

Мадади Сино Соғломлаштириш Академияси

**ҲАМ ТАБИБ,  
ҲАМ АДИБ**

Тошкент-2006

*Азиз китобхон! Қўлингиздаги ушбу икки жилдли китоб ҳам табиб, ҳам адиб бўлган инсон Абдукарим Усмонхўжаев ҳаёти ва фаолиятига чизгилар сифатида тайёрланди. Китоб ҳақидаги фикр жамоадан, фақат ҳурмат юзасидан чиқди. Устоз ҳақида, айниқса, муборак ёшлари олдидан бирор нарса ёзмасликни ўзимизга эп кўрмаганлигимиз самараси ўлароқ ушбу китоб дунёга келди.*

*Китоб тайёрланиш жараёнида яқиндан ёрдам берган инсонларга миннатдорчилигимизни билдиришни жоиз деб билдик.*

*Жумладан, хайрихоҳликлари учун Абдукарим Усмонхўжаевнинг кадрдонлари бўлган давримизнинг етук олиму-фозиллари, шоирларига ,*

*- китоб тайёрланиш жараёнида сураатлар ва зарур маълумотлар етказиб берганлиги учун оила-аъзоларига,*

*- ҳаётларида ҳаяжонли ва ўчмас из қолдирган воқеаларни баён этиб берганлиги учун қариндошлари, жиянларига,*

*- мақолалар тайёрлашда кўмаклари учун турли даврлардаги ҳамкасбларига, дўст-ёрларига,*

*- китоб нашр жараёнида жонбозлик қилган нашриёт ходимларига,*

*- Устозимиз Абдукарим домла туфайли давримизнинг етук, машҳур олиму фозиллари, шоирлари, ажойиб инсонлар билан ҳамсуҳбат бўлишдек бахт бизга насиб этгани ҳамда китобнинг асосий қисми бўлмиш Устозимизнинг тиббиёт илмида қизиқарли ҳали ечими топилмаган саволларга берган жавоблари учун домлага ўз миннатдорчилигимизни изҳор қиламиз.*

Тузувчилар: М.С. Тураханова биология фанлари номзоди, Маҳкам Маҳмуд филология фанлари номзоди, Э.Усмонов, Ф. Қувонова, С. Раҳимова, С. Жаҳонгиров, М. Муҳаммадназар.



*Абдукарим Ҳайдар ўгли-оғамсиз ҳабиб,  
Ҳам табиб, ҳам адиб, дилбар дўст ажиб.  
Шам каби дилларни ёритиб яшаи,  
Сиздек инсонларга бўлибди насиб.*

**Эркин ВОҲИДОВ,**  
**Ўзбекистон Қаҳрамони, халқ шоири**

## ЁЗМАСЛИК МУМКИН ЭМАС... (МУҚАДДИМА ЎРНИДА)

Устоз Абдукарим Усмонхўжаев сийратига чизгилар, деб атагимиз келди, бўлажак китобни. Китоб ҳақидаги фикр жамоадан, фақат ҳурмат юзасидан чиқди. Мақсадимиз Абдукарим Усмонхўжаев шахсини кўкка кўтариш ёки ходим сифатида бошлиғимиз назарига тушишдан мутлақо йироқ. Устоз ҳақида, айниқса, юбилей олдидан бирор нарса ёзмасликни ўзимизга эп кўрмаганлигимиздан бу ишга қўл урдик. Китобни дастлаб қўлига олган баъзи кишилар балки норизо кайфият билан уни варақламасданоқ четга суриши ҳам мумкин. Мақтов шаклидаги мақолалар одатда айрим кишиларга ёқмаслиги ҳам сир эмас. Аммо, хулоса чиқаришга шошмасдан, варақлаб кўринг.

Китоб устозимизнинг юбилейлари муносабати билан тайёрланди. Ҳарҳолда, кичкина ёш эмас. 75 ёш... Набиралари қуршовида, эртагу-маталлар айтиб ўтирадиган ёшда ҳали у китоб устида ишлаш, ҳали бошқа китобни нашрга тайёрлаш, бир томонда журнал иши, вилоятларга хизмат сафари ва ҳоказоларни зиммасидан соқит қилмаган ва ҳар бир вазифани масъулият ҳамда меҳр билан бажарадиган Абдукарим ака ҳақида дарҳақиқат, ёзмаслик мумкин эмас... У киши “Ёшим бир жойга бориб қолди, энди уйда ўтириб дам олишим керак”, демаяптилар, аксинча, янада ғайрат билан ишляптиларки, бу ҳақда биз ёзишимиз, ўртак олишимиз айна муддао бўлар эди.

Китоб тайёрлаётган вақтимиз ҳам Домла айна ишга шўнғиган пайтга тўғри келибди. “Ўзбек халқ табобати атамалари луғати” ва Ўзбекистон Соғлиқни сақлаш

муассасалари ахборотини ўз ичига олган “Medical Pages” маълумотномаси ҳам катта куч ва масъулиятни талаб қилади.

Хуллас, холис, самимий ният билан устоз сийратига боқамиз...

Ҳамманинг ўзига хос автобиографияси бор. Умр йўли, бажарган ишлари, режалари, танишлари, қилган хайрли ишлари ва ҳоказоларнинг ўзи ҳар бир киши учун бир китоб бўлади. Шу нарсага таянган ҳолда китобимизнинг хаёлдаги нусхасини тайёрлаб бўлгач, ҳақиқий китоб устида иш бошладик.

Домланинг ёшликдан бирга ўсган қадрдонлари, бир жойда ишлаб, қариндошдек бўлиб кетган жамоадошлари, йўл-йўриқ олган шогирдлари, дўсту-ёрлари, фарзандлари билан қилган суҳбатларимиз китобнинг дунёга келишини енгиллаштирди. Яна бир нарсани таъкидлаш жоизки, домлани танимаган, кўрмаган-билмаган, фақат китобларини ўқиган муаллифлар ҳам борки, улар мақолаларини кишилар орқали ёхуд мактуб орқали домлага етказганлар ва биз уларни тўғридан-тўғри, таҳрирсиз кўчириб қўйдик. Ҳатто, китоб деярли тайёр бўлиб қолган бир пайтда узоқ Қашқадарёдан келган бир мактубни ҳам китобга киритишни лозим топдик. Сабаби мактуб Абдукарим Усмонхўжаевнинг шахсан ўзларига йўлланган ва унда асосан, “Руҳиятни соғломлаштириш усуллари” номли рисоалари ҳақида сўз юритилган эди.

Дастлаб китоб ҳақида эшитмаган Абдукарим ака режамиздан хабардор бўлгач, бироз ўйлаб қолдилар: “Шарт эмас, ундан кўра, китоблар ҳақида ёзинглар, уларни халққа етказиб беринглар. Ҳали кўпчилик китобларнинг моҳиятини тушунолмапти. Одамлар ўқимайдиган асар ёзишдан фойда

йўқ, уни ўқишсин, англашсин. Ундан шифо топганлар ҳақида ёзинглар, токи, бошқалар шундан кейин китобларимни ахтаришади ва дардларга даво топишади. Мен учун асосийсишу. Саломатлик инсонларнинг ўз қўлида, буни китоб ёрдамида исботлаб беринглар...” Домла айтаётган асарлар сўнгги изланишлари маҳсули бўлган “Дорисиз қалб давоси” бўлиб, ундан аввалги “Руҳиятни соғломлаштириш усуллари” номли рисолада ҳам устоз инсоннинг саломатлиги нечоғли ўзига боғлиқлиги, имкониятларининг чексизлиги ҳақида муфассал тўхталиб, оддий, тушунарли, ишонарли мисоллар билан уларни исботлаб берган эдилар. Бугунги кунда руҳий олам бутун дунёни қамраб олаяпти. Дарҳақиқат, навбатдаги китоб ҳам ўқувчилар учун янгилик бўлиб, уни тушуниш, моҳиятига етиш бироз қийинроқ. Сабаби, инсон ҳаётда яшар экан, ўзини англаб-англамай умрини ўтказиши, имкониятларидан фойдаланмаслиги ҳам мумкин. Шу маънода китоб ўқувчиларга йўл кўрасатувчи, таъбир жоиз бўлса йўлчироқ вазифасини ўташи тайин. Биз ўзимизнинг юбилей баҳона тайёрлаётган китобимиз асносида нафақат устоз ҳақида, балки уларнинг яратган асарлари, олиб бораётган ишлари ҳақида ҳам тўхталишни лозим топдик. Токи, орамиздаги “ёзмаслик мумкин бўлмаган инсонлар” ҳақида уларнинг ўзлари билан суҳбатлашиб туриб, маслаҳатларини олиб, тушунмаганларимизга изоҳ сўраб, бир сўз билан айтганда “фойдаланиб” қолайлик.

Китобни тайёрлар эканмиз, ходим сифатида уларни қайта кашф қилдик ва бир кишига шунча “қирра” кўплик қилмасмикин, деган мулоҳазага бордик. Айни пайтда хурсанд бўлдик. Ёзгандаям арзийдиган кишилар ҳақида ёзсанг,

Ўқигандаям бирор нарса олсанг, кетган вақтинга ачинмайсан. Такрор айтамик, биз сўз юритаётган кишимиз ҳақида ошириб-тошириб ёзмадик, осмонларга кўтариб мақтамадик. Бир инсонни таништирдик, уларнинг ҳаётига чуқурроқ назар солдик, холос. Муаллифлар билан учрашганимизда, телефон орқали мулоқотда бўлганимизда ҳам Абдукарим Усмонхўжаев ҳақида бирор фикр сўрашдан нарига ўтмадик. Юбилей баҳона кутилмаган тухфа қилиш ниятимизни У кишининг танишлари, ёр-дўстлари қувватлашди ва бу бизга катта ёрдам бўлди. Уйларига борганимизда хуш кайфият, очиқ чеҳра билан кутиб олган муаллифларимиз ҳам бўлдики, шу ўринда уларга миннатдорчилигимизни билдириб ўтмоқчимиз. Ўзининг қимматли вақтини аямасдан, сўзимизни ерда қолдирмасдан мақолаларини тайёрлаб, бизга етказиб берган муаллифларимизга ҳам ўз таҳсинимизни етказиб қўймоқчимиз. Хуллас, шу тариқа китоб юзага келди. Қўлингиздаги бу тухфа асари бир кишининг меҳнати эмас. Кўпнинг оши ширин бўлади, деган гап бор, халқимизда.

Ўқинг, мутолаа давомида устоз ҳақидаги юқоридаги сўзларимизга амин бўласиз ва фикримизга қўшиласиз, деган умиддамиз. Дарвоқе, ҳеч бир инсон на фазилат билан ва на салбий одат билан дунёга келади. Атроф-муҳит, ёр-дўстлар таъсир қилади инсоннинг камол топиши-ю, келажакда қандай киши бўлиб етишишига. Шу ўринда айтиб ўтмоқчимизки, биз шахс деб атаган ва қайсидир томонларини кашф қилган кишимиз ҳаёти билан танишиш асносида ўқувчи ўзига ҳаёт мактабининг бирор сабоғини олган бўлса, бағоят мамнун бўлар эдик. Буёғи, Сизга ҳавола.

## ТАБИАТНИНГ РАСО ИНСОНИ

Дунё - дунё бўлиб яралгандан буён кимлар келиб, кимлар кетмаган дейсиз, бу кўҳна оламга. Бир маротаба бериладиган умри давомида кимгадир шоҳ бўлиб яшаш насиб этса, кимдир гадо, кимдир олиму зиёли бўлса, кимдир хат саводи йўқ оми, яна кимдир... Хуллас, инсон ақлу заковати етмайдиган яхши ёмон, кеча-кундуз, манфий-мусбатлар, қарама-қаршилиқлар, зиддиятлар, бир сўз билан айтганда, тақдири азалнинг ишлари... Кимни тақдирлаш, кимни таҳқирлаш эса, ягона Яратганнинг ҳукми эканлиги ҳеч кимга сир эмас.

Йиллар оша, асрлар оша инсоният XXI асрга ҳам қадам қўйди. Шунча вақт ўтган бўлса ҳам, ўша манфий-мусбатлар, ўша қарама-қаршилиқлар оламни, одамни ҳали ҳамон тарк этгани йўқ. Ҳаёт давом этар экан, тарк этмайди ҳам. Лекин бир нарса аниқки, ўтмишда ҳам, келажакда ҳам яхшилиқ қолиб келиб, яхши инсонларнинг эзгу ишлари ҳеч қачон ўлмайди. Гарчи, бу гаплар ҳеч ким учун янгилик бўлмаса-да, яна бир карра такрорлашимиз бежиз эмас. Негаки, ёши 75-дан ошиб «Энди набираларим, фарзандларим қуршовида роҳат-фароғатда ўтирсам бўлар», дейиш ўрнига, кеча-кундуз тиним билмай, кишиларга ҳожатбарорлик йўлида, илм-фан йўлида ҳормай-толмай ижод қилаётган олим Абдукарим Усмонхўжаевни ҳам ана шундай олий фазилатли кишилар сирасига кирувчи инсонлардан бири десак, хато бўлмайди.

— Хўш, Абдукарим ака ўзи ким? Яхши инсон бўлса, китоб қилиб ёзиш шартми? Ундайлар кўп, — дегувчилар топилар балки...

Шошилманг!

Аслида, Абдукарим ака ҳам шоир таъбири билан айтганда, “Кимнингдир кўзининг оқу-қораси”. Ва ҳатто, набира-ю абираларнинг буваси бўлишга улгурган бўлсалар-да, бизни китоб ёзишга ундаган нарса, кўпроқ уларнинг йиллар



давомида мисқоллаб йиққан меҳнатлари самараси, аниқроғи, руҳият йўлида ёзилган “Руҳиятни соғломлаштириш усуллари“, “Дорисиз қалб давоси” сингари ўндан ортиқ тиббий китоблари-ю, “Мадади Сино” соғломлаштириш Академиясида олиб бораётган савобли ишлари бўлди. Шунингдек, ҳақиқатда барча ҳавас қилгулик оилалари ҳам... Бу шунчаки китоблар ёки шунчаки Академия эмас ва ҳатто шунчаки оила ҳам! Булар ҳақида кейин батафсилроқ тўхталамиз...

Ривоят қилишларича, Аллоҳ таоло инсониятни яратганда, минг битта дардни ҳам қўшиб яратган экан. Шулардан мингтасига шифо бор экан-у, биттасига йўқ экан. У ҳам бўлса ўлимга. Қолган мингта дарднинг давосини Яратганнинг марҳамати ила инсон йиллар, асрлар давомида ақл-заковатини ишга солиб, излаб топар экан. Сир эмас, ҳозирги фан-техника тараққиёти ривожланган асрда дард ҳам кўп, дори ҳам кўп, шифокор ҳам. Ҳаётимизни эса, сўзсиз, тиббиётсиз тасаввур қилиш қийин. Шунингдек, ҳамма замонларда бўлганидек, табиблар, азайимхонлар, экстрасенслар ва ҳоказо шунга ўхшаш даволовчилар ҳозир ҳам топилади. Очиғи, иши тушганлар уларнинг ҳам ҳақиқийлари, ёлғончилари бор дейишади. Нима бўлганда ҳам, кимни кимдан шифо топиши ихтиёрий, ҳар кимнинг ўзига ҳавола. Чунки, мақсад битта, у ҳам бўлса тузалиш. Шундай экан, бугунга келиб, сизнинг кўп хасталиклардан фориф бўлишингиз учун тиббиётдан ажралмаган ҳолда яна бир фан руҳий муолажа усули ва унга оид “Дорисиз қалб давоси” китоби ўзбек тилида дунёга келдики, у сизни инсонга хос кўп хасталиклар бўйича врач қабулига бориш учун уринтирмайди, табиблардек гиёҳлар истеъмол қилишни тавсия этмайди, баъзи ёлғончи азайимхонлардек сарсон-саргардон ҳам қилмайди ва асосийси, танангизга жарроҳлик тиғи, игна-ю кимёвий дорилар киргизмайди. Фақатгина китобни диққат билан, ақл билан тушуниб ўқисангиз, аниқроғи уқсангиз кифоя,

ўзлигингизни топиб, ўзингизни даволайверасиз, яъни кўп хасталиклардан фориғ бўласиз. Бу китобнинг катта фойдаси ҳам, бошқаларга ўхшамаган томони ҳам асли шунда...

Ажаб эмас, юқорида келтирилган минг дардга давони ҳам қайсидир маънода шу китобдан топсангиз...

Фан-техника тараққиёти авжига чиққан бугунги кунда бирор янгилик қилиб, кишиларни лол қолдиришнинг ўзи мушкул иш. Лекин тиниб-тинчимаган одамлар, ўз замонасига яраша нималарни ўйлаб топишмайди дейсиз? Деярли ҳар куни бир янгилик, турли хил техника мўъжизаларини кўриб, ёқа ушлайсиз баъзан. Абдукарим Усмонхўжаев яратган руҳий муолажа усули, гарчи техника мўъжизаси бўлмаса-да, лекин ўша мафтункор кашфиётчи учун ҳам, оддий бир одам учун ҳам, керак бўлганда мўъжиза бўлиб хизмат қилувчи дастур десак, муболаға бўлмайди.

Хўш, руҳият ўзи нима? Унинг фан даражасига етиб келишига нима туртки бўлди? Натижалар-чи?

Келинг, китоб баҳона, аввал сиз-у бизни қизиқтирган ушбу саволларга жавоб топишга уриниб кўрайлик.

Замонавий тиббиёт тили билан айтганда, материянинг эволюцион тараққиёти унинг олий кўриниши руҳиятнинг пайдо бўлишига олиб келган. Руҳиятнинг физиологик асослари нерв системаси ва аввало, бош миядир. Биламизки, бош мия руҳий фаолият механизми ҳисобланади. Бош мияда тузилишига кўра, бир-бирига ўхшайдиган бешта майдон бор. Бу майдонлар фаолиятига кўра, бир-бирига ўхшамайдиган ўн бир соҳадан ташкил топган. Бош мия тараққиётидаги ҳар бир қисм (пастдан юқорига қараб ҳисоблаганда), ўзидан аввалги қисмнинг устига қатланган орқа мия, ундан кейин эса, узунчоқ мия марказий асаб системасининг энг қадимги қисмларидир. Марказий асаб системасининг юқоридаги қисмлари таркиб топиб, тараққий қилиши билан мураккаброқ руҳий функциялар миянинг юксак тараққий қилган қисмларига ўтади ва шу билан бирга руҳий функциялар тобора мураккаблашиб



Bu tanishuv parchasidir. Asarning to'liq versiyasi  
<https://kitobxon.com/oz/asar/4609> saytida.

Бу танишув парчасидир. Асарнинг тўлиқ версияси  
<https://kitobxon.com/uz/asar/4609> сайтида.

Это был ознакомительный отрывок. Полную версию можно  
найти на сайте <https://kitobxon.com/ru/asar/4609>