

Ўзбекистон Республикаси Президенти ҳузуридаги
Давлат ва жамият қурилиши академияси

Ўзбекистон Республикаси Фанлар Академияси
И.М.Мўминов номидаги Фалсафа ва ҳуқуқ институти

Шоҳида СОДИҚОВА

Геронтология

ТАЛҚИН ВА ЁНДАШУВЛАР



«Akademiya» нашриёти

Тошкент 2006

28.703 - Урашмиш бeологик рибшл.

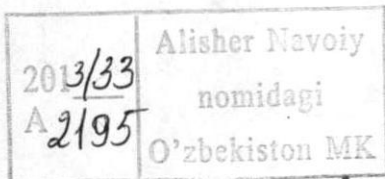
Содиқова Ш.М. Геронтология: талқин
ва ёндашувлар.

Тошкент, «Akademiya», 2006, 24-б.

Мазкур рисолада геронтология фанининг тадрижий тараққиёти ва истиқболлари, юртимизда қарияларнинг саломатлигини мустаҳкамлаш, уларнинг ижтимоий ҳаётдаги ўрни ва нуфузини ошириш борасида амалга оширилаётган хайрли ишлар ҳақида сўз боради.

Масъул муҳаррир:
фалсафа фанлари доктори Қ.Н.Назаров

НД 40866
D



© «Akademiya» нашриёти, 2006

Муқаддима

Бирон бир кекса давлат ва жамият эътиборидан четда қолмаслиги, ҳеч қачон ўзини ёлғиз ҳис этмаслиги лозим.

Ислом КАРИМОВ

Маълумки, барча даврларда ижтимоий тараққиёт асосини инсон ва унинг фаолияти ташкил этиб келган. Мамлакатимиз мустақилликка эришгач, инсон манфаатлари, талаб-эҳтиёжлари, ҳуқуқ ва эркинликларини таъминлаш масаласи давлатимиз раҳбарининг доимий эътиборида бўлиб келмоқда. Президент И.А.Каримов ушбу масала хусусида тўхталиб, шундай деган эди: “Инсон ва унинг манфаатларини таъминлаш — ижтимоий ёрдамга муҳтож қатламларга доимий эътибор ва кўмак бериш, жамиятимизда ўзаро ҳамжиҳатлик, мурувват ва бағрикенглик муҳитини янада мустаҳкамлаш, аҳолимиз учун муносиб турмуш шароитини яратиш, эл-юрт фаровонлигини оширишдан иборат”¹.

Дарҳақиқат, «Инсон» мавҳум тушунча эмас, балки ёшлар, ўрта ёшлилар, қариялардан иборат гуруҳларга бўлинган ижтимоий воқелиқдир.

Ижтимоий тараққиётда қарияларнинг ижтимоий муаммолари, мавқеи, жамият тизимининг турли жабҳалари — ижтимоий муассаса, оила ва бошқа гуруҳлар билан ўзаро муносабати, унинг доимий ўзгариб бориши масалалари ҳали махсус илмий таҳлил объекти бўлмаган.

Ваҳоланки, қариялар ўзига хос хусусиятларга эга ижтимоий-демографик гуруҳ ҳисобланади. Ўзбекистонда эркакларни 60 ёшдан, аёлларни эса 55 ёшдан қариялар са-

¹ Каримов И.А. Ўзбекистон халқига янги йил табриги. - //Халқ сўзи, 2006 йил 1 январ.

фига киритиш мумкин. Мана шу ёшдан бошлаб шахс билан жамият ўртасидаги алоқа ўзгара бошлайди. Қарилик айрим ҳолатларда меҳнатга лаёқатсизликни, ёрдамга муҳтожлик ва турли касалликларни келтириб чиқаради. Бундай ҳолларда ҳар бир миллатга хос урф-одат, қадриятлар, диний эътиқод, инсоний тамойилларга асосланган ҳаёт тарзи қарияларга бўлган муносабатни белгилаб беради. Ўзбекона ахлоқий қадриятлар, меҳр-мурувват, диний кўрсатмалар инсонпарварлик тамойилларига асосланган ҳолда, уларнинг жамиятдаги мавқеини пасайтирмайди. Аксинча, асрлар давомида қариялар ҳаётини тажрибаси, билимидан комил инсонни тарбиялаш жараёнида унумли фойдаланиб келинмоқда.

Мустақиллик туфайли миллий тикланиш даврида айнан нуроний қарияларимиз туфайли аجدодларимизнинг инсонпарварлик ғояларидан, халқимизнинг тарихий анъаналари, миллий турмуш тарзи, одоб-ахлоқ талабларидан, насл-насаб, руҳият ва ирсият ҳақидаги, ислом динидаги ижтимоий-тарбиявий ғоялардан, адолат ва маърифат туйғуларидан фойдаланишга тўла имконият яратилди.

Маълумки, инсон умри кенг қамровли, чуқур маъноли, бебаҳо уммондир. Шу маънода, қўлингиздаги рисолада қарияларимизнинг жамият ва оиладаги мавқеи, уларнинг бой ҳаётини тажрибаларидан унумли фойдаланиш ҳақида турли фикрлар билдирилди. Табиийки, унинг ҳамма қирраларини батафсил ақс эттириш анча мушкул.

Муҳтарам китобхон! Мазкур рисолада баён этилган фикр-мулоҳазалар сизда қизиқиш уйғотади, деган умиддамиз.

Геронтология қандай фан?

«Геронтология» кексалик ҳақидаги фан бўлиб, у фалсафа ва тиббиёт уйғунлигида юзага келган қадимий фанлардан бири. Унинг пайдо бўлиши тиббиёт илми асосчилари Гипократ ва Ибн Сино, файласуфлар Цицерон ва Сенека номлари билан боғлиқдир. Инсоният ўз тараққиётининг илк давридан бошлаб унинг бутун тарихи давомида умрни узайтириш, ўлимни маълум муддат орқага суриш, ёшликни қайтариш — «вақт оқимини буриб, орқага қайтариш»га интилди. У бу орзусини амалга ошириш учун доимо восита қидирди. Фақат XX асрнинг иккинчи ярмида эришилган муайян тажрибалардан амалда фойдаланила бошланди. Маъно-моҳиятига кўра, геронтология — инсоният маданияти тенгдоши, у энг замонавий фанларнинг қадимийси ва қадимий фанларнинг замонавийси билан бир қаторда туради. Қарилик ҳақидаги фан барча даврларда олимлар яратган янги илмларни ўзида мужассамлантирди. Булар тиббиёт, физиология, фалсафа ва биология, психология ва социология, демография ва этнография, тарих ва ҳуқуқшунослик бўлиб, XX асрда геронтология биохимия, биофизика, психоаналитика, психофизиология каби янги фан ютуқлари билан бойлди.

Қадим замонларда (Цицерон ва Ибн Сино даврларида) геронтология ривожини тиббиёт ва фалсафа таъсири остида бўлган. Бу мавзуга оид илк рисолалар сифатида Марк Тулий Цицероннинг (эрамиздан аввал 106-43 йиллар) “Катта Катон кексалик ҳақида” ва Абу Али ибн Синонинг (980-1037 йиллар) “Тиб қонунлари” ёки “Тиббиёт ҳақида дос-тон”ларини келтириш мумкин. Мазкур асарларни асрлар ажратиб турса-да, аммо қариялар муаммоларига бағишланган махсус ва илк тадқиқот бўлгани уларни бирлаштиради. Тўғри, унеча Арастунинг

“Митти иншолар”и “Қисқа ва узоқ умр” (Ф.Бэкон таъбири билан) бор эди. Муҳими, икки донишманд ҳам қариллик, умрнинг маълум даври ҳақида қизиқарли асарлар ёзган. Ибн Синонинг тиббий тавсиялари асрлар давомида шифокорлар учун ғоят қимматли қўлланма сифатида хизмат қилиб келмоқда. У соғлиқ ҳамда касалликни афсунгарлик йўли билан башорат қилиш ва унга ишонини кескин танқид қилган. Аммо Оксфорд университетининг битирувчиси ва ўқитувчиси, машхур файласуф Роджер Бэкон «Кўнгилдаги ниятлар ва афсун воситасида инсон жисмини нотўғри ҳаёт кечиришдан озод этиш ва умрни юзлаб ёшга узайтириш» мумкинлигига ишонтиришга ҳаракат қилган (“Катта меҳнат”).

XVIII асрда геронтология чинакам фан сифатида эътироф этила бошлади. Френсис Бэкон (1561-1626 й.) фанлар таснифига бағишланган махсус асари — “Фанларнинг буюк тикланиши”да бу фан ҳақида шундай деб ёзади: «Эндигина илк қадамларни қўяётган бу фаннинг иши умрни узайтиришни ўргатиш бўлади». Асарда Ф.Бэкон умрни узайтиришга ёрдам берадиган ижтимоий-гигиеник характерга эга маслаҳат ва тавсияларни айтиб ўтади. Файласуф умрни узайтириш бўйича ишларни уч йўналишда олиб бориш кераклигини таъкидлайди. Булар: барвақт қариш жараёнини секинлаштириш, яшашни қўллаб-қувватлаш ва қарий бошлаган инсон аъзоларини янгилаш.

Маълумки, геронтология илми тараққиётида С.П.Боткин, И.И.Мечников, И.П.Павлов каби олимлар яратган асарлар алоҳида ўрин тутади. Геронтология муаммолари билан И.И.Мечников бошқаларга нисбатан фаолроқ шуғулланган. Олимнинг «Инсон табиати ҳақида этюдлар» ва “Ҳаётбахш этюдлар” номли асарлари ана шу фанга бағишлаган.

Халқимизнинг бой маънавий меросига чуқур назар солсак, “Авесто”да ҳам қарияларни қадрлаш, ардоқлаш му-

қаддас иш саналган. Зардўштилик дини ва таълимотининг асосчиси Зардўшт, қарияларни қадрлаш борасида “Кексалар гапига қулоқ солинг ва андиша билан мулоҳаза юритиб, яхши билан ёмонни ўзингиз ажратиб олинг” деб ёшларга панд-насихат беради. У устозларни ҳам қариялар қаторига қўшиб, шундай дейди: “Яхши устозлар тангрига яқин одамлардирлар. Шунинг учун уларни эъзозлашимиз лозим”.

“Авесто”да ёзилишича, инсоннинг яшашдан мақсади метиндек эътиқодли бўлиб, юртни обод, элни фаровон, турли қавмларнинг бир-бири билан дўст, қарияларни қадрлаб, эъзозлаб, улар насихатларига риоя этиб, қариялар билан ёшлар бир-бири билан иноқ, баҳамжиҳат бўлишини таъминлашдан иборатдир.

Зардўшт покиза ахлоқли, амалда собитқадам, ҳаётда фаол, ижодий меҳнат соҳиби-кекса инсонни шарафлайди, унинг фаолияти, тафаккур неъматига ишонади, илм ва ахлоқни инсон ҳаётидаги маёқ деб билади. Зеро, ана шундай бандаларгина жоҳилият разолатини даф эта олади, ҳамюртларини рўшнолик ва ривожланишга олиб чиқа олади. Зардўшт фалсафасида юксак ахлоқ, ижодий меҳнат соҳиби кекса инсон эъзози ва шарафи биринчи ўринда туради.

“Авесто”да яхши устозлар ёшлар қалбида ўз дини, халқи, юртига меҳр уйғотади, уларни ҳалол меҳнат эвазига ризку рўз топиб яшашга ўргатади, покдомонлик, дўстлигу ҳамкорлик, ҳамжиҳатлигу ғамхўрлик, одамларга фақат яхшиликни раво кўриш шогирдларга донишманд устозлардан ўтади, ёдгорлик бўлиб қолади. Устозларни “шаҳару қишлоқларда, бутун мамлакатда таълим берадиган, ҳақ йўлини тутганлари туфайли, хонадонларга янги аҳкомларни олиб кирадиган халқ ардоғига соҳиб бўлган тоифалар сифатида олқишлаймиз”, деб қадрланади¹.

¹ Болтаев М. Буюк мутафаккир Зардўшт ва унинг “Авесто” китоби. – Бухоро, 200, 7-9-бетлар.

Ислом дини инсон бошида учта кулфат бор: ўлим, қариллик ва ёмон фарзандлар. Қариллик ва ўлимга чора йўқ. Бироқ ёмон фарзандларни тўғри йўлга солиш чораси бор, бу кексалар ва ота-она зиммасида, деб авлодлараро муносабатда қариялар ва ота-оналарнинг вазифасини кўрсатиб берган.

Аллоҳ таоло шундай марҳамат қилади: “Биз кимга узоқ умр берсак, унинг вужудини ҳам (эгик, заиф) қилиб қўюрмиз. Ахир ақл юргизмайдиларми?!¹”.

Ушбу оят инсонларни ота-онаси, кексаларга муносаба-тида ақл, бағрикенглик билан фикр юритиб, яхши муома-лада бўлишга ундайди. Бу фикрдан қарамоғида кекса ота-онаси ёки бирор қариндоши бор кишилар ўзлари ҳам бир кун шу ҳолга тушушларини ўйлаб, бундан ибрат олиб, уларга доимо яхши қараб, қарияларга яхши муомалада бўлишини уқтиради.

Мана шундай ибратли маънавий-ахлоқий меросдан ўз ижодида унумли фойдаланган Алишер Навоий “Ҳайрат-ул-аброр”, “Насиҳатнома” асарлари ва мактубларида ота билан ўғил муносабатларини фалсафий таҳлил қилинади. Алишер Навоий Қуръони карим оятлари ва Ҳадиси шариф битикларига асосланиб, Султон Бадиуззамон номига йўллаган мактубида шундай деб ёзади: “Аллоҳнинг ризоси — отанинг ризосига, Тангри таоло газаби — Ота газабига вожа-стадир, ота фарзанд учун парвардигордир. Чунки Аллоҳ йўқликдан борликқа фарзандини келтирар экан, сабабчи-си қилиб отани танлади”².

Ота-онанинг ёши улғайиб, кексайган сари билим ва ақл доираси кенгайиб боради. Ҳаёт тажрибаси ортади. Айни вақтда, кўп воқеа-ҳодисалар, адолатсизликларни кўрган бу авлоднинг асаб системаси таранглашади, хотираси заифлашади, баъзан турли хасталикларга чалинади ва ру-

¹ Қуръон. «Ёсин сураси», 68-оят. -Т., «Шарқ», 2001, 444-бет.

² Навоий А. Асарлар. 6-жилд. Ҳамса. Хайратул-Аброр, 196., 267-бет.

ҳий ҳолатлари тез-тез ўзгариб туради. Фарзандлар ҳар қандай вазиятда ҳам бу мураккаб ва зиддиятли ҳолатни тўғри тушунишлари, ота-она билан муносабатда самимий ва хушчақчақ, ўта мулоим ва ширинсуҳан бўлишлари даркор.

Кайковус машҳур “Қобуснома” асарида қуйидагиларни ёзган: “Ҳар киши ота-она (асли)нинг яхшилигини билмаса, бировнинг яхшилигига баҳо беролмайди ва ўз фарзандига сени ҳурмат қилишини истасанг, сен ҳам ота-онангни ҳурмат қил, чунки сен ота-онанг ҳақиқа нима иш қилсанг, фарзандларинг ҳам сенга шундай иш қилади”¹. Инсоннинг ота-онанси барҳаёт чоғлари энг бахтиёр, энг масъулиятли ва ғанимат дамлардир. Шу боис, имкон қадар уларни рози қилиш ва дуоларини олиш ҳар бир оқил фарзанднинг муқаддас бурчидир.

Мусулмон халқлари тарихи ва маданиятининг билимдони Ризоуддин ибн Фаҳриддин “Илми ахлоқ” китобида бундай деб ёзади: “Нақадар бахтга ва мартабаларга эришган бўлсангиз-да, ота-оналарингизни ҳеч вақт унутмангиз! Уларга итоатли бўлиб, ҳурмат қилингиз! Насиҳатларини тинглаб, ризоликларини олингиз! Мухтожликларини, ҳасрату қайғуларини тугатишга тиришингиз!”².

XX асрда, бир томондан, геронтология соҳасида эришилган назарий ва амалий натижалар бошқа фанлар услуб ҳамда натижалари билан уйғунлаштирилган бўлса, иккинчи томондан, мазкур фаннинг тармоқлашуви кўзга ташланади. Чунончи, ўтган асрнинг 30-йилларидан бошлаб изланишлар доираси кенгайиши туфайли геронтологиядан инсон геронтологияси, ҳайвонот геронтологияси, ўсимликлар геронтологияси, шунингдек, молекуляр, биологик, экологик, тараққиёт геронтологияси ажралиб

¹ Кайковус. Қобуснома. -Т., «Ўқитувчи», 1986, 168-бет.

² Ризоуддин ибн Фаҳриддин. Илми ахлоқ, -Т., «Меҳнат», 1991, 60-бет.

чиқади. Маълум муддатдан сўнг қарилик муаммоларини тадқиқ этишда тамоман янги назарий ва амалий йўналишлар пайдо бўлади.

XX асрнинг 50-йилларидан бошлаб кўпгина ривожланган мамлакатларда қариялар сони ортиб, уларнинг ижтимоий таъминоти билан боғлиқ муаммолар кескин тус ола бошлайди. Бу ҳол қариялар турмушини яхшилаш, уларнинг талаб-эҳтиёжларини қондириш ва ижтимоий ҳимоясига жиддий эътибор қаратишни талаб этди. Бу даврда амалга оширилган кўплаб тадқиқотлар аҳоли соғлиғининг 8-10 фоизи соғлиқни сақлаш тизимига, 60-65 фоизи эса яшаш тарзи, овқатланиш тартиби, ташқи муҳит омиллари билан боғлиқ эканини тасдиқлади.

Кейинги ўн йилликлар ичидаги талай муҳим тадқиқот ишлари чоп этилди. Хорижий муаллифлар орасида С.Де Бовуар ва Л.Бине (Франция), А.Комфорт (Буюк Британия), Тиббитсларнинг (АҚШ) изланишларини таъкидлаш мумкин. Мамлакатимизда ҳам бу борада анчамунча изланишлар, айниқса, геронтологиянинг биологик ва тиббий масалаларига доир илмий тадқиқотлар амалга оширилган. Аммо кексалик муаммоларининг ижтимоий, маънавий-руҳий, ахлоқий жиҳатларини жиддий ўрганишга энди киришиляп.и десак, муболаға бўлмаса керак.

Қарияларнинг жамиятдаги аҳволи масалаларини амалий, сўнгра назарий ечиш геронтологиянинг янги соҳаси - ижтимоий геронтологияни юзага келтирди. Бу илмий йўналишни ривожлантириш жараёнида қариликнинг социологик, социал-психологик, иқтисодий, этик муаммолар ишланмалари юқори ўринга чиқди. Ижтимоий геронтология инсонни ижтимоий-биологик мавжудот сифатида ўрганиб, ижтимоий ва тиббий-биологик йўналишларни бирлаштиради. Ҳозирги вақтда ижтимоий ге-

ронтология илмнинг мустақил йўналиши ва ўқув фани мақомига эришди. «Нафақат ёшингизга ёш, балки умрингизга умр қўшилсин» деган ҳикматли фикр унинг шиоридир.

Умр деганлари асли нима?

*Мени айладилар дунёда мавжуд,
Ҳаётда топганим ҳайрат, тараддуд.
Бу йўлни ўтдим-у тушунолмадим,
Келмагу кетмакдан не экан мақсуд?!*

Умар Ҳайём

Умр — Оллоҳ томонидан инсон учун берилган буюк синов ва шу билан бирга, олий неъматдир!

Умрни бир неча даврларга бўлиш мумкин:

1. Туғилиш ва болалик даври.
2. Ўсмирлик ва балоғат даври.
3. Мустақил ҳаёт даври.
4. Қарилик даври.

Туғилиш ва болалик даври. Инсон маълум оилада дунёга келиб, унга чексиз қувонч, орзу-умидлар олиб келади. Аввало, ота-онаси ва ўзгалар парвариши билан улғая боради. Маълумки, оила муҳитида гапира бошлайди, юришни ўрганади, сўнгра боғча ва мактабга боради. Бу даврда ота-онанинг бор куч-имкониятлари фарзандларнинг яхши яшаши ва улғайишига сафарбар этилади.

Ўсмирлик ва балоғат даври. Бола улғая боргани сари ота-она катта орзулар билан яшай бошлайди. Фарзанди келажакда етук мутахассис бўлиши ёки керакли ҳунар эгаллаши, бир сўз билан айтганда, комил инсон бўлиши учун ота-она астойдил ҳаракат қилади. Бу даврда болалар ўзларини эртақлар оламида яшаётгандек ҳис қилиб, нимани истаса, уни амалда ҳам бўлишини хоҳлайди.

Мустақил ҳаёт даври. Бу давр инсон умрининг энг қийин, шу билан бирга, лаззатли, буюк синовлар давридир. Бу даврни ҳар ким турлича ўтказади. Инсон умри давомида шундай даврлар бўладики, бу унинг армонли йилларига айланиши мумкин. Ёшлиқда ўйламасдан, ҳаётни тушунмасдан туриб қилинган хатти-ҳаракат умр армонига айланиб қолади. Шу боис бу давр инсон келажagini ҳал қилувчи давр, деб ҳам аталиши бежиз эмас.

Дарвоқе, умрни оқар сувга қиёслашда ҳам теран маъно бор. Вақт ҳам ҳеч қачон кутиб турмагандек, умр ҳам тўхтовсиз ўтиб кетаверади. Шу маънода, бу давр мобайнида умрни беҳуда ўтказмаслик, ундан самарали фойдаланиш керак.

Ҳар бир инсон ҳаёти ютуқ ва камчиликлар, омад ва муваффақиятсизликлардан иборат. Маъна шундай жараёнлар мазкур даврнинг асосини ташкил этади.

Қарилик даври. Ҳар бир инсон қарилик ёшига етгач, албатта, ҳаёт йўлига назар ташлайди, ўтган кунларни хотирлаб, сарҳисоб қилади. Агар бахтли ҳаёт кечирган бўлса, жамият учун, оиласи учун фидойи бўлса, шукроналар айтади. Баъзилар эса бунинг акси. Қўлидан яхшилик келса-ю, лекин ўзгаларга фақат ёмонлик раво кўрган инсонлар ҳам афсуски бор...

Умри давомида бирор марта ҳам етим болалар кўнглини кўтармаган, кексаларга ширин сўз айтиб, ғамхўрлик қилмаган, фойдали иш қилмаган инсонларни дунёга келиб, изсиз кетган инсонлар дейиш мумкин...

Умр елдек ўтади. Аллоҳ томонидан ҳар бир инсонга умр белгилаб қўйилган. Вақт, умр ўтиш жараёнини ёшлар ва кексалар турлича талқин қилади. Келажақдаги орзулари тезроқ рўёбга чиқишини истагани боис ёшларга вақт секин ўтаётгандек туюлади, тезроқ улғайиб, ҳамма орзулари ушалишини истайди. Лекин, бир донишманд айтганидек, «Кексаликнинг ҳовлисига кўчиб ўтган», умр поёнига етиб бораётган кишилар учун эса, умр, вақт тез илгарилаб кетаётганга ўхшайди. Ҳар икки ҳолатда ҳам яшаш завқи, орзу-умидлар чексизлиги ўз даражасида сақланиб қолади. Чунки ҳаёт ва умид инсоният ҳеч қачон тўймайдиган бойликлардир.

«Умр ғанимат, дийдор ғанимат» деган ибора ҳам бор. Дийдорлашув умр мазмунини бойитади. Зотан, одамлар дунёга дийдорлашув учун келади. Ота-онанинг фарзандлар билан дийдорлашувини, унинг ҳис-ҳаяжонини таърифлаш қийин. Кариндош-уруғ, дўст-биродарларнинг дийдорлашувида ҳам алоҳида завқ-шавқ мужассамдир. Айниқса, илмга чанқоқ ёшлар устозлар дийдорига доимо интиқ

бўлади. Буюк файласуф Умар Ҳайёмнинг қуйидаги мисралари умрнинг бебаҳо ва бебаҳо эканлигига ишорадир:

*Кекса, ёш-ҳар кимки ҳаётга етар,
Ҳаммаси бирма-бир, изма-из ўтар.
Бу дунё ҳеч кимга қолмас абдий,
Кетилар, кетамиз, келишар, кетар.*

Инсон умри вақтдек югурик. «Умр масофаси, — деган эди академик шоир Фафур Фулом, — икки қош ўртасидек қисқа, муддати эса кўз очиб юмгунча ўтган дамга тенг». Ҳар бир инсон умри мазмуни эзгу ишлар кўлами билан ўлчанади. Инсоннинг қимматли бойликларидан бири — вақтдир. Вақтни бой бериш ўрнини тўлдириб бўлмайдиган йўқотишдир. Вақт қадрига етадиган кишилар ўтаётган, қайтариш мумкин бўлмаган вақтни ғоят қадрлайди, фақат вақт масаласидагина хасислик қилади. Мумтоз шоир Данте: «Вақтни бой бераётганида хуноб бўладиган одам энг доно одамдир», деб таъкидлаган эди. Хулоса қилиб айтганда, фақатгина ўлимдан бошқа, барча хайрли ишларга шошилиш лозим. Зотан, ўтган беҳуда умр армон бўлиб қолмасин.

«Дунёга йиғлаб келсангу, кулиб кетсанг», деган эди бир донишманд. Дарҳақиқат, умрнинг ибтидоси ва интиҳоси мавжуддир. Дунёга келган гўдак, энг аввало, ота-онасининг орзу-умиди ушалгани, шу туфайли уларнинг чексиз севинч-қувончидир. Юқорида таъкидлаганимиздек, гўдак ўсиб, вояга етади, оила ва жамият учун меҳнат қилиб, бирор соҳада фаолият кўрсатади. Яхши тарбия кўрган фарзанд хайрли ишлар қилиб, эл-юрт равнақига муносиб ҳиссани қўшади. Шу туфайли ҳам умр поёнига етаётгани ўз меҳнати ва фаолиятидан, катта ижтимоий кучнинг кичик аъзоси сифатида ўзидан яхши ном қолдирганидан мамнун бўлади, ҳаётидан қониқиш ҳосил қилади. Ахир машҳур «Авесто» китобида «Бу дунёдан кетар экансан, ортингда эзгу сўз, эзгу ният, эзгу амаллар қолсин», деб бежиз таъкидланмаган.

Қариялар — ҳаёт таянчи

*Кексаларга кўмак бер-суянган тогинг,
Буни тушунарсан қариган чогинг!*

Халқ мақоли

Шарқ мамлакатларида ота-она, фарзандлар, эр-хотин ва шахслар ўртасидаги муносабатларда ахлоқий бурч, кичиклар, заифалар, қарияларга ғамхўрлик, оилани мустаҳкамлаш, ундаги шароитни яхшилашда ахлоқ нормаларига алоҳида эътибор берилади. «Бурч», «мажбурият», «адолат», «имон» тушунчалари Шарқ алломалари асарларида, муқаддас китобларимиз — Қуръони карим ва Ҳадиси шарифда кенг ёритилган. Улуғ алломалар таълимотига кўра, мазкур қоидалар қуйидагилардан иборат: диндорлар Оллоҳ ва пайғамбарлар олдида, фарзандлар ота-она олдида, ҳокимлар ва фуқаролар Ватан олдидаги бурч ва мажбуриятларини ҳис этиб яшамоқлари ҳамда меҳнат қилмоқлари керак. Бу азалдан Шарқ мамлакатларида, айниқса, юртимизда одатга айланган.

Ўтмишда барча оилавий удум, маросимлар маҳалла жамоаларининг ташаббуси билан уларнинг кенг иштирокида ўтказилган. Қадимдан анъана бўлиб келган ҳашар, меҳмондўстлик каби одат ва маросимларда жамоа фаол қатнашган. Қўшниларининг ўзаро ҳашари қадимий удумлардан бири ҳисобланади. Ҳашарлар, асосан, деҳқончиликда, уй қуриш, тўй-ҳашамларда кенг қўлланилган. Ҳашарга айтилган барча кишиларнинг қатнашиши шарт бўлган. Узрли сабаб билан қатнашолмаган киши ҳашар бўлаётган қўшнисиникига ўзгача тарзда ёрдам берган. Оилавий ҳашарда, масалан, иморатни тиклаш ишларида қавм-қариндошлар фаол иштирок этишган. Бундай ҳашар барча қатнашчиларни ўзаро бирлаштирган, уларни уюшқоқликка, меҳнатсеварликка даъват этган.

Шарқ халқларида, жумладан, ўзбек халқида меҳмондорчилик қадимдан кенг тарқалган. Ибтидоий даврда шаклланган меҳмондорчилик ҳаётий заруратлар билан боғлиқ ҳолда ижтимоий-иқтисодий босқичларни босиб ўтиб, бизгача етиб келган. Маълум сабаблар билан тарқалиб кетган уруғ-аймоқлар, оилалар бир-бирларини топгач, улуғ меҳмон сифатида иззат-икром билан кутиб олинган. Бора-бора меҳмондорчилик халқлар удумига айланган; меҳмонга нафақат қариндош-уруғларни, балки бегона кишиларни ҳам чиқаришган. Меҳмонни қабул қилиш учун маҳалла ва қишлоқ жамоалари хонадонларида махсус хоналар-меҳмонхона қурилган. Одат бўйича меҳмон меҳмонхонада кутиб олинган. Меҳмонлар бир неча киши бўлса, уларнинг ёши улуғи меҳмонхона ёки уйнинг тўрига ўтказилган. Тўкин дастурхон ёзилиб, нон ва чой келтирган. Кейинроқ таом пиширилиб, (кўпинча ош, қовурдоқ, шўрва) аввал кексаларга, сўнг ёшларга тортилган. Меҳмон миниб келган уловига (от, эшак, туя) ҳам озуқа берилган. Иложи борича меҳмонга саҳоват кўрсатилган. Меҳмон имкон даражасида кутиб олинмаса, хонадон соҳиби жамоа назаридан қолган. Меҳмон баъзан бегона киши бўлиши ҳам мумкин. Бундай меҳмонлар сирасини мўлжалланган манзилга етолмай, қоронғуда қолган, қор-бўронга учраган, йўлдан адашган одамлар ташкил қилган. Бундай ҳолатда йўловчи бирор уй эшигини қоқади. Уй соҳибидан “Меҳмон қабул қиласизми?” деб сўрайди. Мезбон “Меҳмон отайи Худо” — “меҳмон Худо ато этган киши, албатта, қабул қиламиз”, деб уйига таклиф қилади. Агар хонадон соҳибининг узрли сабаби бўлса, (азадорлик, хонадонда оғир бемор бўлса) уни айтиб, “Бошқа хонадондан илтимос қилинг”, дея ширинсўзлик билан жавоб қилинган. Баъзан меҳмондан мазкур хонадон соҳиблари аввал ёмонлик кўрган бўлсалар ҳам, барибир меҳмондорчилик удумига риоя қили-

наверган. Ўзбек меҳмондорчилиги одатларидан бири-меҳмон кимнинг хонадонига келишидан қатъи назар, қўшнилар уни бориб кўришган. Чунки меҳмон айна пайтда маҳалла ва жамоанинг ҳам меҳмони ҳисобланган. Шу сабаб уни бориб кўришни шараф деб билганлар. Меҳмонни навбати билан бошқа хонадон соҳиблари ҳам ўз уйларига таклиф қилишган. Улуғ меҳмон оёғи тагига поёндоз тўшаб, баъзан қўй сўйиб кутиб олишган. Зиёфатга қўшнилар, маҳалла ва қишлоқ оқсоқоллари, ҳурматли кишилар таклиф қилинган. Меҳмонни кузатиш олдидан унга сарпо кийдирилган. Ўзбек оилаларида бундай меҳмондорчилик одатлари ҳозиргача сақланмоқда.

Катталарни ҳурмат қилиш одати ҳам қадим замонлардан мавжуддир. Бу даврдаги ижтимоий муносабатлар кичикларни катталарга ва қабила бошлиқларига сўзсиз итоатда бўлишни тақозо этган. Уруғ ва оила жамоасини, асосан, уруғ ва оила бошлиқлари бошқарган. Оғир ишларни ёшлар бажарган. Қариялар ўтмишдан мерос бўлган таомил (урф-одатларни), кундалик ҳаёт учун зарур билимларни ёшларга ўргатганлар. Ўзбек халқи ҳаётидаги бундай одатлар халқ анъаналари ҳамда ислом дини асосида юзага келган. Ахлоқ-одоб қоидаларига қатъий риоя қилиш, аввало, оиладан бошланган.

Барча инсоний фазилатлар, тартиб-қоидалар, одатлар ёшларга оилада ўргатилган. Фарзандлар одоби, ахлоқий даражаси оиладаги тартиб-интизом ва удумларнинг қатъийлигига боғлиқ бўлган.

Ўзбек халқининг оилавий маросимларидан кенг тарқалгани бешик тўйи, суннат тўйи ва никоҳ тўйларидир. Булар бевосита оила ҳаёти билан боғлиқ бўлса-да, аммо жамоанинг кенг иштирокида ўтади. Шунинг учун тўйлар доимо жамоа оқсоқоллари билан бамаслаҳат ўтказилган. Бешик тўйи кенг тарқалган қадимий одатлардан бири бўлиб, фарзанд, одатда, тўнғич фарзанд туғилганида ўтка-

зиладиган маросим. Бу удумларни ўтказишда кексаларнинг маслаҳати, йўл-йўриғига қатъий риоя қилинган.

Ўзбек оилаларида яхши умидлар билан фарзанд тарбиялаётган ота-она уларни оилали, уй-жойли қилиш ташвиши билан яшайди. Бу — улар ҳаётининг мазмунидир¹. Фарзандларининг яхши яшаб кетишига эришган ота-оналар неvara, чевара, эвараларининг яхши ташвиши, янги-янги орзу-ниятлар билан яшайди. Бахти бекам қарияларимиз асосий вазифалари дуоғўйлик, маслаҳатгўйликдир².

Халқимизда азал-азалдан катталарни хурматлаш, эъозлаш, улар айтганларини бажариш каби фазилатлар мавжуд. Чунки, ёшларга кексалар ўгити, донолик билан йўғрилган насиҳатлари, намунали ҳаёти доимо намуна мактаби бўлиб келган. Зеро, қарияли уй-мактабдир, деб бежиз айтилмаган. Халқда яна «Қариси бор уйнинг париси бор», «Қария-қариндошлар мойтуғидир», дейилади. Мойтуғ «туғ» сўзидан олинган бўлиб, байроқ (туғ) ўрнатиладиган жой, яъни қариндош-уруғлар тўпланадиган маскан, деган маънони англатади.

Дарҳақиқат, ҳар бир ўзбек оиласи учун қариялар ҳолидан хабар олиш ҳам фарз, ҳам қарз ҳисобланади. Шунинг учун ҳар бир қобил фарзанд ўз йўлини топган бўлса, аввало, ота-онадан тўғри тарбия олган, уларнинг дуоларини олиб, оналар оёғи остидан бошланувчи жаннатни кўзлаб яшаётганлардир.

Бу ҳақда Президент И.А.Каримов шундай деган эди: «Ўзбек халқи азалдан жамоа туйғусига мойил. Бизлар тўйда ҳам, азада ҳам ёнма-ён туриб, оддий кунларда ҳам бир-бирининг ҳолидан хабар олиб, каттанинг хурматини, кичикнинг иззатини жой-жойига қўйиб, бева-

¹ Султонов Х., Қаршибоев М. Ватан туйғуси. -Т., «Маънавият», 2004.

² Ўша манба.

бечораларнинг, етим-есирларнинг бошини силаб, хуллас, одамгарчиликни барча нарсалардан устун қўйиб яшаган инсонларнинг фарзандлари бўламиз”¹. Бу ўзбек халқига берилган гоят юксак таърифдир.

Хуллас, аждодлар ворисини тўла-тўқис етказишда кексаларнинг ўрни, хизмати каттадир. Зеро, қариялар бизнинг ҳаёт таянчимиз, суянчиқларимиздир.

Шарқ, жумладан, ўзбек халқи ҳаётида Рўза ва Қурбон ҳайитлари, улар билан боғлиқ удумларни бажариш ҳам муҳим ўрин олган. Ҳайит байрамларини тантанали нишонлашга катта тайёргарлик кўрилган. Арафа кунлари қабристонга бориб, у ерларни тозалаш, ободонлаштириш, зиёрат қилиш одатга айланган. Ховли ва кўчалар тозаланган. Турли пишириқ ва тансиқ таомлар тайёрланган. Ҳайит кунлари эрта тонгдаёқ каттаю-кичик янги кийимлар кийиб, ҳайит номозини жамоа бўлиб ўқиган. Ҳайитнинг биринчи куни баъзи қишлоқларнинг масжид ва қадамжоларида сайил бўлган. Ҳайит кунлари (одатда уч кун) қариялар ва беморларни зиёрат қиладилар; тўкин дастурхон ёзиб, меҳмон кутадилар.

Собиқ шўролар даврида, айниқса, мусулмон дунёсининг асосий байрами ҳайит байрамлари тазйиққа учради. Йиллар давомида зиёли ва фирқа аъзолари масжидда жамоа бўлиб намоз ўқиганлиги учун таъқиб қилинди.

Таъқидлаш жоизки, республикамиз мустақилликка эришгандан кейингина ҳайит кунларини байрам қилишга кенг имконият яратилди. Ўзбекистон Республикаси Президенти фармони билан Рўза ва Қурбон ҳайитлари дам олиш куни деб эълон қилинди. Ҳайит ва улар билан боғлиқ маросимлар қарор топди, шунингдек, бошқа миллий қадриятлар ҳам тикланмоқда.

¹ Каримов И.А. Ўзбекистон: миллий истиқлол, иқтисод, сиёсат, мафкура. 1-жилд. -Т., «Ўзбекистон», 1996. 364-б.

Инсон оламдан ўтгач, бажарилиши лозим бўлган расм-русум ва маросимлар мавжуд. Халқ ижтимоий ҳаётидаги мавжуд маросимларнинг ҳар бирида урф-одатлар муҳассамлашган. Одат ва маросимларнинг асосий қисми асрлар давомида амал қилиб келинган миллий қадриятлардир.

Ижтимоий тарбиявий аҳамиятга молик одат-маросимлар асрлар давомида жамоатчилик бошқарувида бўлган. Ҳар бир давлат ўз миллати, халқини мукаммалаштириш мақсадида халқчил, инсонпарвар анъаналарни қўллаб-қувватлаб келган. Шу жумладан, ўзбек миллатига хос анъана ва урф-одатлар ҳам тарихан таркиб топган ижтимоий муносабатлар маҳсули бўлиб, халқнинг яшаш шароити, муҳити натижасида вужудга келган.

Маълумки, аждодлар меросида авлодлараро кекса ва ёшлар ўртасидаги муносабатлар муҳим ўрин эгаллайди. Мазкур меросни ёш авлодга етказиш, уларни баркамол авлод этиб тарбиялашда ота-она, бобо-момоларнинг ибратли ҳаёти, тарбиявий ишлари, панд-насиҳатлари катта аҳамиятга эгадир.

Геронтологиянинг ўзбекона талқини

Қарияларнинг ижтимоий муаммолари, мавқелари, жамиятдаги, ижтимоий тузилма, оила ва турли ёшдаги гуруҳлар билан ўзаро муносабатдаги ўрни, шахснинг ёшга қараб ўзгаришидаги йўналишлар ҳали-ҳануз махсус ижтимоий текширишлар предмети бўлгани йўқ. Бу муаммолар социологиянинг махсус соҳаси – ижтимоий геронтология томонидан ўрганилиши лозим. Ижтимоий геронтология назарий ва амалий фаолиятга мойиллик ўртасида боғловчи бўғин вазифаси юклатилган ўрта даражали, деб аталувчи назарияга тегишлидир. Ижтимоий геронтологияга ижтимоий ёшлар муносабати нисбатан бошқачадир. Ҳар икки ҳолатда ҳам дуалистик ёндашув муҳим ҳисобланиб, кексалик ёшидаги гуруҳлар учун турли векторлар билан мустақилликдан қарамликка ўтиш ҳам муаммодир. Замонлар ўзгараяпти, яшаш даражаси тобора яхшиланмоқда, аммо қарияларнинг ўзгалар ёрдамига муҳтожлиги камайиш ўрнига, аксинча ўсиб, уларнинг ёлғиз яшashi одатга айланмоқда.

Қариялар учун ҳам, ёшлар учун ҳам янги ҳаётий шароитга мослашиш муҳим аҳамият касб этмоқда. Геронтогуруҳ ўз хусусиятига эга ижтимоий-демографик гуруҳдир. У ўзига хос психологик хусусиятга эга қадимги маданиятни кўмсанш, табақаланиш билан кичик гуруҳларга ажратиш: ёшга (кексалар, қариялар, нуронийлар), ҳудудий (шаҳарликлар, қишлоқликлар) ва жамиятдаги ўрнига қараб белгиланади. Ҳар бир ижтимоий гуруҳ ижтимоий муаммоларини (жумладан, геронтогуруҳларни ҳам) таснифлаш ва ўзига хос хусусиятларини аниқлаш орқали амалга оширилади.

Ижтимоий геронтология предмети уч босқичда ўрганилади: якка шахс, кичик гуруҳ ва ижтимоий тизимдаги гуруҳлар.

Биринчи босқичда қарилек бошланиши билан шахс ривожланиши текширилади. Қарияларнинг таржимаи ҳолининг илк босқичлари ва касбий фаолияти, кейинги даврлардаги характери ўрганилади. Ҳаёт тарзини ўзгартириш қобилияти, низоли ҳолларда ўзини тутиши (авлодлараро низоларда), эҳтиёж, қизиқиш ва хатти-ҳаракатидаги ўзгаришлар таҳлил қилинади.

Иккинчи босқичда қариянинг жамоада, қўшнилар, дўстлар, қариндошлар ва оила даврасидаги ўрни, вазифаси ҳамда ишлари ўрганилади.

Учинчи босқичда геронтоғуруҳларнинг жамият ишларига аралашини, сиёсий воқеаларга таъсири ўрганилиб, унинг сиёсатга қизиқишлари таҳлил қилинади.

Ҳозир дунё аҳолисининг 15 фоизини 60 ёшдан ошган қариялар ташкил этади. Башоратларга кўра, 2020 йилга келиб, улар сони 2 баробар ошади, бу сайёрамиз аҳолиси сонининг кўпайиш суръатлари сезиларли даражада юқори бўлади, деганидир.

Юқорида айтганимиздек, тараққиёт пайдо бўлгандан бошлаб инсоният умрни узайтиришга, ўлимни орқага суришга интилиб келган. У ҳамиша бу орзусини амалга оширишга восита излаган. Эҳтимол, шунинг учундир, маданият билан ёшда тенглаша оладиган фан пайдо бўлди. Бу фан геронтологиядир.

1963 йилда Бутунжаҳон Соғлиқни сақлаш ташкилоти томонидан қабул қилинган ёш гуруҳларини таснифлаш қуйидагича:

- ёшлар тоифаси – 20-44 ёш;
- ўрта (етуклик) ёш тоифаси – 45-59 ёш;
- кексалар тоифаси – 60-74 ёш;
- нуронийлар тоифаси – 75-90 ёш;
- узоқ умр кўрганлар тоифаси – 90 ёшдан ошганлар.

Мамлакатимизда 60 ёшдан ошган 3 миллион 876 мингдан ортиқ киши истиқомат қилади (мамлакат аҳолиси-

нинг тахминан 6,5 фоизи), 60-74 ёшлилар – 209800, 75-89 ёшлилар салкам 230000, 90-100 ёшлилар 28365 ва 100 ёшдан ошганлар 2476 кишини ташкил қилади. Геронтологлар ўтказган тадқиқот натижаларига кўра, 2010 йилга келиб Ўзбекистонда қариялар аҳолининг 7-8 фоизини ташкил қилади. Ушбу маълумотларни инобатга олиб, геронтология ва гериатрияни ривожлантириш катта эътибор талаб қилади. Шу муносабат билан, 2003 ва 2004 йилларда Ўзбекистонда илк бор «Экологик геронтология» мавзуида иккита халқаро семинар ўтказилди. Илмий сўзлашувга «Экологик геронтология» атамасини таниқли геронтолог Л.Э.Отахонова киритди.

Олиб борилган тадқиқот натижаларига кўра, 91,5 фоиз нуронийлар оила аъзолари, асосан, ўғил фарзандлар даврасида яшайди, фоизли нисбатда тақсимот куйидагичадир:

- умр йўлдоши билан 19%;
- фарзандлари билан 39%;
- келини билан 26%;
- набиралари билан 9,3%

Тадқиқотлар натижасида ёшлар ва ўрта ёшдаги инсонларнинг кексаларга масъулияти сабаблари ҳам ойдинлашади. Энг биринчи сабаб сифатида ўғиллик бурчи (46, 6%) ва вазифа (32,7%) кўрсатилди. Дикқатни яна бир жиҳатга тортмоқчимиз — кексаларнинг 26 фоизи қариганида келинлари билан яшайди (ўғли вафот этган). Туғишган эмас, яъни келин, вафот этган турмуш ўртоғининг кексайган ота-онасига бурч нуқтаи назаридан, ҳурмат юзасидан ғамхўрлик қилади. Бу воқелик фақат бизнинг миллатимизга ҳосдир.

Қариялар сонининг сезиларли ўсиши, уларда турли хасталикларнинг келиб чиқиши, кечиши ва даволашнинг ўзига хос хусусиятлари махсус фан-гериатриянинг жадал ривожланишига тўртки бўлди. Ҳозирги кунда республикада гериатрия тиббиётнинг ажралмас қисмига

айланди. Шифокорлар қариялар билан муомала қилаётганларида уларнинг кексаликданми ёки хасталикдан шикоят қилаётганларини фарқлай олишлари керак. Кексалар билан ишлаётганлар, айниқса, шифокорлар уларни сева олиши шарт. Нормал физиологик кексалик секин ривожланади ва муайян ақлий ҳамда жисмоний кучлар, меҳнатга лаёқатлилик, атроф-муҳитга қизиқишининг мавжудлиги билан таърифланади. Бундай ҳолатда организмда унинг функционал ва реактив имкониятларининг теппа-тенг пасайишига олиб келадиган сустлаштирувчи ўзгаришлар секин-аста ривожланиб боради. Олимларнинг ҳисоб-китобига кўра, физиологик нормал кексалик 100-120 ёшдан кейин келади. Бироқ ҳаётий жараённинг бундай табиий ниҳояси жуда камдан-кам кузатилади. Негаки, умр турли касалликлар ёки тасодифий сабаблар билан аввалроқ тугаши мумкин.

Бутунжаҳон Соғлиқни сақлаш ташкилотининг таърифида «саломатлик» тушунчаси тўлиқ жисмоний, психологик ва ижтимоий фаровонлик сифатида келтирилганини инобатга олсак, қарияларни ҳозир бирон-бир мезон бўйича ҳам соғлом деб, айтиб бўлмайди.

Ўзбекистонда поликлиника ва стационар тиббий ёрдамга мурожаат қилаётган 60 ёшдан ошган беморлар 25-30 фоизни ташкил этади. Шифокор хизматидан меҳнатга лаёқатли ёшдаги инсонларга қараганда қариялар 4-6 марта кўпроқ фойдаланади. Гериатр, социолог ва психологлар қарияларга даволаш борасида асосий эътибор қаратиш лозим деб ҳисоблайдилар. Энг муҳими, қариялар соғлигини таъминлаш учун давлат маблағ ажратмаларини сезиларли даражада кўпайтириш талаб этилади.

Геронтологларнинг шиори «Соғлом кексалик» ва «Саодатли узоқ умр кўриш учун»дир. Асосий мақсад - геронтологиянинг сўнгги ютуқлари асосида қарияларни даволаш. Сўнгги беш йил давомида аксарият ташхис мар-

казларида геронтология хоналари очилди. Тошкент Тиббиёт Академиясида гериатрия курси ўтилмоқда. Тошкент давлат Шифокорлар малакасини ошириш институтида геронтологлар малакасини ошириш курслари, Ибн Сино халқаро жамғармаси қошида Геронтология маркази барпо этилган.

Сўнги пайтларда гериатрия бўйича ихтисосликларни кенгроқ тарқатиш зарурати туғилмоқда. Республикамиз шифокор ва олимлари қарияларга ёрдам кўрсатишда муайян тажрибага эга эканликларини инобатга олиб, малакали гериатрлар билан таъминланган махсус ихтисослаштирилган бўлимларни республиканинг барча ҳудудларида очиш зарур, деб ўйлаймиз.

Ҳар бир инсон учун кексаликка қарши курашишнинг қулай, ўзига хос йўли бор — у, асосан, саломатлик ҳолатига боғлиқдир. Бу борада мутахассисларнинг қуйидаги тавсияларига эътибор қаратилса, фойдадан холи бўлмайди:

— доимо шифокорлар маслаҳатига амал қилинг, вақти-вақти билан тиббий кўриқдан ўтинг. Агар бирор жиддий сурункали касалингиз бўлса, албатта, мутахассис шифокор билан маслаҳатлашинг;

— ўз саломатлигингизни ўйлаш асосий вазифангиз бўлсин;

— фойдали меҳнат ва дам олиш тартибига қатъий риоя қилинг, зарарли омиллар — тамаки чекиш, ичкилик ичиш, гиёҳванд моддалардан, асаббузарликлардан узоқ юринг;

— меҳнатга лаёқатингизни имкон қадар узоқ сақлаб қолишга ҳаракат қилинг;

— «Кексалик» ва «меҳнатга лаёқатлилик» бир-бирига зид тушунчалар: меҳнатга лаёқат бор жойда кексаликка ўрин йўқ. Меҳнат инсоннинг ҳаётий эҳтиёжи. Шу сабаб, кексайган, лекин меҳнатга лаёқатли қарияларни мажбуран пенсияга «ҳайдаш» халқаро ҳуқуққа зид. Ҳар бир

ёшда инсон, агар у ўзининг жисмоний ва ақлий имкониятлари бўйича муайян иш бажаришга қодир бўлса, меҳнат қилиш ҳуқуқини йўқотмайди (бу ҳақда қаранг: Б.Умаров. Умрзоқликнинг чораси борми?// Тафаккур, 2002, 4-сон);

— барча жамиятларда қариялар ғамхўр ва доно, оғир-босиқ, меҳрибон саналади. Ҳасад, жаҳл, нафрат саломатликни издан чиқариб, қаришни тезлаштиришини асло унутманг;

— ҳаётга қизиқишнинг сўниши қарилик белгиси ҳисобланади, шунинг учун ҳаётга қизиқиш ва ундан завқланишни ҳеч қачон сусайтирманг.

Қариликни ҳис этишда надомат эмас, балки жозиба бор. Бу — ҳаётнинг барча синовларидан ўтиб, кексалик даврига етиб келганларга бериладиган иноят, ўзига хос шукроналикдир.

МУНДАРИЖА

Муқаддима	3
Геронтология қандай фан?.....	5
Умр деганлари асли нима?.....	12
Қариялар — ҳаёт таянчи.....	15
Геронтологиянинг ўзбекона талқини.....	21

Ш.М.Содиқова
Геронтология: талқин ва ёндашувлар

Академија
Тошкент 2006

Муҳаррир М. Абдуллаева
Мусахҳиҳ Г.Абдуллаева
Расом Р.Султонов
Нашр учун масъул Б.Умаров

Теришга берилди 4.06.06. Босишга рухсат этилди 8.06.06. Бичими 84x108¹/32. Офсет босма. Шартли босма табағи 1,6. Натприёт ҳисоб табағи 1,6. Адади 100. Баҳоси шартнома асосида.