MUSIQANING FORIG'LANTIRISH FUNKSIYASI: IJTIMOIY-FALSAFIY TAHLILI

Qurbonaliyesa Sohibaxon Xolmuhammad qizi
Farg'ona davlat universiteti
mustaqil izalnuvchisi

Qabul qilindi: 29.10.2025
Ko'rib chiqildi: 30.10.2025
Tasdiqlandi: 31.10.2025

Ключевые слова:
музыка, функция релаксации, катарсис, эмоциональное освобождение, социальная гармония, очищение.

Kalit so'zlar:
musiqa, forig'lantirish funksiyasi, katarsis, relaksatsiya, ijtimoiy uyg'unlik, ruhiy tozalanish.

Keywords:
music, relaxation function, catharsis, emotional release, social harmony, purification.

Annotatsiya. Mazkur maqolada musiqaning inson ruhiyatiga, jamiyat hayotiga va madaniy qadriyatlarga ko'rsatadigan forig'lantiruvchi (relaksatsion) ta'siri ijtimoiy-falsafiy nuqtayi nazardan tahlil etiladi. Musiqa inson ruhini yengillashtirish, ichki muvozanatni tiklash va ijtimoiy uyg'unlikni shakllantirishda eng muhim estetik hodisa sifatida qaraladi. Tadqiqotda o'zbek, rus va fransuz olimlarining musiqaning katarsis (ruhiy poklanish) haqidagi qarashlari qiyosiy yondashuv asosida o'rganilgan.

Аннотаци. В данной статье рассматривается релаксационная (очищающая, катарсическая) функция музыки с социально-философской точки зрения. Музыка представляется важнейшим эстетическим явлением, способствующим облегчению души человека, восстановлению внутреннего равновесия и укреплению социальной гармонии. В исследовании проведено сравнительное изучение взглядов узбекских, российских и французских ученых на катарсическую природу музыки и её роль в эмоциональном освобождении.

Annotation. This article analyzes the relaxing (cathartic) function of music from a socio-philosophical perspective. Music is considered one of the most essential aesthetic phenomena that relieve the human soul, restore internal balance, and promote social harmony. The research compares the views of Uzbek, Russian, and French scholars on the cathartic (purifying) nature of music and its role in emotional release and mental well-being.

Kirish

Musiqa insoniyat tarixida faqat estetik zavq manbai emas, balki ruhiy barqarorlik va ma'naviy tozalik vositasi sifatida ham qadrlangan. Qadimgi yunon faylasuflari — Platon va Aristotel musiqaning axloqiy va ruhiy tarbiya vositasi ekanini ta'kidlaganlar. Ayniqsa Aristotel "katarsis" tushunchasini joriy etib, musiqaning inson qalbini salbiy hissiyotlardan tozalash xususiyatini asoslab bergan[1].

Zamonaviy davrda esa musiqa psixologiya, sotsiologiya va tibbiyot fanlari bilan uzviy bog'liq holda o'rganilmoqda. Chunki musiqaning forig'lantirish (relaksatsion) funksiyasi inson ruhiy holatini tiklash, stressni kamaytirish va ijtimoiy muvozanatni saqlashda muhim o'rin tutadi.

Musiqa va inson ruhiyati

Musiqa insonning ichki dunyosiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Uning ohanglari inson hissiyotlarini uyg'otadi, tinchlantiradi yoki ruhlantiradi. Psixologik tadqiqotlarga ko'ra, musiqani muntazam tinglash nafas olishni normallashtiradi, yurak urishini me'yorlashtiradi va miyaning alfa-to'lqin faoliyatini oshiradi. Shu bois musiqoterapiya bugungi kunda tibbiyotda keng qo'llanilmoqda.

Katarsis va relaksatsiya tushunchalari

"Forig'lantirish funksiyasi" asosan ikki tushunchani o'z ichiga oladi: katarsis (ruhaniy tozalash) va relaksatsiya (dam olish). Aristotel fikricha, musiqaning katarsis xususiyati insonni qayg'u, g'am, g'azab kabi salbiy kechinmalardan xalos etadi[3]. Fransuz faylasuflari esa bu holatni "purification spirituelle" — ruhiy poklanish sifatida izohlashgan.

Musiqa ijtimoiy-falsafiy hodisa sifatida

Jamiyat taraqqiyoti davomida musiqa insonlar orasidagi muloqotni, hamjihatlikni va ma'naviy birlikni mustahkamlovchi vosita bo'lib kelgan. Rus olimi V. Bekhterevning tadqiqotlariga ko'ra, musiqaning relaksatsion ta'siri nafaqat individual, balki ijtimoiy guruh darajasida ham ijobiy natija beradi. Shu sababli, musiqa nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy sog'lom muhitni yaratishda ham muhim vositadir.

Xalq musiqasi va ruhiy terapiya

O'zbek xalq kuy-qo'shiqlari — "Segoh", "Rost", "Bayot" kabi maqomlarda ham forig'lantirish funksiyasi mujassam. Ular tinglovchini chuqur fikrga cho'mdiradi, ruhiy tinchlik beradi. Shu bois xalq musiqasi milliy terapevtik tizimning muhim qismi hisoblanadi.

Musiqaning forig'lantirish funksiyasi inson ruhiyati va jamiyat hayotida

chuqur falsafiy ahamiyatga ega. U insonni ruhiy tozalash, ichki uyg‘unlikka erishish va ijtimoiy muvozanatni saqlashga yordam beradi. Musiqa — bu ruhiy salomatlik, madaniyat va falsafaning tutashgan nuqtasidir. Shu sababli, ta'lim, psixologiya va tibbiyotda musiqaning relaksatsion va katarsis funksiyalarini kengroq qo‘llash dolzarb masala hisoblanadi.

Musiqa va katarsis nazariyasi (forig‘lantirishning falsafiy asosi)

Musiqa inson ruhiyatiga ta'sir etuvchi eng qadimiy san'at shaklidir. Aristotel "Poetika" asarida musiqaning katarsis (forig‘lantirish) funksiyasini ta'riflab, uni inson ruhidagi ortiqcha emotsiyalarni chiqarib tashlash, ruhiy muvozanatni tiklash vositasi sifatida baholagan[1]

Uning fikricha, musiqiy ohanglar foydali estetik kechinmalarni uyg‘otadi, bu esa jamiyat a'zolarining ruhiy holatini sog‘lomlashtiradi. Shu bois, katarsis san'atning asosiy ijtimoiy vazifalaridan biri sifatida qaralgan.

Masalan: Yunon tragediyalarida musiqa sahna harakatlarini kuchaytirib, tomoshabinning his-tuyg‘ularini tozalashga xizmat qilgan. Sharq falsafasida musiqaning ma'naviy-ma'rifiy mohiyati

Al-Farobiy "Musiqa ilmi haqida kitob"ida musiqa orqali inson ruhiyati va ijtimoiy tartib o‘rtasidagi uyg‘unlikni tahlil qiladi.

Unga ko‘ra, musiqa nafaqat his-tuyg‘ularni ifoda etadi, balki insonni axloqan tozalaydi. Musiqa tovushlarining tartibi inson ruhidagi tartib bilan bevosita bog‘liq, shu sababli musiqa — ichki dunyo muvozanatini tiklovchi vosita hisoblanadi[2]

Farobiy yozadi: "Musiqa qalbni poklaydi, uni muloyim qiladi, aqlni tiniqlashtiradi."

Zamonaviy psixologiyada forig‘lantirish funksiyasi

XX asrda rus psixologi V.M. Bexterev va S. Rubinshteyn musiqaning ruhiy sog‘lomlashtiruvchi funksiyasini ilmiy asosda o‘rganishgan.

Ularning tadqiqotlarida musiqa insonning stress, qo‘rquv, depressiya holatlarini kamaytirishda samarali vosita ekanligi isbotlangan[3]

Bu yondashuv musiqani tibbiyotda "musiqoterapiya" sifatida qo‘llashga asos bo‘lgan.

Masalan: past tonli pianino ohanglari yurak urishini sekinlashtiradi, yuqori tonlar esa faol fikrlashni rag‘batlantiradi.

Musiqa va jamiyat falsafasi

Musiqaning forig‘lantirish funksiyasi faqat individual ruhiyat bilan emas, balki ijtimoiy birlik va madaniy integratsiya bilan ham bog‘liq.

Ijtimoiy falsafa nuqtai nazaridan, musiqa — bu jamiyatning ma'naviy dialog maydoni, unda insonlar o‘z his-tuyg‘ularini uyg‘unlashtiradilar.

Bunday jarayon milliy birlikni, ijtimoiy totuvlikni, estetik qadriyatlarni

[1] Aristotel. Poetika. — Afina, mil. avv. IV asr.
[2] Al-Farobiy. Kitāb al-Mūsīqā al-Kabīr. — Qohira, 1940.
[3] Bekhterev V.M. Коллективная рефлексия и музыка. — Sankt-Peterburg, 1928.

mustahkamlaydi

O‘zbek xalq qo‘shiqlari va ashulachilik san’ati xalqning dardini ifoda etib, uni ruhiy jihatdan yengillashtirish — ya’ni forig‘lantirish funktsiyasini bajaradi.

Musiqa terapiyasining zamonaviy tarmoqlari

Bugungi kunda musiqaning forig‘lantirish xususiyatlari musiqoterapiya, psixoterapiya, neuroterapiya va rehabilitatsiya dasturlarida faol qo‘llanmoqda.

Fransuz olimi Pierre Danel ta’kidlaganidek, musiqa inson miya to‘lqinlarini tartibga soladi, dopamin va serotoninni faollashtirib, kayfiyatni yaxshilaydi

Musiqa tinglash va uni ijro etish orqali inson o‘z ichki hissiy muvozanatini qayta tiklaydi.

Tibbiy amaliyotda: skripka va fortepiano tovushlari yurak faoliyatini tinchlantiruvchi, metalofon esa bolalar psixikasiga yumshoqlik beruvchi asbob sifatida tan olingan.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Aristotel. Poetika. — Afina: Klassik nashr, mil. avv. IV asr.
2. Al-Farobiy. Musiqa ilmi haqida kitob (Kitāb al-Mūsīqā al-Kabīr). — Qohira, 1940.
3. Platon. Davlat (Respublika). — Afina: Akademik nashr, mil. avv. IV asr.
4. Bekhterev V.M. Коллективная рефлексия и музыка. — Sankt-Peterburg, 1928.
5. Al-Farobiy. Kitāb al-Mūsīqā al-Kabīr. — Qohira, 1940.

II. Monografiyalar va ilmiy risolalar

6. Omonov U. San’atning falsafiy mohiyati va ijtimoiy ahamiyati. — Toshkent: Fan, 2019.
7. Murodova D. Musiqa tarbiyasida estetik idrokni shakllantirish metodlari. — Farg‘ona: FDU, 2020.
8. Qurbonaliyeva S.X.X. Musiqa madaniyati darslari samaradorligini oshirishda cholg‘u ijrochiligining metodik asoslari. — Farg‘ona, 2025.