

ВОЗЗРЕНИЕ МЫСЛИТЕЛЕЙ СРЕДНЕЙ АЗИИ НА ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Мамирова Диларам Тавакуловна, доцент кафедры «Сценическое движение и физическая культура» государственного института искусств и культуры Узбекистана

Аннотация: Статья раскрывает актуальность концептуально-методологического наследия мыслителей Средней Азии, традиций народной педагогики, воспитательного потенциала религиозных учений. А также обосновывает необходимость духовно-нравственного воспитания, укрепления физического и психического здоровья, формирование основ здорового образа жизни молодого поколения.

Ключевые слова: философия, духовность, личность, мыслители, физическое воспитание, совершенный человек, здоровье, музыкальная терапия.

Идея воспитания совершенной личности отражает постоянное стремление человека к овладению достижениями национальной и мировой культуры, к духовному, нравственному и физическому совершенству. Формирование совершенной всесторонне развитой личности была заветной мечтой нашего народа, частью его духовности. Высокие идеи о такой личности нашли свое отражение и на Востоке, с точки зрения мыслителей Средней Азии. Впитав в себя философию ислама, эти идеи значительно расширили свое содержание и сущность. Любая религия является важной составляющей частью духовности, нравственности и культуры. Воззрения мыслителей Средней Азии состоит в том, что они в полном смысле направлены на совершенствование личности, проявление заботы о человеке и воплощении в себе многих духовно-нравственных ценностей. Их воззрения возвеличивают такие достоинства человека как доброта, миролюбие, милосердие, призывают к честности и чистоте души и тела. [1 С.121.] В работах Ибн Ал-Арабий, Хусайн Воис Кошифий, Саид Гилоний, Азизиддин Насофий, Абу Али ибн Сино неоднократно упоминается идея совершенной личности. Так, по мнению Ибн Ал-Арабий «совершенная личность была создана Аллахом из божественного луча, затем придав ему вид человека, Бог

создал его в образе совершенной личности по своему образу и подобию». В своем произведении «Совершенный человек» Азизиддин Насофий говорил, что «человек - это малый мир, Бог и материальный мир воедино – это большой мир. Все вещи особенности великого мира присущи и малому миру, человек есть уменьшенная копия большого мира». Значит по мнению ученого совершенный человек – реальный, он посредством приобретения духовно-нравственных качеств совершенствуется. Многие мыслители Средней Азии высказывали гуманистические и общечеловеческие идеи о нравственных традициях испытанные временем, переходя из века в век, активно воздействуют на умы, образ жизни, быт и нравы людей. [2 С. 71-73.]

Важным аспектом сложной и многогранной проблемы воспитания нового человека является приобщение его к культуре личной заботы о своем здоровье, которое надо внедрять с самых ранних лет, всеми силами семьи, детского сада, школы, системы здравоохранения и т.д. В условиях становления и развития суверенитета Республики - физической культуре и спорту отводятся важная роль в решении проблемы о здоровом образе жизни человека. В Республике Узбекистан, во всех сферах жизни новое значение приобрели национальные факторы, ценности и традиции. Это нашло свое отражение в области духовно-нравственного и физического воспитания подрастающего поколения, в которой за многие века накопился богатый и весьма ценный опыт. Он складывается из концептуально-методологического наследия наших мыслителей, традиций народной педагогики, воспитательного потенциала религиозных учений. В частности, в течение многих веков в процессе воспитания, нашим народом эффективно использовались глубокие, сохранившие до настоящего времени свою ценность, научные разработки в области физического воспитания: Абу Насра Фараби, Абу Райхан Беруни, Абу Али ибн Сины, Амира Темура, Мирзо Улугбека, Алишера Навои и многих других. [3 С.4] Особая заслуга в разработке проблемы роли физического воспитания в формировании «совершенного человека» принадлежит Абу Али ибн Сино, который поднял

ее до уровня концептуально-практического разрешения. В частности, он отмечал роль «физического воспитания как основного фактора сохранения здоровья» и рассматривал конкретные пути, формы и средства использования физических упражнений для духовно-личностного и физического формирования человека. Ученый в отличие от других современников с глубоким анализом рассматривает вопросы о воспитании тела, разрешает их нетрадиционной логикой, на жизненных примерах и потому его духовное наследие живет веками. Посвятив свою жизнь борьбе за воспитание морально полноценного, физически развитого человека, в своих произведениях он теоретически и практически доказывает значимость воспитания тела. Он убедительно доказывает, что человеку, занимающемуся воспитанием тела, нет надобности обращаться к лекарю за помощью. Он считает, что основным мероприятием сохранения здоровья является физическое воспитание тела, затем питание и сон. Постоянные и своевременные занятия физическими упражнениями избавят человека от необходимости лечения, обретенных им ранее переболевших болезней.

Одним из главных исследований в формировании здорового образа жизни выдающего философа, ученого, врача и поэта, является интеграция гармонично развитой личности посредством музыки и физических упражнений. Совершенство – одна из центральных категорий философии Ибн Сина, которая символизирует содержание противоположных понятий и их весомость в качестве ценностных критериев музыкального искусства символизирует некую золотую середину, превосходное бытие предмета, совершенства, красоты и блага.

Наследие, Ибн Сины (около 450 сочинений) представляет огромную ценность потому, что сам целитель принадлежал к редкому типу людей, умеющих органично сочетать в своем мировосприятии теоретические положения и их практическое применение. Будучи врачом, он направлял свои поиски в сторону практической деятельности – так, как это понимали лучшие врачи предшествующих эпох, уверявшие, что существование врачей

тела и врачей души есть величайшая ошибка, так как эти две составляющие взаимосвязаны и взаимозависимы, и вместе они образуют целое. Нельзя лечить тела без души, часть без целого. Напомним, что слова целитель и целостность являются однокоренными, и исцелить означает «сделать целым». Ибн Сина, считавший, что «естество послушно внушениям души», был именно целителем, а лечить душу, он предлагал музыкой. Музыка в его трудах предстает в нескольких аспектах: теоретическом, философском, эстетическом, психологическом, медицинском (а точнее, терапевтическом). Собранные вместе, эти аспекты образуют удивительно целостную систему, направленную на воспитание гармоничного человека. Причем воспитание это, по мнению Ибн Сины, должно начинаться с раннего возраста. Так, в разделе «О воспитании» первой книги «Канона» он пишет: «К числу необходимых для младенцев средств, для укрепления природы относятся: во-первых, легкое покачивание, во-вторых, музыка и песня, напеваемая обычно при убаюкивании. По степени восприятия этих двух вещей устанавливают предрасположение к физическим упражнениям и к музыке. Первое относится к телу, а второе – к душе». Вопрос о соотношении души и тела является одним из центральных положений философии Ибн Сины. Великий целитель утверждал идею их гармонии и взаимного дополнения. Тело, по его мнению, – жилище души и орудие для ее деятельности. Следовательно, для развития гармоничного человека необходимо двустороннее воспитание: физические упражнения для физического здоровья и музыка и другие виды искусства – для духовного. Более того, как врач, Ибн Сина считал, что музыка может обладать лечебным эффектом и «лучшим упражнением для всестороннего гармонического развития человека и сохранения его здоровья является пение и вообще музыкальное исполнительство». То есть «музыкальная терапия», по Ибн Сино, – процесс, предполагающий не только пассивное слушание музыки и звуков вообще, но и активное участие в ее исполнении. Кроме того, на ладонях существуют рефлекторные зоны, массаж которых способствует излечению многих заболеваний. Именно поэтому «игра на рояле есть кладезь

оздоровительных приемов...». Автор данной методики добивается поразительных результатов при работе с детьми, имеющими проблемы с моторикой, именно при помощи игры на рояле и необходимой для этого гимнастики! Вывод поразителен: «наличие полноценного здоровья побеждает отсутствие природного музыкального дарования». Когда последовательность «палец-клавиша» порождает мелодию, нейро-связи между пульсацией (клавишами) и звуками в пространстве и во времени (мелодия) укрепляются». Что касается «пассивной музыкотерапии», то есть воздействия, осуществляемого через слух, то здесь, Ибн Сима, в отличие от врачей западных областей мусульманского мира, уделявших внимание воздействию ладов и тембру струн уда, сосредоточился более на роли ритма в диагностике заболеваний. Ибн Сина сопоставляет человеческий пульс с музыкальным метром и ритмом: «Тебе должно знать, что у пульса существует некое музыкальное естество. Как искусство музыки совершенно благодаря сочетанию звуков в известном соотношении по остроте и тяжести и кругам ритма величины промежутков времени, разделяющих удары по струнам, таково и качество ударов пульса. Отношение быстроты и частоты их темпа есть отношение ритмическое, а отношение их качеств по силе и слабости и по величине есть отношение как бы сочетательное. Так же, как темпы, ритм и достоинство звуков бывают согласные, а бывают и несогласные, так и неровности пульса бывают упорядоченные, а бывают и неупорядоченные. Отношения качеств ударов пульса по силе и слабости и по достоинству могут быть согласными, а могут быть и несогласными и даже несходными, и тогда, это выходит из категории определения какого бы то ни было порядка неровностей пульса».

Другой выдающийся мыслитель, классик узбекской литературы Алишер Навои, чье мировоззрение охватывало самые разнообразные сферы науки и знаний, оставил глубокое наследие, посвященное воспитанию и охране здоровья человека. Его риязат или наука о теле требует глубокого осмысления специалистами, изучающими медицину и педагогику.

Кто знаниями вооружен врачения и тела,
Тому и здоровым быть ничто не помеха.

По мнению Алишера Навои для того, чтобы сохранить здоровье, человек должен знать секреты медицины и воспитания тела. Ибо если тело не здоровое, нельзя ничто сделать. Медицину и воспитание тела трудно отделить друг от друга, они взаимосвязаны. Он рекомендует изучать с религиозными и мировыми науками, науку о теле для каждодневного применения.

Среди всех наук важна наука о теле,
Хорошо есть нужда, плохо, когда нет.

Таким образом, воззрения мыслителей Средней Азии на физическое воспитание можно рассматривать, как сложное социально психологическое образование, включающее признание современниками их профессиональной компетентности. Умение обучать, воспитывать и осуществлять руководство, ответственное отношение к своему делу, происходит переоценка ценностей, большое значение имеет внедрение в сознание молодого поколения тех ценностей прошлого, которые отвечают сегодняшним духовным запросам и нравственным идеалам общества. Духовно-нравственное воспитание молодого поколения предполагает также охрану, укрепление физического и психического здоровья и формирование основ здорового образа жизни. Народ, который имеет физически здоровое, высокообразованное молодое поколение, обеспечит себе достойное будущее. Поэтому массовость физической культуры, является одним из важнейших условий формирования всесторонне развитого, совершенного человека.

Литература:

1. А.Гершензон. Мусульманский Ренессанс. — М.: Наука, 1983.
2. Полвонова Ф. А. Восстановление наследия средневековых учёных Востока в годы независимости // Молодой ученый. — 2017. — №27.
3. Речь Президента Ислама Каримова на открытии международной конференции на тему «Историческое наследие учёных и мыслителей средневекового Востока, его роль и значение в развитии современной цивилизации». 6.05.2014. <http://uza.uz/>

