

## MUSIQA VA UNING INSON ONGIGA TA'SIRI

**Toshboyeva M.**

Yunus Rajabiy nomidagi O'zbek Milliy Musiqa va San'at Instituti

Maqom cholg'u ijrochiligi kafedراسi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.13837369>

**Annotatsiya.** Maqola musiqa va uning inson ongiga ta'siri va inson hayotida qanchalar ahamiyatga ega ekanligi hamda ichki qalb kechinmalarini musiqa orqali yoritilishi bayon etilgan. Shuningdek, maqolada musiqa haqida allomalarning fikrlari keltirib o'tilgan. Ushbu maqolani o'qigan inson san'at va musiqa to'g'risida bilimlarga ega bo'ladi.

**Kalit so'zlar:** Musiqa, mafkura, musiqashunoslik, estetika, risola, iste'dod, uslub, meros, tafakkur, ijrochilik, sharq musiqasi.

**Аннотация.** В статье рассказывается о музыке и ее влиянии на человеческий разум и о том, насколько она важна в жизни человека, а также о том, как музыка освещает внутренние душевные переживания. В статье также приводятся мнения ученых о музыке. Человек, прочитавший эту статью, приобретет знания об искусстве и музыке.

**Ключевые слова:** музыка, идеология, музыковедение, эстетика, трактат, талант, стиль, наследие, мышление, перформанс, восточная музыка.

**Abstract.** The article talks about music and its influence on the human mind and how important it is in human life, as well as how music illuminates inner emotional experiences. The article also provides the opinions of scientists about music. The person who reads this article will gain knowledge about art and music.

**Keywords:** music, ideology, musicology, aesthetics, treatise, talent, style, heritage, thinking, performance, oriental music.

Musiqa madaniyatimizning ajralmas qismidir. U nafaqat inson ongi yaratgan obrazlarni o'zida mujassam etgan, balki xalq tarixi va uning axloqiy qadriyatlari haqida ham hikoya qiladi. Tabiatan universal vosita bo'lib, musiqa har qanday vazifani osongina bajaradi. U bizning kayfiyatimizni boshqaradi, kasallikdan keyin kuchni tiklaydi, depressiya va qayg'u oqibatlarini engishga yordam beradi. Ammo musiqa bolalarning rivojlanishida alohida rol o'ynaydi, chunki u kelajakdagi shaxsning poydevorini qo'yishda ishtirok etishi mumkin. Eshitish, nutq, empatiya qobiliyati, diqqat, aql – bu musiqa eng to'g'ridan-to'g'ri ta'sir qiladigan bir nechta tarkibiy qismlar.

Va bu ajablanarli emas, musiqaning kuchi shundaki, uning ta'siri insonning psixo-emosional holatiga bog'liq. U ijobiy ta'sir ko'rsatishi va uning holatini

uyg'unlashtirish orqali odamni baxtli qilishi mumkin. Aks holda, musiqaning odamga ta'siri salbiy bo'lishi mumkin.

### **Uslub va yo'nalishlarga qarab musiqaning insonga ta'siri**

Klassik musiqa insonga har tomonlama ta'sir qiladi. Ko'pincha olimlar klassik asarlarni shunchaki mo'jizaviy natija bilan bog'lashadi.

Klassik musiqadan farqli o'laroq, shifokorlar rep, hard-rok va Heavy-metal uslubidagi guruhlarini uzoq vaqt tinglashni tavsiya etmaydi. Yaqinda Melburn olimlari tomonidan olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki. Qattiq tosh ko'pincha ongsiz tajovuzning sababidir, rep ham salbiy his-tuyg'ularni uyg'otadi va Heavy metal hatto ruhiy kasalliklarga olib kelishi mumkin.

Boshqa janrlarga kelsak: blyuz, jazz va reggi sizni ruhiy tushkunlikdan xalos qilishi mumkin; pop uslubidagi musiqa kimdir uchun kayfiyatni ko'tarishi va kimdir uchun buzilishi mumkin; mushak va asabiy taranglik ohangdor Rokni yengillashtiradi va og'ir tosh, aksincha, ahmoqlikka olib keladi. Ammo shuni ta'kidlash kerakki, musiqiy janrlarda individual imtiyozlarni istisno qilmaslik kerak.

Ertalab quvnoq va ritmik musiqani tinglash yaxshiroqdir, bu kun bo'yi uyg'onish va energiya berishga yordam beradi. Shuningdek, quvnoq va baquvvat musiqa, inson ruhiyatiga ta'sir qiladi, qayg'uni quvonch bilan, qayg'uni optimizm va hayotga muhabbat bilan almashtiradi. Tinch va oqimli musiqa dam olishga va tinchlanishga, kundalik tashvishlardan chalg'itishga, boshingizdagi fikrlar sonini kamaytirishga va o'z-o'zini tartibga solishga e'tibor berishga yordam beradi. Sekin va tasalli musiqa odamga uyqu tabletkalari sifatida ta'sir qiladi.

Oginskiy va Vengriya Rapsodiyalarining ilgari nomlangan Polonezini tinglash kuchli bosh og'rig'idan xalos bo'lishga yordam beradi. Gershvinning "Parijdagi amerikalik " va Dvorakning" hazilkashlari " hatto juda og'ir migrenlardan xalos bo'ladi. Uyqusizlikdan aziyat chekadigan odamlarga Robert Shumanning" orzular " kompozitsiyasini tinglash tavsiya etiladi. Sog'lom tanaga tanish bo'lgan qon bosimini tiklash, yurak faoliyatini normallashtirish va umuman yurak-qon tomir tizimining faoliyatini barqarorlashtirish uchun tinglang: Fridrix Shopinning "Nocturne Dminor", Mendelsonning "To'y marshi" va Bax skripkasi uchun "Dminor kontserti". Betxovenning 7-sonatasi gastrit og'rig'ini yengillashtiradi. Va oshqozon yarasi bilan og'rigan odamlarga Pyotr Ilyich Chaykovskiyning "Gullar vals" eng yaxshi yordam beradi.

Chekish, alkogolizm va boshqa yomon odatlarni davolash uchun eng mos keladi: Betxovenning "Oy sonatasi" va Shubertning "Ave Mariya". Ulardan

tashqari, Sviridovning "Qor bo'roni" va Sankt-Sansning "Oqqush" ham qabul qilinadi.

Musiqabu bizga faqat juda iste'dodli odamlar tomonidan berilgan bebaho sovg'adir. Bugun hayotingizni yanada baxtli va sog'lom qilish imkoniyatini boy bermang. Ishoning, klassik musiqa haqiqiy mo'jizalar yaratadi! Doimiy tinglashning birinchi haftasidan boshlab siz butun tanangizda tasavvur qilib bo'lmaydigan yengillikni his qilasiz. Musiqaning inson tanasiga ta'siri juda katta, dunyodagi hamma narsa tovushlardan to'qilgan. Ammo musiqa sehrli kuchga ega bo'ladi, faqat odam hissiy holatini yaxshilash uchun unga maqsadli murojaat qilganda.

Yigirmanchi asrning innovatsion o'qituvchisi V. A. Suxomlinskiy bizning davrimizda musiqaning insonga ta'siri muammosini ko'taradi. Ushbu san'at turi, boshqa hech kim kabi, bolalarda hissiy aks sado beradi. Musiqiy asarlarning inson hayotidagi ahamiyati, ular tabiatning go'zalligini, insoniy munosabatlarni, faoliyatni ko'rishga yordam beradi. Musiqaning kuchi shundaki, insonning fikriga ko'ra, oddiy dunyoda go'zallik paydo bo'ladi. Ushbu san'at turining ta'sir kuchi ko'p qirrali.

Asar ko'p marta ijro etilishi mumkin, ammo har safar bu boshqa vaqt, ijro hech qachon bir xil bo'lmaydi, har safar bu ijrochining ijodiy irodasini namoyon etishning yangi harakati.

Bizning miyamiz musiqani bir vaqtning o'zida ikkala yarim sharda ham sezadi: chap yarim shar ritmni, o'ng yarim shar esa tembr va ohangni his qiladi. Musiqa insonning psixo-emotsional va jismoniy holatiga ta'sir qilish qobiliyatiga ega.

Musiqaning asosiy tarkibiy qismlari va ularning inson tanasiga ta'siri:

Ohang nafaqat his-tuyg'ularni, balki hissiyotlarni ham uyg'otadi, deyarli barcha hayotiy funktsiyalarga, ayniqsa asab tizimiga, nafas olish va qon aylanishiga ta'sir qiladi.

Ritm odamga – uning tanasiga ham, his-tuyg'ulariga ham bevosita ta'sir qiladi. Bizning tanamiz hayoti turli ritmlarga asoslangan: nafas olish, yurak.

Uyg'unlik bir vaqtning o'zida bir-biriga mos keladigan bir nechta tovushlarni eshitish orqali amalga oshiriladi. Inson qalbida dissonanslarning ustunligi kelishmovchilik, nizolarning ifodasidir.

Tembr-musiqadagi tovushning rangi. Orkestrdagi turli xil asboblarni mohirona birlashtirgan bastakor katta auditoriyani g'azabga solishi mumkin.

Musiqaning kuchi ko'p asrlar davomida ma'lum bo'lgan. Qadim zamonlardan beri diyorumiz bo'ylab onalar chaqaloqlariga "Alla" kuylashdi.

Qo'shiqlar uzoq oqshomlarni ish paytida odamlarni yoritdi va jang madhiyalari jangchilarni g'alaba qozonishga tayyorlandi. Ibtidoiy jamiyatlarning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, bu miyaning mavhum fikrlash, hamdardlik qobiliyati va go'zallik hissi uchun mas'ul bo'lgan qismlarini jadal rivojlanishiga olib kelgan musiqa nashr etish va tinglash qobiliyatidir.

Homila homiladorlikning 17-haftasidan boshlab tashqaridan keladigan tovushlarni sezishi mumkin. Onaning ovozini eshitib, bola tovush manbasiga yaqinroq bo'ladigan tarzda burilishga harakat qiladi yoki hatto ohang ohangida harakat qila boshlaydi. Bundan tashqari, onaning qo'shiqlaridan chaqaloq tezda tinchlanadi va uning yurak urishi tenglashadi, bu umumiy farovonlikka foydali ta'sir ko'rsatadi.

### **Musiqaning yosh bolaning rivojlanishiga ta'siri**

Bolalar musiqa adabiyotida bolalarning musiqa tovush tovlanishlari orqali fikr va tuyg'ularni aks ettiradi, hayot bosqichlarida insoniyatni to'lqinlantirib kelgan axloqiy muammolarni bayon qiladi. Bunda musiqaning falsafiy mohiyati ham namoyon bo'ladi. Ajoyib musiqa asarlari chuqur falsafiy mazmun bilan sug'orilgan bo'ladi, musiqada hayot va o'lim, shaxs va jamiyat, ezgulik va zulm, qudrat va zaiflik kabi masalalar aks etadi. Musiqaning bolalar ruhiyatiga ta'sir qilishining tugallanmas imkoniyatlari haqida qadimdan musiqashunoslar, mutafakkirlar va olimlar diqqatini o'ziga tortgan. Faylasuflar, psixologlar, pedagoglar va jamoat arboblari san'atlar ichida bolalar musiqa san'atining insonni shaxs sifatida shakllanishiga ta'sir qiladigan xususiyatlari haqida aniqlashga uringanlar. Qadim zamonlardan musiqaning, ayniqsa, uning komponentlari - ritm va kuyning inson kayfiyatiga ta'siri, uning ichki dunyosini o'zgartirishi haqida fikrlar mavjud bo'lgan.

Musiqa bolaning aqliy rivojlanishi uchun ajoyib vositadir, ayniqsa u bir vaqtning o'zida bir nechta asboblarda ijro etilsa. Bu tasavvurni, fazoviy fikrlash va mantiq qobiliyatini rivojlantiradigan o'z tasvirlarini erkin talqin qilishga imkon beradi.

### **Xulosa**

O'zimning amaliyotimdan oladigan bolsam Men Respublika Bolalar Ijtimoiy Moslashuv Markazida musiqa davolovchisi vazifasida ishladim. Barchamizga ma'lum bu yerda autist kasalligi bn ya'ni nogironligi, o'z tengdoshlaridan ortda qolayotgan bolalar bo'lib, man ularga musiqani inson ongiga ta'sirini tekshirdim. Autist va daun kasalligiga chalingan bolalarga musiqa qo'yib berganimda ular shu paytning o'zida tinchlanishadi ritmik mashqlarni bajarishga undaganimda esa ularning yuragi ritm bilan bir maromda urishni boshlaydi. Shunday ekan



Musiqa nafaqat sog'lom odamni balki kasallikka chalingan insonlarni ham davolaydi degan xulosaga kelishimiz mumkin.

**Foydalangan adabiyotlar:**

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 15 avgustdagi "O'zbekiston kompozitorlari va bastakorlari uyushmasi faoliyatini tashkil etish to'g'risida"gi PK-3212-sonli qarori (Elektron resurs) // [www.uza.uz](http://www.uza.uz).
2. Ibrohimov O. O'zbek xalq musiqa ijodi. 1-qism (metodik tavsiyalar). – T.: O'zR XT o'quv metodik markazi, 1994, 62-b.
3. Rasulov O'. Ko'zga aylansin ko'ngil. – T.: O'zbekiston Respublikasi Tibbiyot Akademiyasi nashriyoti. 2012, 64-b.
4. To'rayev F.J. Buxoro mug'anniylari. – T.: Fan, 2009,323-b.

