

QO‘QON DAVLAT
PEDAGOGIKA INSTITUTI
ILMIY XABARLARI
(2025-yil 3-son)



PSIXOLOGIYA
PSYCHOLOGY

ВЛИЯНИЕ СЛОВ И МЫСЛЕЙ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

Ганиев Маруфжон Мухаммаджонович

*Старший преподаватель кафедры
узбекского и иностранных языков*

Ферганский медицинский институт общественного здоровья

Город Фергана, Республики Узбекистан

Адрес: город Фергана, улица Янги Турон, дом 2.

Телефон: +998 91 326 50 84

E-mail: gmm1965@mail.ru

Аннотация В данной научной статье рассматриваются актуальность лечение больных добрыми словами, то есть, пути положительного воздействия слов на больных в медицинских и лечебных учреждениях. Приводятся конкретные примеры позитивного влияние на выздоровление некоторых больных, благодаря хорошему слову. Как эффективно используются добрые слова при общении лечащих с пациентами. Как действуют хорошие слова на отдельные части организма и какие положительные изменения происходят у больного. Также приводятся примеры опытов по поводу положительного влияния хороших слов не только больным, но и даже растениям, точнее, их семенам. Соответственно описываются удачные приёмы и способы, которые способствуют достижению поставленной цели.

Ключевые слова: пациенты, трудности, самовнушение, добрые слова, печень, желудок, сознание, центральная нервная система, пищеварительный тракт, дыхательная система, зрение, обоняние, разум, чувство, эмоция.

Annotation This scientific article discusses the relevance of treating patients with kind words, that is, the ways of the positive impact of words on patients in medical and medical institutions. Specific examples are given of the positive impact on the recovery of some patients, thanks to a good word. How effectively kind words are used when communicating with patients. How do good words affect individual parts of the body and what positive changes occur in the patient. Examples of experiments are also given on the positive impact of good words not only on patients, but even on plants, more precisely, on their seeds. Accordingly, successful techniques and methods that contribute to the achievement of the goal are described.

Key words: patients, difficulties, self-hypnosis, kind words, liver, stomach, consciousness, central nervous system, digestive tract, respiratory system, vision, smell, mind, feeling, emotion.

ВВЕДЕНИЕ

Каждая волна мысли и чувства достигает каждой ткани нашего тела и вызывает ее изменение. Наше тело состоит из миллиардов тканей, и все они взаимосвязаны. Вот почему одна дурная мысль или воображение, дурное настроение или порыв дурного поступка оказывает негативное воздействие сразу на все ткани.²

Однажды человек учится прислушиваться к своему телу, своим тканям, он осознает, что страдает от их болезней и неудобств, таких как дисбаланс в психике, и понимает, что все это вызвано его негативными мыслями, агрессивным состоянием и эмоциями.

Не все осознают, что каждая мысль, каждое чувство и эмоция, проходящие через наш разум в течение жизни, отражаются в нашем теле. Негативное отношение к другому человеку – небольшая угроза нашему здоровью. Каждую агрессивную мысль, чувство, эмоцию и действие, которые мы испытываем, наше тело компенсирует стрессом и болезнью. Когда человек невнимательно относится к словам, которые исходят из его уст, к мыслям, которые крутятся в его голове, и он не понимает, что они оказывают прямое воздействие на человеческий организм, внутренние и внешние органы, он не может спасти себя от плохого настроения, различных заболеваний и недугов. Потому что все, что исходит из ума человека, все это проявляется в его внутреннем и внешнем мире.

Обратите особое внимание на то, что вы говорите в семейном кругу. Проверено и доказано учеными, что разногласия и ссоры в браке приводят к расстройствам желудка и пищеварительной системы и устройению у людей. Всего 5 минут нервозности могут повредить ткань до такой степени, что нашей нервной системе потребуются месяцы, если не месяцы, чтобы залечить травму и восстановить ткань. Много людей умерло от сердечных приступов из-за необдуманного слова.

Органы пищеварения – кишечник и желудок, в частности, настолько зависят от душевного равновесия и пропорции, что стоит человеку проявить малейшее возбуждение, как их работа может выйти из-под контроля и процесс пищеварения может быть нарушен. Большинство из нас наверняка испытали в своей жизни, насколько наше настроение, волнение и депрессия могут нанести ущерб нашему желудку.

Первоначальная неприятность сообщения в социальных сетях, такого как плохие новости или телеграмма, приводит к полной остановке новостей в пищеварительной системе, и это состояние не восстанавливается до тех пор, пока разум не вернется к относительному спокойствию.

Если бы мы могли наблюдать за деятельностью желудка после серьезной эмоциональной депрессии, то увидели бы, что естественный сок желудка перестал двигаться, фолликулы сжаты, и в то же время желудок вообще не способен переваривать пищу. Итак, плохое слово и неприятное известие воспринимаются желудком и

² Дубнова Е.Я. Об искусстве художественной речи. – Минск: Знание, 1986,

кишечником как команда свыше — мозга, и перестают работать на определенный период времени. Процесс зашел в тупик. В такое время исчезает чувство голода, а любая мысль о еде делает ум беспокойным. Если мозг может отключить органы на секунду, подумайте, какое большое влияние он оказывает, и будьте осторожны со словами и фразами, которые вы используете каждый день, с мыслями, которые приходят вам в голову.

От разговоров за столом и во время еды лучше воздержаться, считают ученые. Или лучше украсить круг теплой беседой и смехом. Потому что дурные слова, неприятные мысли, постоянная тревога, озлобленность, зависть, гнев и депрессия преграждают путь желудочному соку во время еды. Это мешает желудку выполнять свою работу. В некоторых случаях он может прилипнуть к стенкам желудка как яд. Какими бы большими ни были ваши проблемы, не говорите о них за обеденным столом. Не добавляйте яд в пищу. Организуйте свои мысли и чувства, прежде чем сесть за стол. Для этого достаточно 5-минутного милого разговора с любимым человеком. Ведь сладкое слово имеет свойство уничтожать все беды и забывать беды.

Неприятное или гневное слово не достается своему владельцу и бесследно исчезает. Вызывает у этого человека обиду, нервозность, беспокойство, месть. Если этот процесс длится более 5 минут, он создает у человека очаги простуды, проблемы с пищеварением и головные боли. Если человек, сильно обиженный дурным словом, надолго потеряет сознание, это вызовет хроническую головную боль, отравление организма и ослабление энергетического поля человека. Это состояние в организме человека вызывает серьезное поражение центральной нервной системы, что в свою очередь вызывает сердечно-сосудистые нарушения и напряжение в центральных отделах головного мозга.

С детства мы усвоили определенные навыки и меры предосторожности. Например, мы знаем, что когда мы прикасаемся к теплу, мы обжигаемся, что нас режут острыми предметами, и что наши синяки и кровоподтеки болят. Мы стараемся максимально оградить себя от боли и дискомфорта в теле. Наоборот, мы с удовольствием используем вещи и ситуации, которые приносят нам счастье и радость. Но мы даже не осознаем, что каждое плохое слово, неприятное сообщение, спор с друзьями или членами семьи наносит нам внутренние раны, отравляет мозг и бросает наше тело в пропасть. Ведь многие из нас испытали на себе, что рана сердца не заживает так быстро, как рана тела, она будет мучить нас долгие годы. Тем не менее, мы не пытаемся повторять подобные вещи, быть осторожными, как нас учили с детства, и держаться подальше от подобных ситуаций.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Слова, которые окрыляют, бодрят, верят в будущее и любят жизнь, положительно влияют не только на наше эмоциональное состояние, но и на борьбу с различными заболеваниями нашего организма. Вот почему психологи советуют вам каждый день повторять себе, что вы сможете преодолеть все проблемы, что вы самый счастливый

человек на свете и что внешние факторы не могут повлиять на ваше душевное равновесие.

Слова – зеркало мыслей. Слово, которое вы говорите внутри, отпечатывается в вашем сознании, оно побуждает организм и ваши эмоции готовиться к этому слову, они ждут реализации этого слова. Если это плохое слово, то вы слепо ведете свой организм к ужасным вещам. Сила слова настолько могущественна, что великие ораторы и лидеры сумели с его помощью управлять массами. Они использовали многих людей для исполнения своих желаний.

Слова – мощная энергетическая сила, которую можно и нужно использовать. Достаточно постепенно заменять негативные слова на позитивные в своей речи и можно понаблюдать, как меняется ваше внутреннее и внешнее состояние.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. М. Рахмонов «Слово и здоровье» учебно-методическое пособие (на узбекском языке. стр.125).
2. М.М. Ганиев «Особенности глаголов современного русского литературного языка» Общество и инновации – Society and innovations Journal home page: стр.294-299.
3. Анваров, А. У., & Шербек, Н. (2021). Использование медицинских терминов английского языка в медицине Узбекистана. ББК 72я43 (4Беил+ 5Кит) Н76, 81.