

TA'LIM MUASSASALARIDA TALABALARINING TIBBIY MADANIYATINI RIVOJLANTIRISHDA BIOENERGETIK BILIMLARNIN ROLI VA O'RNI**M.Xaydarova**

Alfraganus universiteti

"Ichki kasalliklar" kafedrası o'qituvshisi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19884624>

Annotatsiya. Maqolada tibbiyot oliy ta'lim muassasalari talabalarining xis-tuyg'ularini bioenergetik taxlili xaqida fikr bildirildi.

Tayanch tushunchalar: qiziqish, quvonch, hayratlanish, iztirob, g'azablanish, nafratlanish, jirkanish, qo'rquv, uyalish, vijdon, axloqiy hissiyotlar, agressiv hissiyotlar, muhabbat.

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы биоэнергетического анализа эмоций студентов медицинских вузов.

Ключевые слова: интерес, радость, удивление, страдание, гнев, отвращение, ненависть, страх, стыд, совесть, моральные чувства, агрессивные чувства, любовь.

Annotation. The article discusses the bioenergetic analysis of the emotions of students of medical higher education institutions.

Key words: interest, joy, surprise, distress, anger, hatred, disgust, fear, shame, conscience, moral emotions, aggressive emotions, love.

Inson juda ko'p fanlarning o'rganish ob'yekti bo'lib hisoblanadi. Ushbu fanlar bir ob'yektni o'rganar ekan o'zaro mustahkam aloqa bog'lashi talab etiladi. Chunki har bir inson haqidagi yangi ma'lumot ushbu fanlarning ilmiy tadqiqot ishlarida o'z aksini topadi.

Inson tabiatning eng mukammal va shu bilan birga eng murakkab hosiloti bo'lganligidan uni juda ko'p fanlar ma'lum bir qismini o'rganadi. Psixologiya, pedagogika, fiziologiya, anatomiya, biologiya, tibbiyot va boshqa ko'plab fan olimlari o'z yo'nalishi bo'yicha ilmiy-tadqiqot ishlari olib boradilar.

Bu fanda tor ma'nodagi bir yoqlama yondashuvni rivojlantiradi va samaradorlikni cheklab qo'yadi. Har bir fanni rivojlanish yo'li ma'lum bosqichda integratsiya jarayonini talab etadi. Ana shu bosqichda integratsiya ilmiy-tadqiqotlar doirasini kengaytirishga, yangi qonuniyatlarni, yangi yondoshuvlarni vujudga kelishiga yordam beradi. Integratsion jarayon psixologiya fanini keyingi rivojini jadallashtirishga, ilmiy-tadqiqotlarning qamrovini oshirishga va yangidan-yangi kashfiyotlarni vujudga kelishiga turtki bo'ladi.

Inson bioenergiyasi - bu nima? Endi siz har bir burchakda "inson bioenergiyasi" haqida eshitishingiz mumkin, ammo bu iborani yanada qulayroq qilmaydi. Aksariyat odamlar uchun u "nirvana", "asana", "tantra", "ezoterizm" va boshqalar kabi atamalar bilan tengdir. Eng qizig'i shundaki, ko'pincha bir xil tushunchaga mutlaqo boshqa ma'nolar qo'shiladi.

Ko'pchilik, inson bioenergiyasi minglab odamlardan faqat bittasi ega bo'lishi mumkin bo'lgan ba'zi maxsus qobiliyatlarning mavjudligini anglatadi, deb o'ylaydi. Bundan tashqari, agar bu odam mehribonlik bilan ajralib turmasa, u faqat yomon, salbiy energiyani chiqaradi.

Bunday odamlardan qochish yaxshiroq ekanligi aniq. Bunga misol - energiya vampirizmi, yomon ko'zni tashlash yoki zarar. Ammo mehribon odamlar, aksincha, o'zlarining ichki kuchlarini boshqalar bilan baham ko'rishadi.

"Bioenergiya" so'zi shu qadar ildiz otganki, u ko'plab uy bekalari va hatto maktab o'quvchilarining lug'atiga kirdi.

Agar siz ulardan bu atama nimani anglatishini so'rasangiz, ular sizga osonlikcha tushuntirib berishadi: ular aytadiki, bu odamning atrofidagi qobiq yoki hatto bir nechta. U zaif yoki kuchli, kasal yoki sog'lom bo'lishi mumkin - omadingizga qarab. Albatta, sog'lom auraga ega bo'lish yaxshiroqdir, lekin buni qanday qilish to'liq aniq emas.

Agar siz ushbu tushunchaning lug'atlardagi ma'nosiga qarasangiz, taxminiy ta'rifni quyidagicha shakllantirish mumkin: bioenergiya - hujayralar, to'qimalar, biologik organizmlar va umuman butun biosferadagi energiya o'zgarishlarini o'rganadigan bilim sohasi; yagona axborot sohasini o'rganuvchi va uning barcha, hatto eng murakkab biologik ob'yektlar bilan o'zaro ta'sirini ko'rib chiqadigan fan.

Ayni paytda olimlar bioenergiya maydoni mavjudligi haqida ancha vaqtdan beri bilishgan. Ularning aksariyati u inson ongining tashuvchisidan boshqa narsa emas, degan fikrda.

Barcha biologik jarayonlar ushbu soha tomonidan boshqariladi, uning yordami bilan materiyaning mavjudligi va hayotiy faoliyati tartibga solinadi.

Har bir narsani oddiy so'zlar bilan aytganda, insonning bioenergiyasi ma'lum miqdordagi hayotiy energiya mavjudligidir. Hech kimga sir emaski, odamlar asosan ikki toifaga bo'lingan.

Ba'zilar deyarli hech qachon muvaffaqiyatsizlikka uchramaydigan omadli odamlardir.

Boshqalar uchun hamma narsa aql bovar qilmaydigan qiyinchilik bilan keladi va har doim ham emas. Va bu aniq bioenergiya bilan izohlanadi, uning miqdori hayot sifatiga aylanadi.

Va har bir kishi bunday sohada o'z kuchiga ega.

Bundan tashqari, inson bioenergiyasi uni kasalliklardan va boshqalarning salbiy ta'siridan himoya qiladi. Zaif energiya maydoni bo'lgan odamlar odatda darhol seziladi. Ular doimo hayotdan shikoyat qiladilar, ular sust va befarq ko'rinadi. Aftidan, bu odamlar har qanday harakatni katta qiyinchilik bilan qiladilar.

Inson bioenergiyasini qanday rivojlantirish mumkin. Inson tanasini energiya to'plangan idishga solishtirish mumkin. Va u uni to'plashi yoki yo'qotishi mumkin.

Biror turdagi ishlarni bajarishda odam jismoniy kuch sarflaydi. Ammo xuddi shu narsa uning bioenergiyasi bilan sodir bo'ladi. Vaqt o'tishi bilan u tugaydi va bu, ayniqsa, turli xil stresslardan keyin tez sodir bo'ladi. Agar inson o'zini yaxshi his qilishni xohlasa, bioenergiyani tiklash shunchaki zarurdir. Buning uchun maxsus mashqlar va meditatsiyalar mavjud bo'lib, ular, aytmoqchi, energiya vampirizmini qayta tiklashga yordam beradi.

Hech kimga sir emaski, atrofda gildardan tom ma'noda kuch oladigan odamlar bor.

Ularning huzurida siz o'zingizni zaif va befarq his qila boshlaysiz va har qanday harakatni amalga oshirish istagi yo'qoladi. Bular energiya vampirlari. Biroq, ularning hayoti birinchi qarashda ko'rinadigan darajada qulay emas. Ko'pincha ularning o'z maydonida energiya keng oqimda oqadigan "teshiklar" mavjud. Bu kasallik, asabiylashish yoki oddiygina yomon xarakter tufayli sodir bo'ladi. Va "vampirlar" o'z kuchlarini boshqalar hisobiga to'ldirishlari kerak.

Bu zaryadlashning oson varianti kabi ko'rinadi, lekin aslida hamma narsa unchalik qizg'ish emas. Bunday odamning bioenergiyasi doimo yangi infuziyalarga muhtoj, ya'ni u kechayu kunduz "oziq-ovqat" izlashi kerak. Har doim o'zini himoya qilishga tayyor bo'lgan odam bilan uchrashish imkoniyati mavjud. Qolaversa, kim haqiqatan ham parazit hayot kechirishni xohlaydi?

Bioenergiya va inson energiyasiga muntazam g'amxo'rlik qilish kerak. Bu ko'rinadigan darajada qiyin emas: har kuni 10 daqiqa davomida quyidagi mashqni bajaring.

O'zingizni eng qulay his qiladigan pozitsiyani toping. Buni qabul qiling, kaftlaringizni isitib oling va ularni tanangiz bo'ylab harakatlantirishni boshlang. Bo'lgan joylarda kasal organlar, qo'llaringizni ushlang va ular bilan terini isitib oling. Bu erda soat yo'nalishi bo'yicha dumaloq harakatlar yordam beradi. Jarayon yoqimli bo'lishi kerak. Jismoniy mashqlar paytida barcha boshqa fikrlarni chetlab o'tib, faqat yoqimli narsalar haqida o'ylashga harakat qiling.

Umuman olganda, inson bioenergiyasi hodisa sifatida hozirgacha kam o'rganilgan va ba'zi savollarga oddiygina javob yo'q. Shuning uchun, maslahat agar kerak bo'lsa, o'z sezgingizga murojaat qiling - ehtimol u sizga harakat qilish uchun to'g'ri yo'nalishni aytib beradi.

Bioenergiya yordamida turli kasalliklarni davolash qadim zamonlardan beri ma'lum.

Hozirgi kunda ham faqat shu dori turiga ishonadigan, boshqasiga ishonmaydigan qabilalar bor.

Har bir inson tug'ilishidan boshlab uch xil biofiledga ega. Agar tanadagi biron bir organ ta'sir qilsa, u holda maydonlardan biri o'zgartiriladi. Aynan shu transformatsiyalar orqali bioenergetika bilan shug'ullanadigan odamlar rivojlangan kasallikni aniqlashlari mumkin.

Davolash inson bioenergiyasini nazorat qilish orqali amalga oshiriladi. Buning uchun tabib o'z energiyasini kasal organga yo'naltiradi.

Natijada, bemor bir muncha vaqt energiyada sifatli sakrashni boshdan kechiradi va shifobaxsh energiyaning pasayishini boshdan kechiradi.

Aslida, bunday terapiya usuli har bir kishi uchun mavjud, agar ular muntazam ravishda maxsus mo'ljallangan mashqlar tizimi bilan shug'ullansa.

Bugungi kunda inson bioenergiyasi bo'yicha ko'plab qo'llanmalar nashr etilmoqda, ularning yordami bilan siz o'z sohangizni tiklashni o'rganishingiz mumkin. Odamlar, o'zlari bilmagan holda, o'zlarini va balki atrofdagilarni davolashga urinish o'rniga, o'z kuchlarini behuda tashlaydilar.

Inson bioenergiyasining mohiyati shundan iboratki, agar xohlasa va mohir bo'lsa, kuchni to'plash va keyin uni kasal organga yo'naltirish mumkin. Bunday terapiya radikulit va migren, turli xil yallig'lanishlar va o'smalar kabi kasalliklar bilan juda yaxshi kurashadi.

Bioenergiyadan to'g'ri foydalanish bilan endokrin kasalliklar, qon tomirlari, falaj va boshqa ko'plab kasalliklarga qarshi tura olmaydi.

Bioenergetik davolash - bu afsona emas va u tananing jismoniy va energetik komponentlari o'rtasidagi munosabatlarga asoslangan.

Haqiqiy tabiblar insonning bioenergetik aurasini va uning rang palitralarini yaxshi his qilishadi va biofiledning buzilganligini osongina aniqlashlari mumkin.

Agar bemorda tananing energetik zaif sohasi bo'lsa, u holda kuchning bir qismini davolovchidan unga o'tkazish tananing himoya kuchini oshirishga olib keladi. Energiya zichligi, aksincha, juda yuqori bo'lsa, energiyani yo'qotish kerak.

Bioenergiya (hayot va faoliyat) muqobil tibbiyotning inson tanasi ichidagi va tashqarisidagi energiya oqimlarini o'rganishni o'z ichiga olgan bo'limidir.

U, shuningdek, bemorning bioenergiyalarini muvozanatlash orqali shifokorning energiyasidan foydalangan holda kasalliklarni davolash bilan shug'ullanadi.

Bemor o'z-o'zini davolash, oqimni tartibga solish, uning farovonligini yaxshilash mumkin. Biroq, bu erda ma'lum bilim va ko'nikmalar talab qilinadi.

Xitoy va Yaponiyada an'anaviy usul sifatida qo'llaniladi. G'arb mamlakatlarida bu fan "energiya tibbiyoti" deb nomlanadi.

Inson bioenergiyasi .

Bo'limning asoslari S. Freydning shogirdi doktor V. Reyx tomonidan qo'yilgan. Nazariya insonning ruhi va tanasi o'rtasidagi bevosita munosabatlarga asoslanadi. Shuning uchun sizning hissiy holatingiz jismoniy sog'lig'ingizga ta'sir qiladi va aksincha. Energiya ma'lum kanallar bo'ylab harakat qiladi, ma'lumotli tana va aqliy almashinuvni amalga oshiradi, deb ishoniladi.

Ushbu ma'lumotni tan olishni o'rganganingizdan so'ng, mashqlar yordamida bioenergetik muvozanatni tiklashingiz mumkin. Shifo topish shu tarzda sodir bo'ladi.

Usul birinchi marta amerikalik psixoterapevt Aleksandr Louyen tomonidan dorivor maqsadlarda qo'llanilgan. U bugungi kungacha muvaffaqiyatli qo'llanilayotgan mashqlar va komplekslar bilan ko'rsatmalar yaratdi. Texnikalar o'zingizning yoki boshqa mavzuning energiya maydonini mustahkamlash va rivojlantirishga imkon beradi. Majmuaning asosiy vazifasi shaxsning ma'naviy va jismoniy holatini uyg'unlashtirishdir. Mashqlarning maqsadi mushaklarning erkin holatga kelishidir.

Energiya manbalari

Biror kishi o'zining energiya tizimidan, shuningdek, atrofdagilardan o'zini mustahkamlash uchun yoki uning etishmovchiligi bo'lgan taqdirda foydalanishi mumkin. U qayerdan keladi?

- ma'lum miqdor meros bo'lib o'tadi - bu insonning kuchi, poydevori;
- kislorod yoqilganda yana bir qism hosil bo'ladi;
- uchinchi oziq-ovqat hazm qilish jarayonida shaxs tomonidan qabul qilinadi;
- suv ko'p miqdorda energiya beradi va nafaqat ichish paytida, balki suv bilan har qanday aloqada ham;

Bioenergiya bilan davolash

Kasalliklar energiya tanqisligi yoki ortiqcha yoki buzilgan oqimlar tufayli rivojlanadi.

Kasalliklarni qo'llar bilan davolash usuli qadim zamonlardan beri ma'lum. Buni kuchli energiyaga ega odamlar qilishlari mumkin. Bunday sub'yektlar kuchli, sezgir, hissiy va ayni paytda xotirjam, o'tkir aql va tezkor reaksiyaga ega.

Amaliyotchilar biomaydonni masofadan aniqlashga va hatto muammoni aniqlashga qodir. Buning uchun ular bemordan "nozik darajada" olingan o'zlarining his-tuyg'ulari bilan boshqariladi. Aytish mumkinki, davolanish vaqtida amaliyotchi o'z energiyasining bir qismidan voz kechadi, uning darajasi pasayadi va bemorning darajasi oshadi. Bemorning tanasi patologiyaga qarshi kurashish uchun ichki kuchga ega bo'ladi. Davolovchi atrof-muhitning etishmasligini to'ldiradi.

Qo'llar har qanday og'rig'ini yo'qotish uchun yaxshi. Qo'llash mumkin bo'lmagan holatlar faqat shoshilinch jarrohlik holatlarini o'z ichiga oladi. Hatto saraton kasalligini bioenergetik usullar yordamida davolash mumkin.

20-asrning boshlarida ingliz biologi Jon Xelden hayotni tashqi energiya oqimi tufayli o'z-o'zini ko'paytiruvchi tuzilmalarning mavjud bo'lish usuli deb ta'riflagan. Biroq, bu fikrning ildizlari ancha uzoqqa borib taqaladi: Leonardo da Vinchi hayvonlarning oziqlanishini shamni yoqish bilan solishtirgan.

Mahalliy olimlar Vladimir Engelxardt va Vladimir Belitser bioenergiya rivojiga katta hissa qo'shgan fosforlovchi hujayra nafasini kashf etdilar.

"Bioenergiya" so'zining o'zi paydo bo'lishi 1950-yillarning o'rtalaridan 1960-yillarning boshlarigacha bir nechta asarlarning nashr etilishi bilan bog'liq. Ular orasida Nobel' mukofoti sovrindorlari Jeyms Uotson, Piter Mitchell va Albert Szent Dyordjining maqolalari bor.

"Bioenergiya" nomi 1968 yilda Italiyada bo'lib o'tgan biokimyogarlarning xalqaro kongressida sovet olimi Vladimir Skulachev tomonidan taklif qilingan. Bu atama biologiyaning organizmlarning energiya bilan ta'minlanishini o'rganadigan sohasini belgilash uchun ishlatila boshlandi. Shu paytdan boshlab bioenergiya o'zining jurnallari, konferensiyalari va xalqaro tashkiloti bilan to'liq ilmiy intizom sifatida rivojlana boshladi.

"Morfogenetik (biologik) maydon" atamasi birinchi marta rus va sovet biolog, professor Aleksandr Gurvich tomonidan kiritilgan. U o'zining 1944 yilgi "Biologik maydon nazariyasi" asarida o'zining topilmalarini bayon qildi. Gurvich tirik organizmlardan chiqadigan o'ta zaif elektromagnit energiya oqimlarini qidirish bilan shug'ullangan va taxminan piyoz ildiz hujayralari ul'trabinafsha nurlar chiqarishini aniqladi.

1970-1980 yillarda "biomaydon" atamasi sovet ekstrasenslari va parapsixologlari orasida tarqaldi va keyin keng qo'llanila boshlandi.

1992 yilda Milliy Sog'liqni saqlash instituti muqobil tibbiyot idorasi biomaydonni "tirik jismlarni o'rab turgan, o'tadigan va ta'sir qiladigan elektromagnit bo'lishi shart bo'lmagan massasiz maydon" deb ta'rifladi.

Unga nisbatan hozirgi psevdoilmiy qarashlar tirik organizmlar energiya maydonlarini hosil qiladi va ularga reaksiyaga kirishadi, degan fikrga asoslanadi. Ya'ni, aslida, biz go'yoki odamning ichida va atrofida mavjud bo'lgan va barcha tirik mavjudotlarga singib ketgan o'sha "hayot energiyasi" haqida gapiramiz.

Uning mavjudligi tarafdorlari biomaydonni elektromagnit faollik, asosan o'zaro ta'sir energiyasi deb tushunishadi. Misol tariqasida ular:

- yurak tomonidan yaratilgan magnit maydonlar;
- ba'zi hayvonlarda elektromagnit impul'slar bilan bog'liq bo'lgan oyoq-qo'llarning regeneratsiyasi;
- hujayralarning rezonans va Broun harakati;
- quyosh chaqnashlarining inson salomatligiga ta'siri.

Insoniyat uchun bioenergiyaning ahamiyati shundaki, u tirik tizimlarda sodir bo'layotgan jarayonlarni yaxshiroq tushunish va bu bilimlardan salomatlikni yaxshilash, qishloq xo'jaligi samaradorligini oshirish va ko'plab kasalliklarni davolashning yangi usullarini ishlab chiqishda foydalanish imkonini beradi.

Masalan, bioenergetik terapiya - bu organizmni o'z-o'zini davolashni rag'batlantirish uchun energiyadan foydalanishga tayanadigan tibbiy terapiyaning muqobil usullari. Bioenergiya fotosintez sohasida ham qo'llaniladi, bu erda uning tadqiqotlari ekinlar hosildorligini oshirishga va o'simlik mahsulotlarining yangi turlarini yaratishga yordam beradi.

Shunday qilib, bioenergiya keng amaliy qo'llanmalarga ega bo'lgan va dunyoda fan va texnika taraqqiyotiga hissa qo'shadigan muhim fandır.

Bioenergiyaning asosiy tamoyillari

Bioenergiyaning asosiy tamoyillari quyidagilardan iborat:

1. Energiyaning saqlanish qonuni - energiyani yaratish yoki yo'q qilish mumkin emas, faqat bir shakldan ikkinchisiga o'zgarishini bildiruvchi qonun.
2. Termodinamikaning ikkinchi qonuni - har qanday jarayonda energiyaning bir qismi issiqlikka aylanadi, uni ish uchun to'liq ishlatib bo'lmaydi.
3. Energiya transporti - energiyani bir joydan ikkinchi joyga o'tkazish jarayoni. Tirik organizmlarda energiya ATP (adenozin trifosfat), NADH (nikotinamid adenin dinukleotid) va FADH (flavin adenin dinukleotid) kabi turli molekulalar orqali uzatiladi.

Inson turli funksiyalarni bajarish va tananing hayotiy funksiyalarini saqlab turish uchun oziq-ovqatdan olgan bioenergiyadan foydalanadi. Ovqat hazm qilish jarayonida tanamiz oziq-ovqatni oddiyroq tarkibiy qismlarga ajratadi, undan keyin energiya ATF (adenozin trifosfat) shaklida chiqariladi. Bu energiya nafas olish, yurak urish tezligi, termoregulyatsiya, mushaklarning faolligi va boshqalar kabi asosiy hayotiy jarayonlarni saqlash uchun ishlatiladi.

Bundan tashqari, inson o'z bioenergiyasini turli vazifalarni hal qilish uchun ishlatishi mumkin, masalan, jismoniy mashqlar paytida mushaklarni ishlash yoki aqliy ishlarni bajarish uchun. Biroq, yuqori mahsuldorlik va samaradorlikni ta'minlash uchun umumiy sog'lig'ingiz va jismoniy tayyorgarligingizni kuzatib borish kerak, chunki charchoq va stress mavjud bioenergiya darajasini pasaytirishi mumkin.

Biz bioenergetik nuqtai nazardan insonning turli-tuman his-tuyg'ularini ikki guruhga ajratdik:

1. Axloqiy-biriktiruvchi hissiyotlar.

2. Agressiv ajratuvchi hissiyotlar.

Agressiv hislarga nafrat, rashk, qasos, qasd, g'azab, xudbinlik kabilarni kiritish mumkin.

Bu hislarning asosida inkor etish, voz kechish qabul qilmaslik yotadi. Bu hislar hayotning bizga yoqmagan tomonlarini inkor etishga, ya'ni real hayotni tan olmaslikka yoki undan yuz o'girishga undaydi. Bu hislarga berilgan inson ma'lum darajada reallikni (haqiqatni) inkor etadi, qabul qilmaydi. O'z shaxsini ana shu hayotning bir qismi bo'lgan holatdan ajratgan holda qabul qilishga intiladi. Bu holatda bioenergetik maydonda ham energiya almashinuvi buziladi.

Bioenergetik maydonga xuddi shunga o'xshash salbiy energiyalar tortila boshlaydi va natijada ushbu maydon ana shunday ko'rsatmalarga boyib boradi. Demak, bioenergetik maydonning yanada ifloslanishi yuz bera boshlaydi. Bundan tashqari ushbu hissiyotlar energetik quvvatning tarqalishiga, ya'ni ko'p quvvatni befoyda sarflanishiga sabab bo'ladi. Natijada insonning bioenergetik maydoni o'z quvvatini kamaytirib boradi va kuchsizlanib qoladi. Chunki salbiy hislar quvvatni atrofga yoyilib ketishiga va qo'shimcha quvvatning kirib kelmasligiga xizmat qiladi. Chunki biz bu holda real hayotni inkor etayapmiz, ya'ni o'zimiz hayotiy quvvatdan voz kechayapmiz. Bu holatni uzoq muddatda davom etishi avval bioenergetik maydonni, so'ng esa jismoniy organizmni yemirilishiga sabab bo'ladi. Shu mexanizmdan kelib chiqqan holda biz bu salbiy hissiyotlarni ajratuvchi hissiyotlar deb atadik. Ular insonning yaxlit bioenergetik maydondan ajralib qolishiga va kuchsizlanishiga (muhofazani kuchsizlanishiga) olib keladi.

Albatta, biz yuqorida aytib o'tganimizdek stress holatlar ham organizmni faoliyatini faollashtirishga xizmat qiladi va bu to'g'ri, ammo bu holatni ma'lum chegaralari va darajalari mavjud. Ana shu daraja va me'yorlaridan chetga chiqish hissiy zo'riqishni salbiy natijalarga, kasalliklarga olib keladi. Demak, ajratuvchi hissiyotlar ham hayotning bir qismi sifatida qabul qilinishi lozim, lekin ularni boshdan kechirayotgan inson ma'lum axloq me'yorlariga amal qilishi va ma'lum nazoratni qo'ldan bermasligi shart. Inson biror shaxsdan nafratlanar ekan bu nafrat quvvati (agressiya) nafaqat butun borliqqa, balki o'ziga ham qaratilgan bo'ladi. Chunki har bir shaxs ana shu borliqning bir qismi hisoblanadi. U qanday inson bo'lishidan qat'iy nazar yaxlit biologik dunyoning ma'lum qismini tashkil etadi. Biologik borliqni biror qismini yomon ko'rayotgan, nafrat hissini kechirayotgan odam nafrat predmeti bo'lgan shaxs orqali butun biologik borliqqa o'z nafratini qaratgan bo'ladi.

Biz o'zimiz ana shu yaxlit biologik hayotning bir qismi bo'lganligimizdan oxir oqibatda o'zimizni ham yomon ko'ra boshlaymiz.

Chunki biologik sferaga tarqalgan agressiya (tajovuzkorlik) biologik predmetlarni tanlamaydi, u radioto'lqinlari singari sferada har tomonga tarqala boradi. Natijada, o'z agressiyamiz (tajavuzkorligimiz) ma'lum vaqtdan so'ng o'zimizga qaytib keladi. Chunki biologik darajada hamma narsa o'zaro bog'liq va tengdir. Inson borliqning bir qismi, borliq esa katta va yaxlit organizmdir, u ko'rinmas energetik iplar bilan chambarchas bog'liqlik hosil qiladi. Hattoki, koinotning energetik oqimlari yerning bioenergetik tizimi bilan aloqador va o'zaro ta'sirga ega ekanligi ma'lum. yer yuzida va umuman koinotda energiyalar almashinuvi ma'lum qonuniyatlar orqali amalga oshiriladi va o'zaro uyg'unlik hosil qiladi.

Ana shu uyg'un energiya sferasida yashash uchun inson ham o'z fikrlari va o'z his-tuyg'ularida uyg'unlikka erishishi lozim, aks holda inson ana shu uyg'un borliq energetikasiga hamohang holda hayot kechira olmaydi. Bu hamohanglikni buzilishi albatta energiya almashinuvini buzilishiga olib keladi. Rezonans holati, ya'ni bir-biriga mos tushish holati kuchni ikki barobar emas, balki bir necha o'n barobar oshishiga olib kelishini siz yaxshi bilasiz.

Demak, inson energetikasining to'lqinlari borliq energetikasining to'lqinlariga mos tushgan holda uning bioenergetik maydonining quvvati bir necha o'n barobar oshib boradi.

Mustahkam immunitetga ega inson mustahkam sog'liq egasi ekanligini hammamiz yaxshi bilamiz.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Sh.M.Mirziyoyev "O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasi (keyingi o'rinlarda — Konsepsiya)" O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 08.10.2019 yildagi PF-5847-sonli qarori.
2. Abu Ali ibn Sino.Salamatlik sirlari:Tibbiy risolalar to'plami.-Toshkent: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashiriyoti. 2000. –156 b. Abdullayev S.S. O'zbekistonda e'tiqod erkinligi va islom.
3. Falsafa fanlari nomzodi ilmiy daraj. olish uchun taqdim etilgan diss. avtoreferati. – T.: 2002. –26 b.
4. Abu Ali ibn Sinoning mog'liqni saqlashga doir risolalari. /tarjimon U.I. Karimov. –T.: Fan. 1978. – 132 b.
5. Boydedayev A. Tabiat kuchlari va olam evolyutsiyasi. –T.:1996.-105 b.
6. Gapirov B.T. Talabalarda axloqiy o'z-o'zini anglashning o'quv jarayonidagi dinamik taraqqiyoti. Psixol.f.n. ilmiy darajasini olish uchun yozilgan dissertatsiya. –T.: 1993.–133 b.
7. Tulenov J. Hayot falsafasi.–T.: O'zbekiston. 1993 .– 319 b.
8. Qilicheva Q.YU. Bahouddin Naqshbandiyning ta'limiy–axloqiy qarashlari. Ped.fan. nom. ilmiy daraj. olish uchun yozilgan dis.–T.2004–18 b. o'sishi (O'qituvchi uchun qo'llanma).–T.:O'qituvchi .1980.–88 b.
9. G'oziyev E.Tafakkur psixologiyasi.–Toshkent.: O'qituvchi.1990.–184 b.
10. YAnkovskaya M.G. Emotsional'niye aspekti npravstvennogo vospitaniya. – M.: Prosvesheniye. 1986. – 160 s.