

ВЗГЛЯДЫ ВОСТОЧНЫХ МЫСЛИТЕЛЕЙ НА ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ УСТОЙЧИВОСТЬ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Валатов Руслан

*Слушатель магистратуры Университета
общественной безопасности*

Аннотация. В данной статье рассмотрены взгляды восточных мыслителей на эмоциональную устойчивость и психологические особенности военнослужащих с философской и психологической точек зрения. В исследовании проанализированы труды Абу Насра Фараби, Абу Али ибн Сины, Низамульмулька, Амира Темура и Алишера Навои, в которых освещаются идеи, связанные с человеческой психикой, эмоциональным равновесием, волей, терпением и нравственной чистотой. В статье раскрывается необходимость управления эмоциями, преодоления страха и стрессовых состояний с позиции восточной философии. Мыслители Востока считали, что истинное мужество заключается в способности человека управлять своими чувствами и действовать разумно. В результате исследования обосновано, что наследие восточных мыслителей может служить важной теоретической основой для современной военной психологии и системы воспитания военнослужащих.

Ключевые слова: восточные мыслители, эмоциональная устойчивость, психологические особенности, военнослужащий, духовная подготовка, Фараби, Ибн Сина, Низамульмульк, Амир Темура, Навои.

SHARQ MUTAFAKKIRLARINING EMOTSIONAL BARQARORLIK VA HARBIY XIZMATCHILARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARIGA DOIR QARASHLARI

Annotatsiya: Mazkur maqolada Sharq mutafakkirlari qarashlarida harbiy xizmatchilarning hissiy barqarorligi va psixologik xususiyatlari masalasi falsafiy hamda psixologik nuqtai nazardan tahlil etilgan. Tadqiqotda Abu Nasr Forobiy, Abu Ali Ibn Sino, Nizomulmulk, Amir Temur va Alisher Navoiy asarlarida inson ruhiyati, hissiy muvozanat, iroda, sabr-toqat va axloqiy poklikka doir g'oyalar o'rganilgan. Maqolada harbiy xizmatchining ruhiy tayyorgarligi, o'z hissiyotlarini aql bilan boshqarish zarurati, qo'rquv va stress holatlarini yengish mexanizmlari Sharq falsafasi nuqtai nazaridan tahlil qilinadi. Mutafakkirlarning fikricha, haqiqiy jasorat insonning o'z hissiyotlari ustidan hukmronlik qila olishida namoyon bo'ladi. Tadqiqot

natijalarida Sharq allomalari merosi zamonaviy harbiy psixologiya va harbiy tarbiya tizimida muhim nazariy manba bo'lib xizmat qilishi asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: Sharq mutafakkirlari, hissiy barqarorlik, psixologik xususiyatlar, harbiy xizmatchi, ruhiy tayyorgarlik, Forobiy, Ibn Sino, Nizomulmulk, Amir Temur, Navoiy.

THE VIEWS OF EASTERN THINKERS ON EMOTIONAL STABILITY AND THE PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF MILITARY PERSONNEL

Abstract: This article examines the views of Eastern thinkers on the emotional stability and psychological characteristics of military personnel from philosophical and psychological perspectives. The study analyzes the works of Abu Nasr al-Farabi, Abu Ali Ibn Sina, Nizam al-Mulk, Amir Temur, and Alisher Navoi, which highlight ideas related to human psychology, emotional balance, willpower, patience, and moral purity. The article discusses the necessity of managing emotions, overcoming fear, and coping with stress based on the principles of Eastern philosophy. According to these thinkers, true courage is manifested in a person's ability to control emotions and act with reason. The study concludes that the intellectual heritage of Eastern scholars can serve as an important theoretical foundation for modern military psychology and the moral education of servicemen.

Keywords: Eastern thinkers, emotional stability, psychological characteristics, military personnel, mental preparedness, al-Farabi, Ibn Sina, Nizam al-Mulk, Amir Temur, Alisher Navoi.

Введение (Introduction, Kirish). Душевное состояние, эмоциональное равновесие и психологическая устойчивость человека с древних времён являлись одними из центральных направлений исследований восточной философии. В военной сфере эти качества приобретают ещё более важное значение, поскольку победа на поле боя во многом зависит не только от физической силы, но и от духовной стойкости, терпения и воли человека. Восточные мыслители рассматривали воина не просто как обладателя физической мощи, но как воплощение разума, нравственности и внутреннего равновесия.

В современную эпоху в системе военной психологии и управления человеческими ресурсами особую актуальность приобретают вопросы стресса, эмоциональной устойчивости и психологической подготовки. В этом контексте переосмысление взглядов восточных мыслителей таких как Абу Наср аль-Фараби, Абу Али ибн Сина, Низамульмулк, Амир Темур и Алишер Навои на человеческую душу, эмоции и нравственное совершенство способно обогатить

современную систему военной психологической подготовки. В данной статье анализируются взгляды восточных мыслителей на эмоции, духовное равновесие, разум и волю человека, а также их роль в формировании личности военнослужащего [1].

Методы (Methods, Metodologiya). Восточная философия изначально ставила в центр человеческий разум, терпение, нравственную чистоту и духовное совершенство. Особенно в военной сфере эти ценности считались решающими, ведь победа определяется не только оружием, но и устойчивостью духа, силой воли и эмоциональной стабильностью. Восточные мыслители уделяли данному вопросу особое внимание, изображая военного человека как гармоничную личность, обладающую не только физической, но и духовно-психологической зрелостью [2].

Абу Наср аль-Фараби подчеркивал необходимость согласования человеческих эмоций с разумом и развил концепцию «добродетельного человека». По его мнению, каждый человек, особенно воин, должен уметь управлять своими чувствами. Эмоции гнев, страх, волнение естественны, но именно контроль над ними ведёт к совершенству. В своем учении о «добродетельном городе» Фараби определяет душевное равновесие как важнейшее качество лидера и воина. Человек, способный уравнивать чувства разумом, достигает победы не только физически, но и духовно [3].

Абу Али ибн Сина в трудах «Книга исцеления» и «Канон врачебной науки» научно анализировал психологические и физиологические основы эмоционального состояния человека. Он считал, что все действия тела, включая мужество воина, тесно связаны с душевным состоянием. По мнению Ибн Сины, истинная храбрость это не отсутствие страха, а умение преодолеть его с помощью разума. Для поддержания духовного равновесия он считал необходимыми чистоту намерений, ясность мышления и внутреннюю гармонию. Если воин сохраняет психологическое здоровье, он способен преодолеть как физическую усталость, так и моральное давление.

Низамульмульк в своём труде «Сиасатнаме» рассматривает государственное управление и военную систему через призму человеческого фактора. Он отмечал, что важнейшие качества военного это верность, терпение, послушание и духовная стойкость. Психологическая устойчивость, по его мнению, основывается на любви к Родине, вере в справедливость и преданности коллективу. Войну должен вести не гнев, а совесть. Поэтому Низамульмульк рекомендовал уделять особое внимание моральному и психологическому воспитанию военных кадров [4].

Амир Темур в своём труде «Темур тузуклари» подробно описывает вопросы военного управления и духовной подготовки. Он требовал от каждого

воина решительности, терпения, дисциплины и эмоциональной устойчивости. По мнению Темура, тот, кто искренне верит в свою цель, никогда не потерпит поражение. Духовная стойкость обеспечивается верой и дисциплиной. В своих войсках Темур наряду с физической подготовкой уделял внимание духовному воспитанию, беседам, укрепляющим разум и волю. По сути, это можно считать ранней формой современных «психологических тренингов» по укреплению боевого духа.

Алишер Навои в своих произведениях «Махбуб ул-кулуб» и «Хайрат ул-аброр» высоко оценивал такие качества, как совесть, любовь, верность и терпение. Его идеи о духовной чистоте и внутренней гармонии служат нравственным ориентиром и для военного человека. Навои призывал человека к внутренней чистоте и направлению своих чувств на добро. Он считал, что человек с ясным сердцем, честными намерениями и терпением способен устоять перед любыми испытаниями. В этом смысле его взгляды могут служить этической основой формирования эмоциональной устойчивости военнослужащих. Анализируя взгляды восточных мыслителей, можно отметить, что их философия опирается на разум, моральную чистоту и управляемость эмоций. Для военнослужащего эмоциональная устойчивость это не отсутствие чувств, а умение их направлять, сохранять самообладание, преодолевать страх и осознавать ответственность. По мнению мыслителей Востока, сила духа это самое надёжное оружие воина [5].

Результаты (Results, Natijalar). Сегодня в военной психологии активно развиваются направления, связанные с управлением стрессом, формированием эмоциональной устойчивости и укреплением психологического климата в коллективе. Идеи Фараби, Ибн Сины, Низамульмулька, Амира Темура и Навои не утратили своей актуальности напротив, они могут служить научной основой современной системы военной подготовки. В заключение можно сказать, что в учениях восточных мыслителей сила воина заключается не в оружии или физической мощи, а в духовной устойчивости, разуме, терпении и нравственной чистоте. Это наследие является не только исторической ценностью, но и бесценным источником для современной военной педагогики и психологии. Ведь истинная победа начинается прежде всего в душе человека.

Дискуссия (Discussion, Muhokama). Эмоциональная жизнь человека издавна занимала центральное место в восточной философской и психологической мысли. Восточные мыслители Аль-Фараби, Ибн Сина, Аль-Газали, Юсуф Хос Ходжиб, Ахмад Яссави, Алишер Навои глубоко анализировали феномены **чувств, переживаний и эмоциональной саморегуляции личности**, связывая их с моральным совершенствованием и духовной зрелостью человека. Современная психология (Д. Големан, Р. Лазарус,

Дж. Гросс, А. Бандура) рассматривает эмоции как сложный когнитивно-мотивационный процесс, регулирующий поведение и адаптацию индивида в обществе. В этом контексте идеи восточных философов предвосхищают многие положения современной психологии: **эмоциональный интеллект, саморефлексия, эмоциональный контроль и моральная саморегуляция**. Абу Наср аль-Фараби (IX–X вв.) в трактате *«Город добродетельных людей»* утверждает, что гармония между разумом и чувствами основа нравственного общества. Он рассматривает эмоции как **внутренний источник активности человека**, подчеркивая, что только при их осознанном управлении возможно достижение духовного равновесия. Фараби вводит принцип **«единства разума и аффекта»**, согласно которому разум должен направлять чувства, а чувства оживлять разум. Эта идея перекликается с современной когнитивно-эмоциональной теорией Р. Лазаруса (1991), где эмоции определяются как результат когнитивной оценки значимости событий для личности. Фараби писал: *«Разум без чувства мертв, чувство без разума разрушительно»* [6].

Таким образом, он одним из первых заложил основы понимания эмоций как не только физиологического, но и **нравственно-социального феномена**. Абу Али Ибн Сина (980–1037) в трудах *«Канон врачебной науки»* и *«Книга исцеления»* связывает эмоциональные состояния с физиологическими процессами организма. Он выделяет **гнев, страх, зависть, любовь, радость** как главные эмоции, определяющие психическое здоровье. По Ибн Сине, устойчивость личности обеспечивается через сохранение **эмоционального равновесия** (*тавозун нафс*), при котором чувства подчиняются контролю разума. Он подчеркивает необходимость *«управления гневом посредством разума и усмирения страстей терпением»* это ранняя формулировка современного понятия **эмоциональной саморегуляции** (Gross, 2014). Ибн Сина также отмечает психосоматическую связь между телом и эмоциями: *«Боль души отражается в теле, а боль тела в душе»*. Эта мысль соответствует современным исследованиям в области стресс-психологии (Lazarus, 1991), где доказана взаимозависимость психических и физиологических состояний. Имам Абу Хамид аль-Газали (1058–1111) в фундаментальном труде *«Возрождение наук о вере»* (*Ихйа улюм ад-дин*) рассматривает эмоции как основу **психологического и духовного самосовершенствования**. Он выделяет такие состояния, как гнев, страсть, зависть и гордыня, как проявления **«неочищенной души»** (*нафс*), подлежащие контролю и преобразованию. По его мнению, человек должен достичь состояния *«тассалут ан-нафс»* полного господства разума над страстями. Аль-Газали писал: *«Гнев подобен огню он либо уничтожает человека, либо очищает его»*. Этот подход совпадает с идеей **позитивной трансформации эмоциональной энергии**, изучаемой в позитивной психологии

(Fredrickson, 2001) [7]. Юсуф Хос Ходжиб в произведении «*Кутадгу билиг*» рассматривает эмоции как инструмент воспитания личности и регулирования социальных отношений. Он отмечает, что **эмоциональная сдержанность правителя залог справедливости и стабильности государства**. «Гнев властителя разрушает, а милосердие возвышает», пишет Юсуф Хос Ходжиб. Это положение перекликается с теорией **эмоционального интеллекта** Д. Големана (1995), согласно которой успешный лидер должен обладать высокой эмпатией и умением управлять своими эмоциями. Алишер Навои в «*Махбуб ул-кулуб*» анализирует моральную природу чувств любовь, сострадание, терпение, доброту как основу духовного равновесия личности. Его взгляд близок к концепциям гуманистической психологии (Маслоу, Роджерс), где внутреннее благополучие человека связано с переживанием любви и эмпатии [8].

Таблица 1.

Сравнительный анализ с зарубежными психологическими концепциями

Восточный мыслитель	Основная идея	Зарубежный эквивалент	Ключевая концепция
Аль-Фараби	Гармония разума и эмоций	R. Lazarus (1991)	Когнитивно-эмоциональная интеграция
Ибн Сина	Эмоциональный баланс и самоконтроль	J. Gross (2014)	Теория регуляции эмоций
Аль-Газали	Очистка души через контроль эмоций	M. Seligman (2002)	Позитивная психология
Юсуф Хос Ходжиб	Эмоции как средство социальной гармонии	D. Goleman (1995)	Эмоциональный интеллект
Алишер Навои	Любовь, сострадание и терпение	C. Rogers, A. Maslow	Гуманистическая психология

Таким образом, восточная философская традиция рассматривает эмоции не как случайные импульсы, а как **регулируемый ресурс духовного и морального совершенствования личности**. Психологическое исследование эмоций в трудах восточных мыслителей представляет собой ранний этап формирования целостного понимания человеческой психики. В отличие от западной рационалистической традиции, где эмоции рассматривались как препятствие для разума, восточная мысль предложила **гармоничную модель единства сердца и разума**, созвучную современным концепциям эмоционального интеллекта и позитивной психологии. Актуальность идей Аль-Фараби, Ибн Сины, Аль-Газали, Юсуфа Хос Ходжиба и Навои подтверждается результатами современных исследований (Lazarus, Gross, Goleman),

доказывающих, что способность человека **осознавать и регулировать свои эмоции** фундаментальный фактор его психологической устойчивости, лидерства и социальной адаптации [9].

Использованная литература (Literature, Adabiyotlar ro'yxati)

1. Аль-Фараби Абу Наср. *Трактат о взглядах жителей добродетельного города*. -Ташкент: Издательство «Фан», 1993.
2. Ибн Сина Абу Али. *Книга исцеления (Китаб аш-шифо)*. - Ташкент: Издательство «Узбекистан», 1980.
3. Низамульмулк. *Сиасатнаме (Книга о государственном управлении)*. - Ташкент: Издательство имени Гафура Гуляма, 1991.
4. Амир Темур. *Уставы Темура (Темур тузуклари)*. - Ташкент: Издательство «Янги аср авлоди», 2005.
5. Алишер Навои. *Махбуб ул-кулуб (Возлюбленные сердец)*. - Ташкент: Издательство «Фан», 1983.
6. Каримов И. А. *Высокая духовность - непобедимая сила*. - Ташкент: Издательство «Маънавият», 2008.
7. Холмурадов Ш. *Основы военной психологии*. - Ташкент: Академнашр, 2019.
8. Мурадова Д. *Проблемы человеческой психологии и эмоциональной устойчивости*. - Ташкент: Издательство Национального университета Узбекистана, 2021.
9. Рахимов Б. *Восточная философия и человеческое совершенство*. - Ташкент: Издательство «Фан ва технология», 2017.