



VOQEALARNING TAKRORAN SODIR BO'LISHI YOXUD DEJAVU

Ibragimova Laylo

Ibragimov Jamoliddin

JDFU Tibbiyot fakulteti davolash ishi yo'nalishi

5-kurs talabalari

Annotatsiya. Ushbu maqola hozirgi kunda barchamizda uchraydigan xolat yoki voqeani xuddiki takroran sodir bo'layotgandek, bu voqeani oldin ham ko'rgandek xis qilishimiz, voqealar rivoji nima bo'lishini bilmaymiz lekin negadir bu holat tanishdek tuyulishining kelib chiqish sabablari haqida. Barchamizga tanish bo'lgan bu holat - Dejavu deb ataladi va u nerv sistemasi bilan bog'liq jarayon hisoblanadi.

Kalit so'zlar: Dejavu, jamevu, illyuziya, altsgeymer, his tuyg'ular, charchoq, epilepsiya.

Siz bilan ham shunday voqea sodir bo'lganmi: to'satdan siz hech qachon bo'lmagan interyerlarni, birinchi marta ko'rgan odamlarning yuzlarini taniy boshlaysiz yoki keyingi daqiqada nima bo'lishini noaniq tasavvurga ega bo'lasiz, chunki bularning barchasi siz bilan allaqachon sodir bo'lgan? Ammo bu odamlar, joylar va voqealar sizning hayotingizda qachon va qanday sharoitda sodir bo'lganligini aniq eslay olmaysiz. Bu holat Dejavu deb ataladi.

Dejavu - bu insonning eng g'alati, nazorat qilib bo'lmaydigan va o'rganilmagan qobiliyatlaridan biri. "Moskva Trust" telekanali ushbu hodisa bilan shug'ullanishga qaror qildi.

Buni qayerda ko'rdim?

Ko'pchiligimiz hayotimizda kamida bir marta deja vu fenomenini boshdan kechirganmiz. Nima bu? Tushunish elementi, o'tmishdagi hayotni eslatish, kimdir bizga ko'rsatadigan kelajak? Sirli hodisa ko'p o'n yillar davomida fanning turli sohaları tadqiqotchilarini hayratda qoldirdi. Va ularning har biri o'z nuqtai nazariga ega. Ammo psixologiya dejavuni birinchi bo'lib o'rgangan.

19-asrning oxirida frantsuz psixologi Emil Boirak o'z asarida birinchi bo'lib frantsuz tilidan "allaqachon ko'rilgan" deb tarjima qilingan go'zal "deja vu" atamasini ishlatgan. Albatta, odamlar deja vuni avval ham boshdan kechirishgan, lekin ular buni alohida ruhiy hodisa deb bilishmagan.

Bu hodisa qanchalik kam o'rganilgan bo'lsa, u aql bovar qilmaydigan taxminlar va mistik tushuntirishlar bulutida shunchalik zichroq bo'ladi. Garchi olimlar deja vu mexanizmlari haqida 100 yil avvalgiga qaraganda ko'proq bilishsa ham, bu hodisa aql bovar qilmaydigan farazlarni keltirib chiqarishda davom etmoqda. Masalan, ba'zi

tadqiqotchilarning fikriga ko'ra, deja vu reenkarnatsionning natijasidir. Biz aslida boshdan kechirgan yoki ko'rgan narsalar bizga tanish bo'lib tuyuladi, garchi bu hayotda bo'lmasa ham. Bu qanchalik aql bovar qilmaydigan bo'lib tuyulmasin, turli davrlarda fanning turli sohalari vakillari ushbu versiyani ko'rib chiqdilar va hatto uni asoslashga harakat qilishdi. "Haqiqat shundaki, reenkarnatsion gipotezasi har bir hayotda mavjud bo'lib, bizning ba'zi mahalliy fikrlarimiz, mahalliy ongimiz saqlanib qoladi, shuning uchun biz har doim oldingi hayotda yashagan mahalliy ongimiz bilan gaplasha olamiz o'tgan hayot, va biz nafaqat odam bo'lganimizda, balki boshqa har qanday odam bo'lishimiz mumkin edi, - deydi deja vu fenomeni tadqiqotchisi Aleksey Polyanskiy.

Inson tirik ekanki doimo tashqi muhit bilan aloqa qiladi, undagi jarayonlarni his qiladi va bu bizning nerv sistemamiz bilan aloqador. Borliqning miyamizda aks etishi ong bilan bog'liq va bu faqat odamlarga xos jarayon bo'lib hayvonlarda xattoki chaqaloqlarda (yosh ulg'aygan sari hosil bo'lishni boshlaydi) ham kuzatilmaydi. Biz ko'rib turgan barcha hodisalar bosh miyamizda iz qoldiradi. Natijada bizda xotira hosil bo'ladi va biz u orqali o'tmishda bo'lib o'tgan voqealarni ham eslay olamiz. Xotira hosil bo'lishi bizning eslab qolishimiz, esda saqlashimiz va esga tushirishimiz bilan bog'liq. Shuningdek xotiraning ajralmas yana bir qismi - unitishdir. Unitish deganda savol tug'iladi rostan ham xotiralar unutiladimi. Yo'q xotiralar unitilmaydi "xozircha kerakmas ma'lumot" sifatida saqlanadi. Lekin biz ba'zi bir sabablarga ko'ra ularni aniqlay ya'niy eslay olmaymiz. Biz o'rganmoqchi bo'lgan jarayon aynan xotiraning eslab qolish va unitish jarayonlari bilan bog'liq. Barchada uchraydigan voqealarni oldindan bilish yoki bu hodisalarni avval ham ko'rganday bo'lish jarayoni fan tilida "Dejavu" deb ataladi va xotiraning yuqorida aytib o'tgan jarayonlari bilan bog'liq. Dejavu ya'ni "Day-zhaa voo" deb talaffuz qilinadi, fransuzcha "allaqachon ko'rgan" degan ma'noni anglatadi. Bu atamani birinchi marta psixolog Emil Boirak ishlatgan. Bu ajoyib va g'alati tajribaga o'xshaydi. Masalan, siz maktabga, ishga yoki o'qishga ketayotganingizda to'satdan o'zingizni avval ham xuddi shu xolatda bo'lganday his qilasiz, lekin siz bu tanishlik avvalgiday kuchli emasligini bilasiz. Boshqacha qilib aytsak, dejavu biz bu lahzani avval ham boshdan kechirganimizni anglatadi. Bu jarayon xotiramiz bilan bog'liq, avval bo'lib bo'tgan voqeaning miya yarimsharlarida qoldirgan izi hisobiga hosil bo'ladi. Paulo Koeloning avtobiografik ya'ni o'zi haqidagi kitobida u o'zida ham xuddi shunday xodisa sodir bo'lganini va parallel olamga, o'z o'tmishiga sayohat qilganini aytadi. Unda bunday hodisa o'zi avval borgan joyga qayta borganida yuzaga kelganini va bu hodisa uni qo'rqitib yuborganini yozgan. Dejavu hodisasiga asoslangan yana bir mashhur asar Javlon Jovliyevning "Qo'rqma" asaridir. Bu asar qahramonini ham o'tmishdagi voqealar tinch qo'ymaydi va har bir hodisa avvalgi o'tmishdagi hayotini eslatadi va o'tmishida qilgan xatolarini tuzatishga undaydi. Mashhur olim Edvard Titcher aytishicha: "Dejavu miyyaning illyuziyasi yoki boshqa usulda paydo bo'ladigan idrok etish xatosidir".



Dejavuga 97% sog'lom insonlarning barchasi duch kelishadi va albatta har birimiz umrimiz davomida buni his etib ko'rganmiz. Bitta insonning umri davomida dejavuga uchrash ehtimolligi 30% ga teng. Lekin biz ikkita sababga

ko'ra ushbu foizlar to'liq to'g'ri deya olmaymiz. Sababi birinchidan biz dunyodagi barcha insonlar bilan so'rov o'tkaza olmaymiz. Ikkinchidan, odamlar biz dejavuga bergan tarifga qarab boshqacha javob berishi mumkin. Shunday bo'lsada tajribalarda odamlar dejavu hodisasiga 1oy ba'zida 1haftada duch kelishganini aytishgan. Yoshlar dejavu hodisasiga tez- tez va yoshi kattalarga qaraganda ko'proq duch kelishadi. 15-25 yosh oralig'idagi insonlarda kuzatilishi yuqori, 25 yoshdan keyin bu hodisaga duch kelish kamayib boradi. Sababi odamlarda ongli ravishda bu yoshdan keyin menda xotira pasaydi

degan tuyg'u hosil bo'ladi va shu hisobiga xotiralar izdan chiqaboshlaydi. Fanda shunday tekshiruvlar olib borilganki ular natijasida unitilgan xotiralar qayta tiklangan. Dejavu aslida tanish signallarni taniy oladigan sog'lom aqlning belgisidir. Bu hodisa avval bo'lib o'tgan voqeaning asosiy predmetlari xotira markazlarini qayta kuchli qo'zg'atgani tufayli sodir bo'ladi.

Fanda dejavuning ikki xil formasi mavjud. Birinchisi, patalogik dejavu. Odatda epilepsiya kasalligi bilan bog'liq. Uning natijasida miya hujayralarining nazoratsiz nerv signallari hosil bo'ladi va peshana sohasidagi xotirani yaratish va eslab qolish markazlari faoliyati izdan chiqadi. Shuningdek ba'zi olimlar dejavuni Altsgeymer kasalligi bilan bog'lashadi. Ya'ni bu kasallikni erta tashxislashda dejavuni sinchkovlik bilan o'rganish katta ahamiyatga ega. Bundan tashqari ba'zi odamlarda dejavu og'ir charchoq va uzoq muddatli bezovtalik natijasida kelib chiqadi. Ikkinchisi, patalogik bo'lmagan formasi hisoblanadi. Bu formasi barcha sog'lom odamlarda uchraydi. Shuningdek, sayohat qiluvchilar va ko'p kino tomosha qiladiganlar ko'proq xis etishi aniqlangan. Sog'lom odamlarda uzoq vaqt oldin o'qigan kitobini qayta o'qiganda eslashi yoki ilgari ko'rgan, lekin nima haqida ekanligini eslolmaydigan unutgan filmni qayta ko'rganida yuzaga keladigan holatni eslatadi. Bunday holatda bo'lgan odam keyingi holatlarda nima bo'lishini eslay olmaydi, lekin voqealar rivoji bilan u bu bir necha soniyalarni bir necha ketma –ket hodisalarga reaksiya sifatida ko'rganini tushunadi. Bunday dejavu shakli kasallik yoki ruhiy kasallik emas. Bu vaziyatni bo'rttirmaslik kerak.

Dejavuning teskari holati ham bor. U-Jamevu deyiladi. Jamevu sizga tanish bo'lgan joy yoki odam mutlaqo notanishdek, xuddiki birinchi marta ko'rib turgandek his qilish. Dejavudan farqli o'laroq jamevu juda kam uchraydigan xolatdir.





Xulosa qilib aytganda, dejavu sog'lom odamlar orasida uchraydigan holat. U yuqorida aytganimizdek ruhiy xastalik emas va bizning xotiramiz bilan bog'liq. Bu sog'lom aqlning belgisidir. Hech kim aqldan ozgani va jinni bo'layotgani yo'q. Dejavuning kelib chiqish sabablari hali to'liqligicha ochib berilmagan. Shunday bo'lsada, bu holatga duch kelgan insonlar o'rtasida uning yomon oqibatlari aytilmagan va bu bir qancha tajribalar yordamida isbotlangan. Yuqorida aytilgan kasalliklarda dejavu sindrom sifatida namoyon bo'ladi va hissiy shuningdek xotira markazlarining buzilishi bilan boruvchi psixosotsial jarayon hisoblanadi. Ko'rinishidan, deya vu sirli hodisasini o'rganish sohasida eng jiddiy kashfiyotlar hali oldinda. Hech bo'lmaganda, butun dunyo va fanning barcha sohaları olimlari o'zlarining tadqiqotlari qizg'in davom etayotganini da'vo qilmoqdalar. Shu birgina dejavu hodisasi hosil bo'lishidan ham bilishimiz kerakki biz Olloh taolo yaratgan mo'jizamiz!

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. "Psixika fanlarining kelajagi" Emil Boirak[1.152]
2. "Psixologiya kitobi" Edvard Titchener[2.214]
3. uz.m.wikipedia.org.
4. "Frontiers for young minds" jurnali[4.4]
5. "Asab va ruhiyat" Zarifboy Ibodullayev[5.127]
6. "Tibbiyot psixologiyasi" Zarifboy Ibodullayev[6.75]
7. "Alif" Paulo Kuelo[7.46]
8. "Qo'rqma" Javlon Jovliyev[8.128]

