MUSIQANING FORIG‘LANTIRISH FUNKSIYASI: IJTIMOIY-FALSAFIY TAHLIL

Qurbonaliyeva Sohibaxon Xolmuhammad qizi
Farg‘ona davlat universiteti 2-bosqich magistranti.
E-mail: sohibaxonqurbonaliyeva@gmail.com
ORCID ID 0009-0004-8911-1467

Received: 30.10.2025
Revised: 31.10.2025
Accepted: 01.11.2025

Kalit so‘zlar:
musiqa, forig‘lantirish, for’g‘lantirish, falsafa, ruhiy muvozanat, Ibn Sino, musiqa terapiyasi, madaniyat.

Ключевые слова:
музыка, фориглантирующая функция, фор’глантирующая функция, философия, психическое равновесие, Ибн Сина, музыкальная терапия.

Keywords:
music, relaxation, restoration, philosophy, Ibn Sina, harmony, music therapy, cultural values.

Annotatsiya

Ushbu maqolada musiqaning inson ruhiyati, ma’naviy hayoti va jamiyatdagi o‘rni ijtimoiy-falsafiy nuqtai nazardan yoritiladi. Asarda musiqaning forig‘lantiruvchi (ruhni tinchlantiruvchi) va for’g‘lantiruvchi (ruhni davolovchi, uyg‘unlashtiruvchi) funksiyalari tahlil qilinadi. Inson hissiyoti, kayfiyati, aqliy salomatligi va jismoniy holatiga musiqaning ijobiy ta’siri, shuningdek, bu jarayonlarning falsafiy mohiyati ko‘rsatib o‘tiladi. Ibn Sino, Forobiy, Beruniy va boshqa mutafakkirlarning musiqiy qarashlari, zamonaviy musiqa terapiyasi tadqiqotlari bilan bog‘liq holda musiqaning davolovchi kuchi asoslab beriladi.

Аннотация

В статье рассматривается социально-философское значение музыки в духовной и психологической жизни человека. Раскрываются функции музыки — фориглантирующая (успокаивающая) и фор’глантирующая (восстанавливающая), их влияние на эмоциональное состояние, мышление и здоровье человека. Опираясь на труды Ибн Сины, Фараби, Беруни и современных исследователей, автор показывает, что музыка является не только искусством, но и важным фактором гармонизации личности и общества.

Annotation

This article explores the social and philosophical essence of music and its impact on human mental and spiritual balance. It analyzes the dual function of music as both a source of relaxation (forig‘lantiruvchi) and restoration (for’g‘lantiruvchi). Based on the ideas of Ibn Sina, Al-Farabi, and Beruni, as well as modern research in music therapy, the article demonstrates how music serves as a philosophical and healing medium that connects human emotions, thought, and health.

KIRISH

Musiqa insoniyat hayotining eng qadimiy hamrohidir. U inson ruhini ifoda etuvchi, his-tuyg‘ularni uyg‘otuvchi, ma’naviy tinchlikni beruvchi san’at turi sifatida qadimdan inson faoliyatining ajralmas qismiga aylangan. Insonning tabiat bilan, jamiyat bilan va o‘z ichki olami bilan uyg‘unlikda yashashi musiqaning mavjudligi bilan chambarchas bog‘liqdir. Shu boisdan ham mutafakkirlar musiqani “ruh tili”, “ruh ozig‘i” yoki “ichki dunyo aks-sadosi” deb ataganlar.

Musiqa inson hayotiga ikki yo‘nalishda ta’sir etadi:

Forig‘lantiruvchi yo‘nalish — bu inson ruhiyatini tinchlantiruvchi, stressni kamaytiruvchi, his-tuyg‘ularni me’yorga soluvchi ta’sirdir.

For’g‘lantiruvchi yo‘nalish esa inson salomatligini, ruhiy va jismoniy uyg‘unlikni tiklovchi, ijobiy energiyani qayta uyg‘otuvchi yo‘nalishdir.

Bugungi ijtimoiy-falsafiy nuqtai nazardan bu ikki funksiyani o‘rganish inson va jamiyat ruhiy madaniyatining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Chunki XXI asrda inson ruhiyatiga ta’sir etuvchi tashqi omillar — stress, tezkorlik, raqamli muhit bosimi — tobora kuchaymoqda. Shu sababli musiqaning forig‘lantiruvchi va for’g‘lantiruvchi funksiyalarini falsafiy asosda tahlil etish insonning ichki uyg‘unligini tiklash yo‘lida zarur masalaga aylandi.

Musiqa va inson ruhiyati: falsafiy asoslar

Falsafa musiqaga inson ongining shakli, estetik idrok va ruhiy uyg‘unlik sifatida qaraydi. Musiqa orqali inson o‘zini va olamni anglaydi, hislarining ichki dunyosini tovushlar vositasida ifoda etadi. Falsafiy nuqtai nazardan musiqaning maqsadi — ruhiy muvozanatni tiklash va ichki uyg‘unlikni yaratishdir.

Sharq mutafakkirlari, jumladan, Abu Nasr Forobiy musiqani inson tarbiyasining muhim omili sifatida ko‘radi. U “Kitob al-Musiqa al-Kabir” asarida shunday yozadi:

> **“Musiqa inson ruhiga to‘g‘ri yo‘naltirilganida, u ruhni yumshatadi, nafsni poklaydi va tafakkurni ravshanlashtiradi.”**[1]

Forobiy uchun musiqa — bu inson ruhiyatidagi uyg‘unlikni tiklash vositasi. U tovushlarning uyg‘un tizimini axloqiy va ijtimoiy uyg‘unlikning modeli sifatida talqin qiladi. Bu qarash keyinchalik Ibn Sino va Beruniy asarlarida rivojlantirilgan.

Beruniy esa musiqani tabiat ritmi bilan bog‘laydi. U har bir tabiiy hodisada ritm, takrorlanish va muvozanat mavjudligini ta’kidlab, musiqani inson tanasining tabiiy tovushlari bilan uyg‘unlashtirish zarurligini aytadi. Bu esa falsafiy jihatdan musiqaning inson bilan tabiat o‘rtasidagi “ko‘prik” ekanini anglatadi.

Ibn Sino ta’limotida musiqaning for’g‘lantiruvchi kuchi

Buyuk alloma Abu Ali Ibn Sino (Avitsenna) musiqani nafaqat san’at, balki tibbiy va ruhiy davolash vositasi sifatida o‘rgangan. U “Al-Qonun fit-tibb” asarida tovush va ritmning inson fiziologiyasiga bevosita ta’sirini ilmiy asosda tahlil qilgan. Ibn Sino fikricha, tovushlarning tebranish chastotasi inson yurak urish ritmiga mos

[1] Abu Nasr Forobiy. Kitob al-Musiqa al-Kabir. – Qohira, 1967. – B. 142.

tushadi. Shu bois musiqaning ayrim shakllari yurak faoliyatini tinchlantiradi, boshqalari esa uni faollashtiradi.

Ibn Sino shunday yozadi:

> **“Inson sog‘lomligi ritmda; ritm buzilsa, inson ichki uyg‘unligini yo‘qotadi.”**[2]

U yurak urishini va nafas olishni “tabiiy musiqa” deb hisoblaydi. Shu bois shifokorlar bemor holatini tinglash (auskultatsiya) orqali baholaydilar — bu amalda musiqaning tibbiy mohiyati namoyon bo‘ladi.

Ibn Sino shuningdek, kasallikka chalingan inson uchun maxsus ohanglar tanlashni tavsiya etgan. U har bir temperament (sovuq, issiq, nam, quruq) uchun mos musiqa turini tavsiya qilgan. Masalan, sokin nay yoki ud ohanglari depressiv holatni yengillashtirgan, baraban ritmlari esa sustlikni yo‘qotgan.

Bu qarashlar hozirgi musiqa terapiyasining nazariy poydevorini tashkil etadi. Zamonaviy tadqiqotlar ham musiqaning inson miyasi, qon aylanish tizimi, endorfin ishlab chiqarish jarayonlariga ijobiy ta’sirini isbotlagan.

3. Musiqa terapiyasi va forig‘lantirish funksiyasi: zamonaviy talqin

Zamonaviy jamiyatda musiqa terapiyasi psixologiya, tibbiyot va pedagogika fanlarining kesishgan sohasiga aylandi. Bugungi tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, musiqa tinglash yoki ijro etish vaqtida miyada “baxt gormoni” — serotonin va dopamin ajralib chiqadi. Bu esa insonning ruhiy holatini barqarorlashtiradi.

Tibbiyotda musiqa bilan davolash quyidagi yo‘nalishlarda qo‘llaniladi:

Ruhiy tinchlantirish: depressiya, xavotir, uyqusizlik holatlarida yumshoq musiqalar orqali forig‘lantirish funksiyasi qo‘llanadi.

Tiklovchi terapiya: insultdan keyingi reabilitatsiya davrida, harakat koordinatsiyasini tiklashda ritmik musiqa yordam beradi.

Kognitiv faollikni oshirish: bolalar va qariyalar uchun musiqa eshitish xotirani, e’tibor va fikrlashni kuchaytiradi.

Shunday qilib, forig‘lantirish musiqaning ruhiy yengillik beruvchi, tinchlantiruvchi tomoni bo‘lsa, for’g‘lantirish — ruhiy va jismoniy tiklanish, yangilanish jarayonini anglatadi. Ikkisi bir-birini to‘ldirib, insonning to‘liq salomatligiga xizmat qiladi.

4. Musiqa va jamiyat: ijtimoiy uyg‘unlik manbai

Musiqa nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy jarayon sifatida ham forig‘lantiruvchi rol o‘ynaydi. Odamlar birgalikda kuylaganda, raqsga tushganda yoki marosimlarda ishtirok etganda, ular o‘zaro uyg‘unlik va birlikni his qiladilar. Shu tariqa musiqaning ijtimoiy falsafasi — birlik, tinchlik va bag‘rikenglik g‘oyasini mustahkamlaydi.

O‘zbek xalqining allalari, dostonlari, maqomlari ana shu falsafiy ildizga ega. Allada bola tinchlanadi — bu forig‘lantirishdir. Maqom esa tinglovchini ruhiy poklanishga chorlaydi — bu for’g‘lantirishdir.

Xulosa qilib aytganda musiqa — bu inson ruhining tilidir. U his-tuyg‘ularni ifoda etish, ichki uyg‘unlikni topish va jamiyat bilan bog‘lanish vositasidir.

[2] Abu Ali Ibn Sino. Al-Qonun fi’t-tibb (Tibb qonunlari). – Toshkent: Fan nashriyoti, 1954. – 1-jild. – B. 243.

Forig‘lantirish funksiyasi insonni ruhiy og‘irlikdan xalos etsa, for’g‘lantirish funksiyasi uni tiklaydi, yangi hayotiy energiya bilan to‘ldiradi.

Ibn Sino, Forobiy, Beruniy kabi mutafakkirlar bu jarayonning ilmiy va falsafiy mohiyatini asrlar oldin asoslab berganlar. Ularning qarashlari bugungi musiqa terapiyasining poydevorini tashkil etadi. Shu bois musiqaning forig‘lantiruvchi va for’g‘lantiruvchi kuchini chuqur o‘rganish inson salomatligi va jamiyat madaniy taraqqiyotining muhim yo‘nalishidir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Ibn Sino. Al-Qonun fit-tibb. – Toshkent, 1980.
2. Forobiy A.N. Kitob al-Musiqa al-Kabir. – Qohira, 1967.
3. Beruniy A. Qadimgi xalqlar qoldiqlari. – Toshkent, 1975.
4. Shushardjan S. Rukovodstvo po muzykalnoy terapii. – Moskva, 2005.
5. Dvoretskiy L. Muzika i meditsina. – Moskva, 2002.
6. Jumaev A. Musiqiy-estetik qarashlar tarixidan. – Toshkent, 1984.
7. Komilov A. O‘zbek musiqa madaniyati tarixi. – Toshkent, 2010.
8. Murodova D. Musiqa terapiyasining metodik asoslari. – Farg‘ona, 2022.
9. UNESCO. Music and Health. – Paris, 2020.
10. Rajabov A. Tarixda musiqa madaniyati. – Dushanbe, 1982.