tabiat bilan jamiyat o'rtasidagi muvofiqlik yoki mutanosiblikni ta'minlashga yo'naltirilgan intilish (faol xatti-harakat) sifatida vujudga keladi. Ijtimoiy-psixologik nuqta nazardan "Xush dar dam" qoidasining amaliyoti ma'lum bir maqsadga erishishda inson o'zini o'zi ijtimoiy va shaxsiy faoliyatini kuchli ongli nazorati ostiga olishi va barqaror irodaviy zo'r berishlar orqali halol sa'y-harakatlar qilishga o'zini o'rganishi va uni uzluksiz tarzda takrorlash, mashq qilish natijasida ko'nikma, malaka hosil etib, odat tusiga aylantirish bilan xarakterini, xulq-odobini komil qilib shakllantirishga olib keladi.

Naqshbandiya ta'limotining "Nazar bar qadam" qoidasi dastavval shu talabdan kelib chiqqan. Ushbu qoida insonning har bir qadamidan, xatti-harakatidan ogoh bo'lish, uning yurish-turishi, turmush tarzida unsur, noloyiq, harom ishlarini qilmaslik va odam diqqat-e'tiborini bundan chalg'itmaslikni taqozo qiladi. "Xush dar dam" bilan "Nazar bar qadam" talablarining uzviyiligi, uzluksizligi, uyg'unligi mustahkamlanadi. Psixologik jarayonlarni o'zida mujassam etgan "Nazar bar qadam" rashhasi esa inson oldidagi vazifalarni bajarilishida diqqatning to'planishi ko'lamini kengaytirishi bilan ixtiyoriy diqqatning ixtiyoriydan keyingi diqqatga o'tish orqali mukammallikka erishishni ta'minlaydi [5].

**Xulosa va takliflar.** Prezidentimiz Shavkat Mirziyoev: "Ilm-fanda xalqimiz manfaatlariga xizmat qiladigan o'z yo'limizni topmasak, ertaga yoshlarimiz bizni kechirmaydi" [2], deb ta'kidlaganlaridek, xalqimiz manfaatlariga xizmat qiladigan, ular "tushunadigan", qabul qiladigan dasturlarni ishlab chiqish, adabiyotlarni yaratish ishlarini yanada kengaytirish lozim.

#### ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 28.01.2022 yildagi PF-60-son
2. Mirziyoev Sh.M. Ilm-fan rivoji – taraqqiyotga, bunyodkorlik farovon-likka xizmat qiladi // Xalq so'zi. 2018. 21.07. – B. 1.
3. Shayx Muhammad Sodiq Muhammad Yusuf. Ijtimoiy odoblar. – T.: "Hilol-Nashr", 2016. – 456 b.
4. Navoiy A. Xamsa. – T.: Yangi asr avlodi, 2015. – 496 b.
5. Xoshimov K., Ochil S. O'zbek pedagogikasi antologiyasi T.: O'qituvchi, 2010. – B. 73-78.
6. Komilov N. Tasavvuf yoki komil inson axloqi. T.: "Yozuvchi", 1996.
7. Islom tasavvufi manbalari. Ilmiy majmua. – T.: "O'qituvchi", 2005.
8. Abu Homid G'azzoliy. Mukoshafatul qulub (Qalblar kashfiyoti) / Tarjimon Miraziz A'zam. – T.: Adolat, 2002.
9. Din psixologiyasi: o'quv qo'llanma / B. Valiev va b. – T.: "Movarounnahr", 2014. – 312 b.
10. Mavrulov A., Bozarov D., Muhammadiyeva O. va boshq. Sharq renessansi davri allomalari va mutafakkurlarining ilmiy-falsafiy merosi. – T.: "Sano-standart", 2017. – 64 b.