

- Ҳаёт денгизидаги оила кемаси
- Дераза ортидаги ҳақиқат
- 40 ёш остонасидаги аёл
- Дунёни қутқарадиган мўъжиза



Оғода
ТУРМУХАМЕДОВА

Муҳаббат:
қувонч, азоб
ва **ТАСКИН**

Психология ва оила



Озода
ТУРМУХАМЕДОВА

Муҳаббат:
қувонч, азоб
*ва*ТАСКИН


ЯНГИ АСР АВЛОДИ
ТОШКЕНТ
2015

УЎК: 159.9

КБК: 88.37

Т-90

Турмухамедова, Озода

Муҳаббат: қувонч, азоб ва таскин / О.Турмухамедова.
– Т.: Янги аср авлоди, 2015. – 204 б.

ISBN 978-9943-27-425-9

Ҳаётимизда, умуман, кундалик турмуш тарзимизда учрайдиган муаммолар билан курашганимизда кўп ҳолларда вазиятни фожиага айлантирамиз, оқибатда ҳаётдан завқланиш, умр мазмунини туйиш ва яшаш завқини йўқотамиз. Ҳаёт абадий курашга, норозилик ва қаршилиқларга айланмаслиги учун нима қилсак бўлади? Ўзимизни эшитиш, ўз ҳақиқатимизни англаш, кўнгил қаъридаги эҳтиёжларимизни билиш учун нималар қилишимиз даркор?

Китоб айнан шу саволлар асосида ёзилди ва ўйлаймизки, мутолаадан кейин ўтаётган кунингиздан ҳикмат излайсиз...

УЎК: 159.9

КБК: 88.37

ISBN 978-9943-27-425-9

© Озода Турмухамедова, «Муҳаббат: қувонч, азоб ва таскин». «Янги аср авлоди», 2015.

МУҚАДДИМА

Ҳеч биримизга сир эмаски, ҳаёт йўли текис эмас. Қувончу ташвишлар билан умримиз ўтади. Баъзан шодлик шеригимиз бўлса, баъзида ғамни кутиб оламиз. Ойнинг ўн беши ёруғ, ўн беши қоронғи эканлигини барчамиз ўз тақдиримизда кузатганмиз. Ҳаёт ҳақиқатини яхши билсак-да, кундалик турмуш тарзимизда учрайдиган муаммолар билан курашганимизда кўп ҳолларда вазиятни фожиага айлантирамиз, оқибатда ҳаётдан завқланиш, умр мазмунини туйиш ва яшаш завқини йўқотамиз. Тушкунликка тушиб қоламиз. Ҳаёт абадий курашга, норозилик ва қаршилиқларга айланмаслиги учун нима қилсак бўлади? Ўзимизни эшитиш, ўз ҳақиқатимизни англаш, кўнгил қаъридаги эҳтиёжларимизни билиш учун нималар қилишимиз даркор?

Бир дам тўхтанг, майли, вақт сизни аямаса ҳам, кутмаса ҳам бир зум сокин тин олинг-да, ўйланг: ҳаёт давом этяпти, сиз ана шу ҳаёт аталмиш борлиқнинг қаерида, қайси поғонасида турибсиз? Бу вазиятда сизнинг ҳақиқатингиз нималардан иборат? Мавжудлик обидан, тириклик неъматидан, борлиқ ҳавосидан татиётган экансиз, талаб, эҳтиёж ва мақсадларингиз нималардан иборат? Сиз ростдан ҳам бошқалар билан баҳслашишни, уришишни, уларни муҳокама қилишни, ўзгаларни ғийбат қилишни хоҳлайсизми ёки мақсад ва орзуларингизни амалга ошириш асосий тамойилингизга айланганми? Саволларга жавоб топганингизда бахтга, муҳаббатга эришиш учун сарфлай оладиган вақтингиз ва кучингизнинг беҳуда кураш ва

қаршилик кўрсатишга кетаётганига балки ачинарсиз?

Гоҳида истак ва талабларимиз атрофимиздаги кишиларнинг хоҳишлари билан мос келмайди. Ўз орзуларимиз ҳақиқатини унутмаслик учун аҳён-аҳёнда ички овоз билан ёлғиз қолиб, хатти-ҳаракатларимизни таҳлил этишимиз зарур. Нима учун бошқача эмас, айнан ҳозиргидек яшаётганимизни муҳокама қилишимиз керак. Ўзимиздан, ҳаётимиздан нималарни топишни истаймиз ва излаётганларимиз аслида руҳиятимизда, онг-шууримизда мавжудмикин?

Қанча кўп фикрласак, шунча кўп ўзлигимизни, табиий эҳтиёжларимизни англаб борамиз. Қанчалар осон ва осойишта яшай бошласак, шунча кўп ўзимизга, атрофимиздагиларга адолатли муносабатда бўламиз, ўзимизни, ўзгаларни қабул қиламиз, мақсадларимизни ойдинлаштирамиз, ҳаётимизни бир текис кечишга йўналтирамиз, ёнимиздаги кишиларни, улар ҳаётини, феъл-атворини қандай бўлса, шундайлигича кўрамиз.

Биз бу дунёга нима учун келганимизни тушуниб, ўз ҳаётимизни, ўз оламимизни яратамиз. Шунингдек, ҳар бир инсон ўз ҳаёти билан яшашга ҳақли эканини, ўз ҳаётий сабоқлари, хатолари, ғов-тўсиқларидан ўтиб ички оламида уриб турган тирикликни ҳис этишини англаймизки, Ер сайёрасида биз билан бирга, ёнма-ён турган кишиларга бўлган муносабатимиз ўзаро ҳурмат, самимийлик, ғамхўрлик қилишдек пойдевор асосига қурилади.

Демак, бахтиёрлик ва бахтсизликни, қувонч ва ғам-қайғуни, бешикаст, эсон-омон, соғсаломат, хотиржам ёки мақсадсиз, маъносиз яшаш тарзини танлаш ўз қўлимизда! Демак,

ҳаётдан завқланиш, тириклик лаззатини то-тиш ёки кулфатларда ёниб-куйиш, ўзимиз билан содир бўлаётган ҳодисалардан нолиб яшаш ўз қўлимизда! Демак, ҳаёт йўлимизни ўз хатти-ҳаракатларимиз, ўй-фикрларимиз, ишонч ва қарорларимиз билан танлаймизки, буларнинг бари инсон онгостида содир бўладиган жараёнлар натижасида юзага чиқади.

Замонавий психология илмида онгости ҳақида кўп гапирилади. Онгости – бу бизнинг хотирамиз, инсоният ўтмишининг тадрижий кечиш жараёни сақланган «манба». Одам Ато ва Момо Ҳаво замонидан буён давом этаётган барча воқелик ҳамда ҳодисалар тарихи онгостимизда сақланади. Шунингдек, онгостида бизнинг қўрқув ва омадсизликлардан қутулиш, муаммоларга ечим бўладиган калит ҳам бор. Инсон қонида оқадиган барча ҳайвоний ҳирс ҳам онгостидан сизиб чиқади. Илоҳий сифатлар эса онгустидан жамланган. Онгости тарих бўлса, онгустининг бизнинг тараққиётимиз, келажакимиздир.

Онгостимизни билмай ёки уни покламай, биз юқорига, яъни онгустининг томон ҳаракатлана олмаймиз. Онгостининг тозалаш учун эса юксак чўққиларни кўзлаш, онгли ҳаракатланиш ва вазиятларни ўзгартириш зарур. Ана шунда онгостининг ҳамма сирлари очилади.

Мазкур китобда ўтаётган кунимизни, ҳаётдаги мақсадларимизни, борлиқ ва йўқлик си-ноатини, кўнгил майлини биргаликда таҳлил қиламиз. Ишонамизки, мутолаадан кейин онгостининг тафтиш қилиб, онгустига – келажакка ишонч билан юзланамиз.

МУҲАББАТ ҲАҚИДА

Севги тўсатдан келиб, истак-хоҳишимиздан ташқари бутун руҳиятимиз ва танамизни қуршаб олади. Идрокимизни, қалбимизни тўлдириб турадиган туйғуларни таърифлаб бўлмайди. Яқинликдан, муносабатлардан, учрашувлардан, севганинг ёнида бўлганидан завққа тўласан киши. Бу юракларнинг бирлашгани. Инсонлар ўртасидаги ҳақиқий муҳаббат мана шундай бўлади.

Муҳаббат ва севгининг қандай пайдо бўлишию қачон қалбни ошиён тутишига бағишланган, муҳаббат турлари муҳокама этиладиган асарлар жуда кўп. Лекин инсон учун буниси аҳамиятли эмас. Одамларга сон-санови билан эмас, балки ширадор меваси бўлгани сабаб эъзозланган дарахт каби муҳаббатнинг ўзи муҳим. Дарахтнинг қайси шоҳида етилгани, шакли, кўринишидан, рангидан кўра меванинг шарбатга тўлгани муҳим. Борлиқнинг мўъжаз ва сирли хилқати сифатида оламга келар экан, одам боласи севиши, севганда ҳам юзаки эмас, чин қалбдан, бутун борлиғи билан, юраги гупиллаб уриб севиши керак. Ана шунда инсон ўз юраги мевасини, муҳаббати меваларини татийди.

Муҳаббат ўлим билмайди. У неча асрлардан буён яшайди. Муҳаббат вақт, макон, замонни билмай катта-катта чегараларни ёриб ўтар экан, демак, инсон учун ҳам севишда ҳад белгиланмайди.

Инсон туғилганидан бошлаб севиш ҳуқуқига эга бўлади. Бу ажойиб туйғу кўнгилда уйғонганидан бошлаб юракни маъна-

вий жиҳатдан яхшилаиди, руҳиятига кўтаринкилик бахш этади, инсон фазилатларини оширади. Одамни ғаройиб мўъжизаларга ундайди. Муҳаббатдан юрак озуқа олади. Қалб қониқиш ҳис қилади ва инсон ўзини бахтли сезади. Дунё, мол-давлат ортидан қувиб биз қалб, кўнгил озуқаси ҳақида унутамиз. Уни маънавий озиклантиришни эсдан чиқарамиз. Бу муҳаббат, меҳрдир. Инсон ҳаётда истаган ҳамма нарсасига эгалик қиладиган вақт келади, лекин қалб ўзи истаган меҳр-муҳаббат булоғидан сув ичолмай қуриб қолади. Натижада заминий имкониятларни қанча кўп қўлга киритса, унинг қалби шунчалар кўп эътиборсиз қолиб кетаверади. Шундай бўлгач, маънавий қаноатланишни ҳис этмайди ва оқибатда ўзини бахтиёр деб билмайди. Бизни эса фақат қалбгина бахтиёр эта олади. Шундан руҳиятимиз – кўнглимиз доимо севишга интилади. Машҳур адиб Сен-Жермен муҳаббат борасида фахрланиб шундай ёзган эди:

Инсон қалби муҳаббатсиз сўнади. Севиб қолган юракка энг боқира ва самимий тўйгулар оқиб киради. Мусаффо нурга тўлгач, азобланишдан тўхтамайди.

Муҳаббат ҳақида қанча кўп таъриф келтирсанг ҳам бари бир инсонга туҳфа этадиган ғаройибот ва мўъжизаларини санаб адоғига етолмаётгандай, яна бир ноёб хусусияти тилдан тушиб қолаётгандек назаримда. Ҳа, ҳақиқатан, муҳаббат ажойиб, ёқимли тўйғу. Севган инсон эса бахтли, унинг қалбида бу дунё, борлиқ билан уйғунлик мужассам бўладики, олам билан мутаносиб тарзда бир маромда яшайди. Афсуски, бугунги кунда пси-

хотерапевтга мурожаат қиладиганларнинг кўпчилигини муҳаббатдан азобланган, жабр чекканларни ташкил этади. Наҳотки шундай ғаройиб ва нодир туйғу одамларни қийнаса, азобга солса?

Муҳаббат йигит ва қизлар ўсмир ёшига етганида қалбларга кириб келади. Ҳақиқий, покиза муҳаббат бегараз бўлади, у талаб қилмайди, аксинча, кўпроқ беришга, меҳр улашишга ундайди. Нега? Чунки онгостидаги соя ҳали у қадар катта ва қалин эмас. Йиллар давомида соя кенгаяди, қалинлашиб боради. Юқоридан ато этилган муҳаббат, меҳр шу соя остида қолиб хиралашади. Соя – ёвузлик. Ёвузлик номи билан юритиладиган бахтсиз болалик, ичадиган ота, уришқоқ она, моддий етишмовчилик, сўқинишлар, зерикарли ҳаёт, маънавийтсизлик ва ҳоказолардир.

Маърифатпарварлар айтганларидек, соя қанчалар катта бўлса, меҳрга, муҳаббатга эҳтиёж шунча кучаяди. Муҳаббат бу қувонч, соя остида қолган муҳаббат ўз софлигини йўқотгани учун турли тоифадаги ғам-алам, азоб-уқубатларга айланади. Ақддан оздиради, бахтсиз қилади, жазавага солади, жинсий муносабатларда шеригини жисмоний қийнайди, фаҳшга берилади, уятга қолдиради. Чунки фақат севги туйғуси ва қувончгина бу сояни тумандек тарқата олади.

Кўр-кўрона муҳаббатнинг механизми бошқача. Эҳтимол соя бордир, бу соя балки унчалик катта эмасдир, аммо замонавий ҳаёт ритми шиддатли, бетоқат қилади, бутун диққат-эътиборни талаб қилади. Ҳамма ҳам таранг тортган асабларини бўшаштира олмайди, чарчоғини ёза олмайди, стресслардан холи бўлолмайди. Худди шу жойда бошқача меха-

низм – алмашиб қолган функциялар ишга тушади.

Инсон зўриқиб, асаблари таранг ҳолда яшаса, мунтазам толиқиб юрса, доимий стрессда бўлса, функциялар алмашади. Шри Ауробиндо бу ҳолатни шундай таърифлайди: «Агар ҳаётӣ қувват ҳис этиш, туйғуларга йўналтирилса, яъни юрак бошқа аъзоларга ҳам тақсимланиши керак бўлган қувват остида ишласа, инсон ҳушидан айриладиган даражада севади. Бу бутун бошдаги қувват юракка сарф бўлади дегани. Унинг боши ҳеч нимани идрок қилмайди – севиб қолади ва муҳаббатга боши билан шўнғиб кетади. У аллақандай муҳаббат объекти туфайли ишини, оиласини йўқотади. Бу кўр-кўрона муҳаббат. У тўғрини нотўғридан ажратолмайди. Мияси тўғри фикрлай олмайди, фақат туйғуларга асир бўлиб яшайди. Туйғуларга асир бўлиш эса муҳаббат. Жисмоний интилишга айланади. Икки ўртада севси йўқ, ўзаро ҳурмат йўқ, мия нима қилаётганини билмайди. Кўзи фақат майлини қондириш мумкин бўлган объектни кўради, кимлиги, қандай одамлиги, ичида нималар бор, нималарни истайди, буниси билан иши йўқ. Мана шу нарсалар кўпинча муҳаббатга аралашади. Аниқроғи, функциялар алмашгани сабаб соф муҳаббат туйғуси кирланади ва нуқул қийноқлар олиб келади. Бир номаълум шоир шундай ёзган экан: «Эҳ, маҳбубим, ўткирроқ дамламангдан қуй, гиёҳ захрингдан тўйиб ичай, муҳаббатингдан ақлдан озиш менга осонроқ. Балки мени жодулагандирсан, бунинг учун сени айбламайман, аммо юрагим музлаб қолишини истамайман, токи тирик эканман, ёниб ўтишни хоҳлайман».



Bu tanishuv parchasidir. Asarning to'liq versiyasi
<https://kitobxon.com/uz/asar/1558> saytida.

Бу танишув парчасидир. Асарнинг тўлиқ версияси
<https://kitobxon.com/uz/asar/1558> сайтида.

Это был ознакомительный отрывок. Полную версию
можно найти на сайте
<https://kitobxon.com/ru/asar/1558>