

***“ Hiç kim leňňeje göni ýöremegi öwretmez”.***

**Aristotel**

*Her garayşyň arkasynda bir pikir, her gijäniň arkasynda bolsa bir gündiz bardyr. Her ýoklukdan bir barlyga, her päsgelçilikden bir mümkinçilige ýol açyp bilersiňiz. Kynçylyklarňyzdan ders almagy başaryň. Işsizlik-güýçsizlikdir, mätäçlikdir, açlykdyr, dertlilikdir, terk edilişdir, çäresizlikdir, ejir çekdirmek we ejir çekmekdir. Hiç kim işsiz galmak islemez emma galayanyňda-da çäresini gözlemek zerurdyr.*

Geljege ýol görkezen

# Üstünligiň syrlary

*Çapa taýýarlan (terjime eden)*

*Dayanç Abaşow*



# Geljege ýol görkezen Üstünligiň syrlary

*Çapa taýýarlan (terjime eden)*

*Daýanç Abaşow*

*Surat redaktory:*

*Röwşen Çaryýew*

*Teh. Redaktory:*

*Merdan Hanow*

*Neşir üçin jogapkär:*

*G.Orazgylyjow*

*I - Çap ediliş: Awgust – 2017ýyl.  
ş.Aşgabat*

© Awtordan rugsatsyz  
kitabyň köpeldilmegine  
rugsat berilmeýär. Diňe  
mysal görkezmek maksady  
bilen ulanylyp bilner.



**D.Abaşow**

## **Sözbaşy**

*Bir ujy daglara ýetýän, töwekgelçilik etmeseň gark boljagyň belli bolup duran bir ummanda bu dünýä inersiňiz. Dolandyryň gämiňiz, buz daglarynyň arasyndan sarsyla-sarsyla geçer.*

*Gün ýaşar we dünýäňiz tümlüğe bürener. Gün aýlanar we rahat ukyňyzyň arkasyndan ýene-de tazedden gün dogar. Ýowuz şemalyň ugry bilen gämiňiz hem ýüzüp geler. Suwda bolan döwrüňizde buz gaýalar bilen bir hatarda üstüňize abanyp duran gara bulutlara hem syn edersiňiz. Gämiňize bakarsyňyz: gämi aýazly gyş möwsümünde ýeke ýalňyz galan Titanik howpyndadyr.*

***Ynsanlaryň ýolagçylygy Titanigiň ýolagçylygyna meňzeýär.** Kapitanlar gämileriniň ugryny dogry kesgitlep bilmeseler heläkçilige duçar bolmak bilen gämilerini batyrlarlar. Tolkunlar haýbatly we çuň suwlar ahy-nalaňy diňlemeýär.*

*Durmuşymyz tutuşlygyna diýen ýaly kynçylyklara beslenendir, emma başaranlara we üstünlik gazananlara hem ýola çykanlarynda bu kynçylyklar öz zalym täsirini ýetiripdi.*

*Üstünlik ýolagçylygy, bir-biri bilen aýrylmaz baglanyşykly ädimler bilen düşündirilýär. Birinji ädimi ätmegi başarman ikinji ädimi atanymyzda päsgelçiliklere duçar bolarys.*

1. **“Netijeli pikirlenmek”.** Başda pikirlenmeli we düşünje ukybymyzy kämilleşdirmeli.
2. **“ Islegleriňizi artdyrmak”.** Pikirler isleg halyna gelmese iş başa barmaz.
3. **“ Gayratly bolmak”.** Bu isleglerimiziň depginini güýçlendirmekde ýardam eder.
4. **“ Işi gijikdirmezlik”.** Tamdyr gyzanda ýap, çünki şol wagtky pursat soňra saňa tapdyrman biler.

5. **“Häzirki pursady ýaşamak”.** Bu puşmansyz durmuşy size hödür eder.
6. **“Eseri tamamlamak”.** Işi bitirmek synanşygyň iň soňky nokadydyr. Munda ýerine ýetiren işiňiziň miwesini görýärsiňiz. Zähmediňiziň hili şeýleräk äşgär bolýandyr.

**Özümiň kimdigimi tanajak bolup,  
Men taryhy guýy ýaly gazýaryn.  
Galyň-galyň kitaplary agtaryp,  
Başga-başga dünýälerde gezyýärin.**

**Özümiň kimdigimi tanajak bolup,  
Öwrenýän atamy, agalarymy.  
Özümiň kimdigimi tanajak bolup,  
Synlaýan özümiň çagalarymy.**

**B.Hudaýnazarow**

— **“Bütün dünýädeki ynsanlar 3 dürli toparlardan ybaratdyr”** – diýýär Murray Butler.

- I. Netijeleri orta goýýan kiçi bir başarjaň topar.**
- II. Ähli bolup geçýän zatlara ser salmak bilen akyl ýetirýän uly bir topar.**
- III. Nämeleriň bolup geçýänine akyl ýetirmegi başarmaýan ýönekeý adamlaryň topary.**

Siz özüňizi haýsy toparyň agzasy diýip çaklaýarsyňyz? Eger-de eliňizde bolsa haýsy toparda bolmak islärdiňiz? Şu günden, ýagny şu pursatdan başlap özüňizi kämilleşdirmäge girişmedik halatyňyzda, mundan 5 ýyl soňra haýsy toparyň bir agzasy bolup galarsyňyz?

*Bu kitabyň maksady, durmuşyňyz babatynda içgin oýlanmak we ýoluňyzy saýlamak üçin ugurlary görkezmekden ybaratdyr. Mundan başga-da ýaşayşyň we üstünligiň sungaty hakynda käbir maglumatlary siziň bilen paýlaşmak, bolup geçýän ähli wakalary has belentden synlamagyň tärini aýan etmekden ybaratdyr. **Dagyň arka tarapyny görmän bilersiňiz, emma ol ýer hakynda dogry pikir ýöretmek siziň eliňizdedir.***

*Üstünlik gazanmak üçin berilen karar, has dogry berilen karar diýip pikir edýäris. Siz üstünlik gazanmasaňyz, hiç kim sizi üstünlik gazanmaga mejbur etmez. Käbirleri birbada ýaranjaňlyk bilen size balyk tutup berer, emma balyk tutmagy öwretmez...*

*Käbir adamlar: “**Ählimiz hem üstünlik gazanmalymy? Üstünlik gazanmak şertmi? Durmuşda üstünligiň näme peýdasy bar?**”- diýip sorayar.*

*Üstüligе еýе боланymyzda özüňizi аýратyn we üstün duýmaga başlarsyňyz. Üstünlik adamlara ýardam etmek mümkinçiligini döreder we durmuşyňyz isleyşiňiz ýaly şekil berip bilersiňiz. Netijede has-da özbaşdak we öz аýaklaryňyzyň üstünde durmagy başaran, başgalaryna garaşly bolмаýан bir adama öwrülersiňiz.*

*Käbir adamlar: “**Başarjaň bolmak kitaplardan öwrenilmeyär**” – diýer. Emma kitap okamagyň maksady durmuşy okap bilmekdir. Biz durmuşyň inçe syrlaryny okap bilmek üçin gerek bolan ýönekeý usullary hem kitaplardan öwrenýäris.*

*Şonsyz hem ynsanlar öz bilýän ýollaryndan iň gowysyny seçýär we durmuşynda ol ýoldan peýdalanýarlar. Şunlukda her bir ynsana mümkin boldygyça has köp ýol teklip bereliň, netijede olar rahat we takyk ýol saýlamagy başaryp bilsin. Ine bu kitabyňa maksady hem siziň üstünlige ýol açan ýollar hakynda bir karta bermekdir. Karta ulanylan ýollary görkezەر. Isleyänler täze ýollary açyp ulanyşa hödürläp bilerler.*

*Bir kitabyň, bir ynsanyň durmuşyna täsir edip bilmegi üçin 3 “**Hakykat**” bir ýerde jemlenmelidir.*

**I. Dogry kitap.**

**II. Dogry okyjy.**

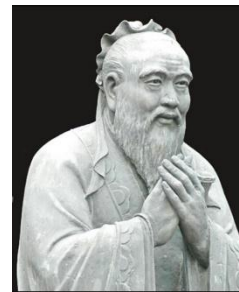
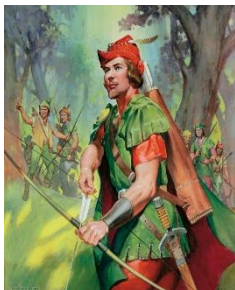
**III. Dogry wagt.**

*Men kitaplary asyl bolşy ýaly däl-de, öz bolşymyz ýaly okaýarys. Dürli wagtlarda şol bir kitaplary okanymyzda tapawutly täsir etmeginiň sebäbi hem şundadyr. Kitaplarda biz aslynda özüni okaýarys.*

***“Maňa kitap okaýan çagyňda aşagyny çyzan ýeriňizi görkez, saňa seniň kimdigiňi äşgär edýin!”***

**Mümin Sekman**

***Birnäçe adamlar kitaby okanyndan soňra ömrüniň manysyna we ýoluna göz ýetirendigini belläp geçýärler. Bu kitap siziň hem durmuşyňyza öz öwüşgünini çaýar diýip umyt edýäris. Ähliňize üstünlikler ýar bolsun. Hiç wagt ejizläýin diýme çünki sende seniň pikir edýüniňden artykmajy bar...***



## ***Robin Gud we Konfutsi***

*Meniň çagalyk gahrymanym “**baýlardan ogurlap, garyplara paylan**” Robin Guddy. Onuň ýerinde bolmak isleýärdim. Uniwersitetde hukuk dersini okanymda ogurlygyň jenaýatdygyna göz ýetirdim. Bu gezek aklymda Konfutsiniň meşhur “**balygy tutup bermäň, balyk tutmagy öwrediň!**” pähimi has täsir galdyrdy.*

*Bir gün hyýalymda Konfutsiniň payhasy bilen Robin Gudyň ugurtapyjylygyny birleşdirdim. Näme etmelidigim şondan soňra aýan boldy.*

*Meniň wezipäm:*

*Meşhur adamlaryň nähili meşhurlyk gazananyny öwrenmek we ol maglumatlary toplam, seminarlaryň we kitabyň üsti bilen üstünlik gazanmak isleýänleriň dykgatyna ýetirmek.*

*Bu ugurda meşhur adamlaryň az hem bolsa sanyny köpeltmek isledim.*

*“Üstünligiň syrlary” atly kitabyň beýleki kitaplardan artykmaçlygy: bu kitap üstünligiň syrlary we hekayalary bilen üstünlik idealogiýasyny gorayar.*





## Adamçylyga bolan garaýyş

### *Ýalňyşlyk*

*Näme diýse şony diýsin özgeler,  
Meniň bu meselä öz garaýşym bar.  
Adam ýalňyşýarmy, diýmek özgerer,  
Diýmek, oňa soňra ösüş garaşýar.*

*Durmuş Kiselyowyň “algebrasy däl”,  
Durmuş algebradan çylşyrymly has,  
Onda ýalňyşmagam asyl günä däl,  
**Çünki ýalňyşmazlyk üçin ýalňyşýas.***

**G.Ezizow**

*Bir adamyň eden ýaramaz işiniň netijesinde, ol adama geljekde-de ýaramazçylyk eder diýip bilmeýäris. **Her bir edilen iş netijesinde ol adama berlen baha ýalňyşlykdyr.***

*Garaýyş – bir adama berlen baha ýa-da ol adam hakynda oýlanmadyr. Emma, adamçylyk mundan ybarat däl.*

*Adamçylyk – garaýyşlardan has giň manyny berýär. Şol sebäpli-de käbir berlen bahalar adama laýyk bolmaly. Meselem, ahlak taýdan kemçilik goýberdi diýip, ol adamy sylanşyksyz ýa-da terbiýesiz adam diýip çaklamak dogry pikir däl.*

*Diňleýji bolup gatnaşan seminarlarymyň birine ýanymda oturan mugallymlardan birine jaň geldi. Oturanlar jaňnyň sesini ýapmanlygy üçin ol mugallyma sylanşyksyz göz bilen garadylar. Soňra ol mugallym zaldan çykdy we gelen jaňa jogap berdi. Soňra hiç zat bolmadyk ýaly ýerine geçip oturdy we özüne söz gezeginiň berilmegine garaşdy. Söz gezegi mugallyma ýetende, oňa biraz öňki gelen jaň bilen birlikde kakasynyň “aradan çykdy” habarynyň gelenligi we şonuň üçin mejbury otagdan çykmary bolandygyny aýtdy.*

*Ötünç soranynda, birnäçe minut mundan öň özüni sylanşyksyz hasap eden adamlar tarpyndan gynanç bildirildi.*

- Ähli edilen hereketleriň düýp manysyna göz ýetirilmän berlen baha ýalňyslykdyr.



### **Ynsan başaryp biljegine ynansa – ähli zady başarar**

1. – *Iň uly töwekgelçilik nämedir?*  
*Töwekgelçilik etmezlikdir.*
2. – *Iň erbet karar näme?*  
*Karasyzlyk!*
3. – *Hyýallaryňyz suwa düşende gamlanmazlyk üçin näme edersiňiz?*  
*Hyýallaryma başda ýüzmegi öwrederin.*
4. – *Üstünligiň ilkinji ädimi näme?*  
*Ynanmak.*
5. – *Bir türgen ýaryşdan öň nähili pikirlener?*  
*Çempion ýaly.*
6. – *Adamyň durmuşynda iň zerur wagty haçan?*  
*Häzirki ýaşayan wagty.*
7. – *Arzuwlar nähili hakykata geçer?*  
*Isleg halyna gelmese, asla hakykata geçmez.*
8. – *Adamyň iň beýik garşydaşy kimdir?*  
*Özi.*

9. – *Dünyädäki iň zerur adam kimdir?*  
*Şol wagt aragatnaşykda bolan kişiniz.*
10. – *Bir dünýä çempionyny ýeňmek üçin birinji şert näme?*  
*Onuň kimdigini unutmak.*
11. – *Haýsy gün siziň üçin pursatlar bilen doly başlanýar?*  
*Her gün.*
12. – *Ähli zady başarmak isleýän adam nämäni başaryar?*  
*Hiç bir zady.*
13. – *Bir zady başarmagy köp isleýän adam nämäni başarar?*  
*Ähli zady.*
14. – *Pikirleriňi paýlaşdygyňça möçberi artýan zat näme?*  
*Aň-bilim.*
15. – *Iň köp nämäni bilmeli?*  
*Näme isleýäniňi.*
16. – *Wagtymyzy boş geçirmek näme?*  
*Zehinimizi biderek meşgul etmektir.*
17. – *Bir zynjyryň çydamlylygy näme bilen ölçener?*  
*Iň gowşak halkasy bilen.*
18. – *Iň gysga ýol haýsy ýol?*  
*Bilýän ýoluňyz.*
19. – *Haýsy dawa ýeňiş gazanýar?*  
*Hiç bir dawa.*
20. – *Iň kör ynsan kim?*  
*Görmek islemeyän.*
21. – *Haçan bir adam aýaga galar?*  
*Ýykylandygyna göz ýetirenden soň.*
22. – *Adamlar haçan ýeňildi diýip hasap edilýär?*  
*Haçan-da ýeňilenini kabul edende.*

23. – Sözleriňizden-de has zerur bolan zat näme?

*Sözleş şekiliňiz.*

### **Unutmaň...**

***Gäminiň ugruny kapitan kesgitleýär. Durmuşyň ugruny düşüňjeleriňiz, düşüňjeleriňiziň ugruny bolsa, diňe siz kesgitleýärsiňiz!...***



## **Durmuş – bu bir synagdyr**

*Durmuş – bir synagdyr. Başdan aýak bir synag. Eger-de durmuş hakyky bolan bolsady, nirä gitmelidigimiz we näme etmelidigimiz hakynda takyk bir maglumat aýdylardy. Haçan-da bu pikir aklymda peýda bolanda gereginden artykmaç aladalanmazlygyň gerekdiği ýadyma düşýär. Çünki, artykmaç aladalanmak – öz-özünü bir ýandan tüketmäge başlamakdyr.*

*Durmuşda ähli duş gelyän päsgelçiliklere bir synag ýa-da synaglar toplumy hökmünde garalanda garşyňa çykyan päsgelçilikleri - kämilleşmegimiz üçin bir pursat diýip pikir etmäge başlarsyňyz. Elmydama başarmak mümkinçiliginiň bardyr.*

*Öz üstüňizde bir tejribe geçirmegi başararmysyňyz? Şu wagt ýetginjeklik ýyllaryňyzda bir kiçijek aglak çagaňyz ýa-da siziň üstüňizden basýan başlygyňyz bar diýip pikir edeliň. Bu ýagdaýa “Kynçylyk däl-de”, syna hökmünde garaň we özüňize bu ugurda dürli soraglar beriň:*

***Bu ýagdaý näme sebäpli diňe maňa gabat gelyär? Onuň sebäbi näme we men bu päsgelçiligi ýeňip geçmek üçin näme etmeli? Maňa bu ýagdaýy synag hökmünde göz önüne getirmek mümkinmi?***

*Bu tejribäni özüňizde geçirmegi başaranyňyzda şertleriň üýtgeýändigine göz ýetirip bilersiňiz. Şuny ýatdan çykarmaň!*

***Päsgeçilikleriňize synag hökmünde garaň! Çünki, bu başarmagyň zerur şertidir.***

## ***Uçar ýolbelediniň üstünligi***

*Bir uçar ýolagçylygynyň dowamynda akýagyz gelin bilen garaýagyz bir erkek adamyň oturmaly ýeri bir ýerden düşýär. Akýagyz bu ýagdaýdan rahatsyz bolýar we uçar ýolbeledinden başga bir ýer sorayar. Ýagny, garaýagyz biri bilen bile oturmak islemeyändigini aýtyar. Uçar ýolbeledi hem uçarda başga bir boş ýer bolmandygyny, ýöne uçaryň “VIP” bölümünde ýer tapan halatynda habar etjekdigini mälüm edýär.*

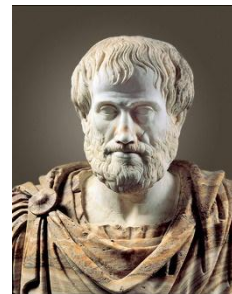
*Uçardaky beýleki ýolagçylar geň galypdylar. Akýagyz gelin görkezen sylanşyksyzlygy ýetmeýän ýaly, birem uçaryň “VIP” bölümünde ýolagçylygyny dowam etmelidi. Teniniň reňki üçin sylanşyksyzlyga uçran garaýagyz adam jogap bermän dymmaklygy saýlady. Akýagyz gelin bolsa, uçar ýolbelediniň getirjek habaryna sabyrsyzlyk bilen garaşýardy.*

*Uçar ýolbeledi birnäçe minut soňra yza döneninde: “Gijä galanym üçin bagyşlarsyňyz, her näme-de bolsa, uçaryň “VIP” bölümünde ýer tapyp bildim. Hiç kim biziň uçarymyzda birahat oturmaga mejbur däldir” diýdi.*

*Uçardaky beýleki ýolagçylar eşidenlerine ynanmadylar we hemmesi geň galdy. Şol bir wagtyň özünde ýolbelet oturan garaýagyz adama bakyp: “Jenap, sizi uçarymyzyň “VIP” bölümündäki täze ýeriňize äkideýin, haýyşt edýärin, yzyna düşüň we size görkezilen sylanşyksyzlyk üçin-de uçarymyzyň kapitany ötüňç sorayar” diýdi.*

*Ähli ýolagçylar bilelikde bu wakany gowy netije bilen jemläp, uçaryň ekipažyny şowhun bilen gutladylar. Şol ýylda uçaryň kapitany we ýolbeletler uçardaky eden işleri üçin sylaglandyryldylar.*

*“Ynsanlar özlerine eden işiňizi belki unudarlar, emma olara aýdanlaryňyzy asla unutmazlar”. Çünki, tyg ýarasy biter, söz ýarasy bitmez.*



## **“Hiç kim leňňeje göni ýöremegi öwretmez.”**

**Aristotel**

*Ähli zat içiňizdäki islegler bilen başlanýar. Sizi ýokarlygyna, ýagny üstünlige sary bir güýç çekmäge çalyşar. Emma, ýaltalyk, gorkaklyk, ynamsyzlyk aýagyňyzdan aslyşar. Eger-de bu päsgelçiligi ýeňip geçmegi başaran halatyňyzda, ýokarlanmaga, ýagny üstünliklere gadam basanyňyza göz ýetirmäge başlarsyňyz. Arasynda durup, başlangyjyňyza ser salarsyňyz.*

*Öz ýoluny saýlanlaryň ykbaly şeýleräkdir. Ýokarlandygyňça işiň kynlaşar, tomaşaçylaryň köpeler. Üstünligiň gazanylmagy şol bir wagtyň özünde dowamly ýokarlanmaga hem täsirini ýetirer. Bir wagtlar öňüňizde ýöreyänler, indi siziň yzyňyzy yzarlar.*

*Gündizler gije bilen biriger. Bir gün seredip otursañyz, iň ýokary wezipelileriň biri siz bolup guwanç bilen taryhy geçmiş suratyňyzy synlarsyňyz.*

*Eýe bolan wezipäňiz size uly wezipeleri görmegi başarmagyňyza ýardam eder. Dag diýip pikir edeniňiz bir gün depe bolup çykar. Haýrana galmak bilen: “Ählisi şulardan ybaratdymy?” diýip içiňizi gepledersiňiz. Bu pursatda şükür etmek peýdalydyr. Sebäbi birnäçe adam seniň wezipäňde bolmagy arzuw edýär.*

***Eýe bolan zatlaryň, saňa eýe çykmagyna rugsat berme!***





### **Durmuş grammatikasyny öwreden gaýykçy**

*Adama göwni ýetmeýän dil grammatika mugallymy ýaşayan obasyna ýakyn bir ada gitmek isleýär. Soňra kenarda garaşyp duran gaýykçy bilen ada tarap ýola çykýar. Deňiziň ortasyna gelenlerinde grammatika mugallymy gaýykçydan sorayär:*

*Şu ýaşıňa çenli grammatika öwrendiňmi?*

*Gaýykçy:*

*Men bir bilimsiz adam, şu wagta çenli hiç bir grammatika öwrenmedim.*

*Grammatika mugallymy göwni ýetmezçilik bilen:*

*Onda seniň ömrüň ýarysy boşuna geçipdir- diýip aýdýar.*

*Deňizde ýollaryny dowam edip baryşlaryna iňrik garalýar, güýçli tüweleý turup ýagyn ýagmaga başlaýar. Gaýyk batmaga başlaýar. Gaýykçy bir ýandan gaýygyň batmagyna garşy çykjak bolup durka, bir tarapdan-da gorkujygyna titröp duran grammatika mugallymyňa sorag berýär:*

*Mugallym ýüzüp bilýärsiňizmi?*

*Mugallym:*



*Ýok – diýip jogap berýär.*

*Soňra gaýykçy:*

*Bu gowy däl, gaýyk batýar we seniň ömrüň barysy boşuna gidýär! –diýýär.*

*Biziňem köpümüz grammatikany durmuşyň merkezinde goýup, emma durmuşyň grammatikasyna üns bermedik mugallym ýaly ýaşaýarys. Ähli zadyň aýratynlyklaryny öwrenýäris. Netijede nämeleriň bolup geçýänini bilýäris, emma durmuşda nähili üstünlige ýetilýänine üns bermeyäris...*

## **Ynamyň güýjüni ulanyň**

*Garşymyza her dürli hadysa çykyp biler, şonuň üçin ýüze çykyp biljek hadysalara taýýarlykly bolmakda haýyr bar. Durmuş elmydama isleglerimizi doly kanagatlandyrman biler. Birnäçe adamlar durmuşyndaky ýüze çykan ýönekeý päsgelçilikleriň täsiri zerarly birnäçe kynçylyklara duçar bolýarlar. Bular ýaly pikirlere ýesir bolmagyň peýdasy bolmaýşy ýaly, olar adatça gorkulýan zatlaryň başymyza gelmegi bilen tamamlanýar. Durmuşda hal-ýagdaýymyzy kesgitleýän şertler: ýüze çykyp biljek hadysalar däl, bu hadysalara bolan daýanjymyzdyr.*

*Fransiýada 9 ýaşyndaky bir gyzjagaz ýeke adamlyk uçary bilen şol ýaşdaky biriniň görkezen iň uzyn uçuşyny hakykata geçirmäge çalyşýar. Gyzjagaz erjeldi ýeke özi uçara erk edip bilýärdi. Özüni rekorda alyp barjak uçuşyna başlady. Birnäçe wagt uçuşyny üstünlikli alyp bardy. Emma biraz soňra uçar uly bir ses bilen ýere gaçdy. Gyzjagaz bu hadysa netijesinde jan berdi.*

*Ertesi gün jynaza namazynda ähli kişi gyzjagazyň ejesini synlaýardy. Gyzjagazyň ejesi özüni elden bermän, buýsançly duýgysy bilen daş-töweregindäkilere garanjaklaýardy. Gazet habarçylarynyň gyzjagazyň ejesinden özüni nähili duýýandygyny hakynda soralarda, enäniň beren jogaby diýsen täsirlidi:*

*”Men Alla Tagalla şükür edýärim, beýle bir ynsan bilen 9 ýylymy geçirenim üçin”.*  
***Garşymyza her dürli hadysa çykyp biler. Munda şükür etmek gerekdir.***



## ***Ömürboýy çäresizlige uçran bir adamyň hekayasy***

*7 – ýaşynda kakasyny ýitirdi we ýetim galdy.*

*8 – ýaşynda okuwdan çykardylar we ähli wagtyny mellekdäki gargalary kowalamak bilen geçirýärdi.*

*10 – ýaşynda ýüzi gana boýalyp, täze okuwynda mugallymyndan urulyp, okuwdan çykaryldy. Öýkeden we gorkydan 3 günläp öýünden çykyp bilmedi.*

*24 – ýaşynda azatlykdan mahrum edildi we her gün soraga çekildi. 2 aý ýeke özi bir otagda tussag boldy.*

*25 – ýaşynda Siriýa sürgün edildi.*

*30 – ýaşynda başga şäherlerde duşmana garşy söweşýän wagty doglan şäheri duşmanlaryň eline geçdi.*

*30 – ýaşynda wezipesinden boşadyldy we birnäçe aýlap işsiz ýaşady.*

*37 – ýaşynda böwrek hassalygy sebäpli Wenada 2 aý bejergi aldy.*

*37 – ýaşynda serkerdesi edilip ugradylan harby bölümi dargadyldy.*

*38 – ýaşynda Goranmak ministri tarapyndan wezipesinden boşadyldy.*

*38 – ýaşynda ýygmanyşyga geýer ýaly raýat eşigi ýokdy we birinden wagtlaýyn geýmäge aldy. Jübisinde diňe 50 lirasy bardy.*

*38 – ýaşynda tussag astyna almak boýunça karar çykdy.*

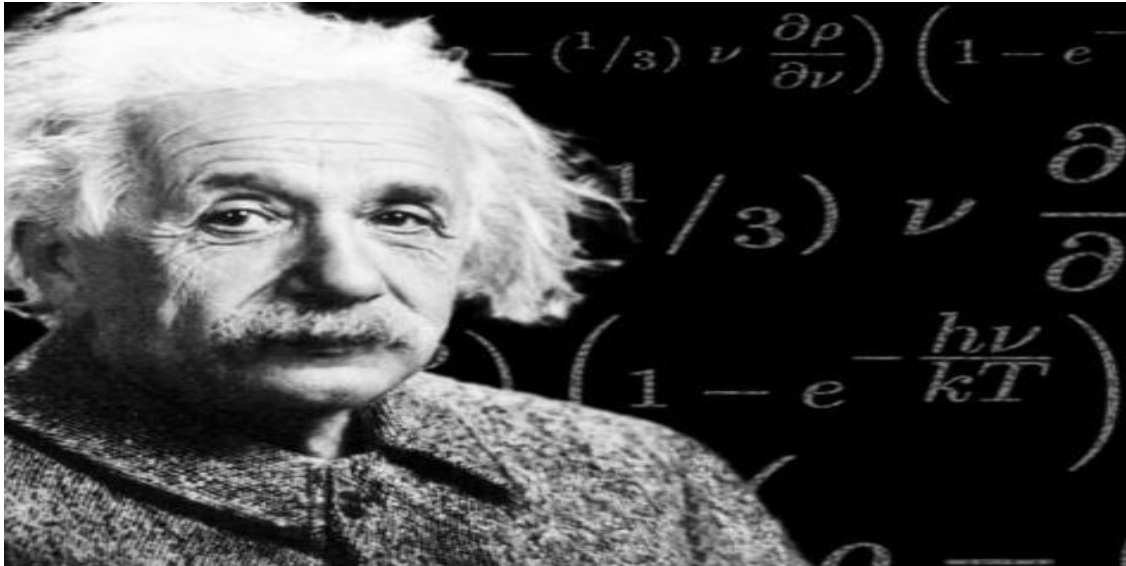
*39 – ýaşynda ölüm jezasy berildi.*

### ***Soňra näme boldy?***

*42 – ýaşynda Türkiýe respublikasynyň Prezidenti boldy.*

*Okan maglumatlaryňyz Lider Mustafa Kemal Atatürke degişli.*

***Indi, pikir ediň! Siziň ýoluňyzy baglaýan haýsy hem bolsa bir päsgeleşlik barmy?***



### **Ýoluň başynda olara-da başarmarsyň, diýipdiler!**

*7 ýyla golaý Şwesiýadaky kiçi bir edaradaky işleýän ýönekeý bir işçi Eýnşteýiniň ukybyny kim önünden aňşyrdyka? Tölegli ýaşayan öý eýesiniň çagasynyň doglan gününde agzyndan ot çykarýan oýunjak gaplaňlar ýasayan Leonardo atly ýetginjegiň bir gün beýik da Winçi boljagyny şol doglan güne gelenler siziň pikiriňizçe aňşyrdylarmyka? Amerika gelen Siriýaly kaka bilen katolik bir amerikaly enäniň resmi däl görnüşde dünýä getiren çagasynyň bir gün Steve Jobs boljagyny kim önünden çaklap biler? Ejesi bilen bolsa, ogullyk bererdimi? “Gonk kong köçe toparlary bilen oňuşman uruş edýär”- diýip, 19 ýaşynda jübisine 20 dollar salyp, Amerika ugradylan bir ýetginjegiň haçan-da bir gün aktýor Bruce Lee boljagyny maşgalasy önünden bilýärdimi? Fransuz goşunyna alnan günlerinde “Gowşak”- diýip, üstünden gülnen ýetginjegiň dostlary günlerde bir gün ol “Gowşak” çaganyň Napeleon Bonapart boljagyny pikir edipdilermi?*

***Ýoluň başynda olara-da başarmarsyň diýipdiler.***



## ***Unutmaň! Bu dünýäden öteniňizde hem ýerine ýetirmeli işleriňiz doly tamamlanmaz!!!***

*Birnäçe adamlar ýaşayşy gizlin bir wezipe hökmünde pikir edip, ähli işleri diňe özleri ýerine ýetirmeli diýip pikir edýärler.*

*Giç ýatyp, ir turarys, durmuşyň hözirini görmekden gaçyp, söýenlerimizi köp garaşdyryp, olaryň umytlarynyň üzülmegine sebäp bolýarys. Gynansak-da, birnäçe tanaýan adamlaryň ýakyn adamlaryny uzak wagtlap garaşdyryp, gatnaşygyň bozulmagyna duçar boldular. Öňler men hem bu ýalňyşlygy ýygy-ýygýdan goýberýärdim. Birnäçe gezek “Edilmeli işleriň” tamalanjagyna ynanyň, “Ilki şu işleri bir tamamlayýn” diýýäris. Emma, hakyna seredilinde bu pikir düýpli netije bermez. “Edilmeli işleriň” sanawyndaky bir işiň üsti çyzylsa, onuň ýerine täze bir edilmeli iş peýda bolýar.*

*Kim bolsaňyz boluň, näme işde işleseňiz işläň, emma, şuny unutmaň! **Dünýäde hiç bir zat sizi ýakynlaryňyzdan aýra salmaga güýji ýetmez!** Eger kelläňizde “ähli işi doly tamamlayýn” diýen pikir bar bolsa, üstünlige ýetmekde kynçylyk çekersiňiz.*

*Ähli işlere ünsli çemeleşilse, her iş ňz wagtynda tamamlanar. Durmuşyň manysy ähli işi bitirmekde däl-de, durmuşyň manysy bu ýolda ädilen her bir ädimiň hözirini görmekde we bagtly ýaşamakdadyr.*

*Unutmaň! Bu dünýäden öteniňizde hem ýerine ýetirmeli işleriňiz doly tamamlanmaz. Elmydama, iş sanawyňyzda ýerine ýetirmeli bir iş bardyr, bolaram we bu galan işleri siziň ýeriňize başga biri tamamlar. Şonuň üçin hem gymmatly pursatlaryňyzy eliňizden gidirip, soňra puşman etmeklik hiç bir işe ýaramaz.*

***Soňky puşman – özüňe duşman !***

## ***Karta, berlen meýdanyň özi däldir!***

*Içine bir krokodil ýerleşdirilen howuzyň daşyny ýüzlerçe adam tutup durdy. Howuzyň bir tarapyndan beýleki tarapyna ýüzüp geçene gymmat bahaly sowgat beriljekdi. Emma, muňa howuzyň daş töweregindäki adamlaryň hiç biriniň gaýraty çatmaýardy. Edil şol wagt hem biri howuza bökdi we janhowuryna krokodile ýetdirmän, howuzyň garşy tarapyna çykdy.*

*Soňra ähli habarçylar howuzdan çykan adamdan habar almak isleýärler, emma ol adam gaharjaňlyk bilen kimdir birini gözleýärdi. Howuzdan çykan adamdan kimi gözleýändigini hakynda soralandy, ol soraga şeýle jogap berdi: “Meni howuza iteni!”.*

*Meni-de biri ummana itdi we men ýüzmegi ummanyň ortasynda öwrendim. Indi pikir edip otursam, meni ummana iten adama sagbolsun aýtmak isleýärim. Çünki, başga hili ýüzmegi öwrenip bilmezdim.*



## **Enzo Ferrari**

*Enzo Ferrari 1898-ni ýyda Italiýanyň Modeno obasynda eneden dogulýar. Kakasynyň uly bolmadyk bir demir ussahanasy bardy.*

*1916-njy ýylda kakasy we agasy urşa ugradylýar we uruşda agyr ýaralanyp wepat bolýarlar. Bu agyr günlerde ýaş Enzo okuwyny taşlapdy. Az wagt soňra ýaş Enzo-da urşa saýlandy. 1918-nji ýylda Enzo ýokanç kesele uçraýar. Bu kesel sebäpli Enzo Ferrari uruşdan boşadylýar.*

*Enzo Ferrari öýüne geleninde ejesi bilen birlikde gün güzranyny görmek we çagalygyndan bäri arzuw edýän awtomobil ýaryşçysy bolmak üçin “Fiat” firmasyyna ýüz tutýar. Şol wagtlar uruşdan soň italýan ekonomiyasy düşüpdü we işsizlik gün-günden ýokarlanylardy. Şonuň üçin hem Enzo Ferrarinyň “Fiat” firmasyyna ýüz tutmagy kabul edilmedi. Enzo soňra “Vespa” firmasy üçin barlag sürüşlerini geçirmäge başlaýar. Firmanyň barlag sürüşleri geçirilende, Enzo Ferrari gowy netije görkezýär we firmanyň ünsüni çekmegi başaýar. Mundan soňra 1920-nji ýylda “Alfa Romeo” firmasynyň adyna işlemäge başlaýar.*

*1920-nji ýylyň ortalarynda şahsy meslesi üçin ýaryşy taşlaýar. Soňra 1927-nji ýylda täzedan ýaryşa gatnaşmaga hukuk gazanýar. 1932-nji ýylda çenli Enzo Ferrari “Alfa Romeo” firmasy üçin ýaryşdy. E.Ferrari öz adyny göterýän awtomobili işläp taýýarlamak üçin “Alfa Romeo” firmasyndan aýrylýar. Emma, bu maksady uruş ýyllarynda başa barmayar.*



*Enzo Ferrari 1946-njy ýylda öz adyny göterýän birinji öz awtomobilini oýlap tapdy: Ferrari 250GT we Ferrari 260GT.*

*Ferrari imperatorlygy italýan ekonomiyasynyň düzüminde eriş-argaç bolup ösüş ýoluna ugur aldy.*

## ***Üstünlik hakynda aýdylan ajaýyp sözler***

*Daşy deşen suwuň güýji däl, daşy deşen damjalary dowamlylygydyr.*

***Emile Raux***

*Nirede bolsaňyzam eliňizden geleniň iň gowusyny etmäge synanyşyň.*

***Theodore Roosevelt***

*Isleg, akyldan has zerurdyr.*

***Albert Einstein***

*Dünyä kynçylyklara beslenendir, emma birnäçe ynsan munuň hötdesinden gelmegi başaryar.*

***Helen Keller***

*Bahana däl, çäre tapmaly.*

***Henry Ford***

*Iň ýowuz mugallym tejribedir, emma gowy mugallym-da şoldur.*

***C. S. Lewis***

*Dünyädäki birnäçe kämil adamlar özüne ynam bildirmänlikleri üçin üstünlikden merhum bolarlar.*

***Sidney Smith***

*Gözleýän zadyny bilmeyän, tapan zadyna asla düşünmez.*

***Cladue Bernard***

*“Bilim” – bilim diýmekdir, bilim özüňi bilmekdir. Sen özüňi bilmesen bu ýönekeý okamakdyr.*

*Ýa başlamaly, ýa-da bitirmeli.*

**Ovidius.**

***Bir milletiň beýikligi, ilatynyň köplügi bilen däl-de, akyly-payhasly adamlaryň sany bilen belli bolar.***

**Victor Hugo**

*Ýönekeý bir adamyň elinden gelenini etmäge çalyşmagy, akylyly bir adamyň ýaltalygyndan gowudyr.*

**G.Gracian**

*Birnäçe adamlar gülleriň tikenini bolany üçin ýüz öwürerler (çekinerler). Emma, sen tikenleriň güli bolany üçin şükür et!*

**Alphonse Kann**

*Şemalyň ugruny üýtgedip bilmeris, emma gäminiň ugruny üýtgetmek biziň elimizde.*

**Enaca**

*Ýerine ýetirip bilmejek işleriň ýerine ýetirip bilýän işleriňe garşy çykmagyna rugsat berme!*

**John Wooden**

## ***Meşhur adamlaryň iş dünýäsi***

*Tomas Edison 84 ýaşynda öleninde, açyşlarynyň sany 1090-a ýetipdi. Eýnşteýn otnositellik teoriýasyny orta çykaryp makaladaky sany üçin tanalarys, emma ol soňam 148 makala çykardy. Rembrantyň tablissasy 650-de ybaratdy. Pikasso yzynda ululy-kiçili 20000-den gowrak eser miras galdyrdy. Bize özüni seçgi teoriýasy bilen tanadan Çarlz Darwin, mundan başga-da 119 ylmy açyşyň aşagyna öz goluny çekdi. Şekspir başdaky üstünligi bilen oňmady, ömri boýunça 150 eser ýazdy. Mozart 35 ýyllyk ömründe 600-den gowrak albomy işläp düzdi. Elwis Presleý 112 albom çykardy. Aristotel 400, Muhyeddin 500-den köp kitap ýazdy. Tolstoý 300-e golaý kitaby çapa taýýarlady. Balzak 90-dan gowrak roman ýazdy.*

*Tanalmagyň müň görnüşi bar. Tanalmak, meşhur bolmak üçin hökman kitap ýazmak, surat çekmek, bina gurmak gerek däl. Dünýä belli futbol oýunçysy Peläniň 560 oýunda 541 goly hem bir beýik meşhurlykdyr.*

*Beýik adamlar diňe beýik netijeleri görkezendikleri bilen däl, olaryň beýikligi beýik işlere baş goşandyklary bilen häsiýetlendirilýär.*

*Leonardo da Winçiniň gündeligi 7000 sahypadan ybaratdy. Üstesine-de başgalar okamasyn diýip, aýna bakdyrylyp okalýan şekilde ýazylygydy. Tolstoýyň eserleriniň 13-si hakyky öz durmuşyndan jemlenen maglumatlardan ybaratdy.*

***Başarmak – bu bir päsgelçiligi ýeňip geçmektir!***

## ***Sen haýsy biriniň ussady? Uzaga bökmek, marafon ýaryşy we 100 metrlik ylgaw***

*Netijeleriniň tapawutlylygyna görä üç dürli üstünlik ýaryşy bardyr:*

- *Uzaga bökmek;*
- *Marafon ýaryşy;*
- *100 metrlik ylgaw.*

*Bularyň her biri dürli dem alyş güýjüni we basyş astynda sabyr edip bilmek ukybyny talap edýär.*

*Käbir üstünlikler uzaga bökmek görnüşine meňzeýär. Uzak wagt garaşman netijesini görüp bolýar. Bular sabyr etmek däl-de, alňasamak synagydyr.*

*Käbir üstünlikler 100 metrlik ylgawa meňzeýär. Netijeleri birnäçe wagt soňra, ýagny bir aý soňra görüp bilersiňiz. Bu biraz dayanç, biraz-da tizlik synagydyr. Maksadymyza ýetip-ýetmedigimizi birnäçe wagt soňra bilýäris.*

*Käbir üstünlikler marafon ýaryşyna meňzär. Netijäniň nähili boljagyny bilmesegem, ýeňiş gazanjagymyza ynanmaly bolýar. Eger ýeňiş gazanmasaňyz, ähli wagtyňyzy boşa geçirdigiňiz bolar. Birnäçe ynsan ukybynyň ýokary bolmagyna garamazdan, üstünlikden gaça durmagy saýlaýar. Bu-da gorkaklygyň bir görnüşidir.*

*Netijäni tiz görmek isleýänler, ýagny sabyrsyzlar aýratyn-da marafon görnüşli üstünliklerde kynçylyk çekýärler. Bu ýagdaýlarda içki duýgularymyzy diňlemek maslahat*

berilýär. Şol pursatlarda garynjalaryň “Toplamasam gysda ölerin” diýip, herekete geçişi ýaly pikirlenmek peýdaly bolup biler.

***Başarsaň, bir ýoluny tap ýa-da bir ýol döret, ony hem başarmasaň ýoldan çekil!***



***Başardy, çünki başarmajagyny bilmeyärdi***

Ýalta, emma akyllý bir talybyň hekaýasyny belki eşidensiňiz. Matematikany halamaýan talybymyz ders wagtynda ukydady. Jaň kakylady we ol oýandy. Tagtada gören meselesini öýe berlen ýumuşdyr diýip pikir edip, depderine göçürýär.

Öýüne geleninden soňra, meseläni uzak wagtlap çözmäge çalyşýar. Başarmayar, gaýtadan synanyşýar we birnäçe synanyşykdan soňra meseläni çözüär. Derse gelende öýe berlen ýumuşyny mugallymyna görkezip, ony barlamagyny isleýär. Mugallym haýran galýar, çünki tagta ýazylan mesele matematikanyň taryhynda çözüwi tapylmaýan meselelere mysal hökmünde ýazylypdy.

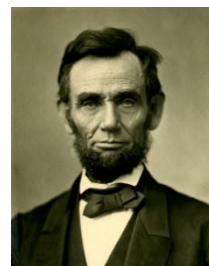
Dersde ýatan talyp ol meseläniň häzire çenli çözülmedigini bilmeyänligi üçin birnäçe gezek ýadawsyz synanyşýar we soňunda çözmegi başaryar. Talybymyz uly iş

başardy, çünki ol işiň **“Başarylmajagyny”** bilmeyärdi. Galan talyplar meseläniň çözülmeyändigini bilendikleri üçin asla synanyşmadylaram.

Üstünligiň syry bu sözlem bilen beýan edilip bilner:

**“Başardylar, çünki başarmajaklaryny bilmeyärdiler”.**

## **Awraam Linkoln**



Amerikanyň birleşen ştatlarynyň başinji prezidenti bolan Awraam Linkoln 1809-njy ýylda Kentuçy şäherinde eneden dogulýar. Awraam kiçiliginden dayhançylyk edip, birnäçe kärlere şagirtlik etdi. Ejesi we aýal doganyny ýitireninde heniz 10 ýaşyndady. Bu hadysa zerarly uzak wagtlap özüni ele alyp, ýagny özüni dürsäp bilmedi. Gynansak-da, soňky ýyllarda yzly-yzyna gelyän ajal 25 ýaşyndaka 4 çagasynyň hem ölmegine sebäp bolýar.

Ýaş Linkoln 20 ýaşlarynda derýa gatnaw gaýyklarynda işleýär. Işi agyr, alyan aýlygy bolsa juda azdy. Ol wagtlar Amerikada gulçulyk düzgüni höküm sürýärdi. Awraam zynjyra baglanan gullara görkezilen ezyetleri görýär, we gulçylyk düzgünini ýatyrmak üçin elinden gelenini gaýgyrmajagyna söz berýär.

Awraam Linkoln okamagy söýýärdi we okamak bilen özüni kämilleşdirýärdi. Kanuny wakalary seljermekde hem çetde durmaýardy. Adamlary ünsli diňleýärdi we olary tanamaga çalyşýardy. Syýasaty öwrendi we birnäçe wagt soňra halk wekili saýlanmagy başardy. Soňra Amerikanyň Birleşen Ştatlarynyň 5-nji Prezidenti boldy. Awraam Linkoln ýaşlykdan öz ideallary dogrusynda gulçylygyň ýatyrylmagy üçin iş alyp barýardy. Gulçylygyň bol ýaýran ýerleri bolan Amerikanyň günortasynda eýýäm gulçylygyň

*ýatyrylmagyna garşy içerki söweş başlapdy. Içerki söweş 4 ýyla golaý dowam edip demirgazyklylaryň, ýagny gulçylyga garşy tarapdarlaryň peýdasyna tamamlandy. Bu ýeňişden soňra Awraam Linkoln 2-nji gezek Prezidentlige saýlandy.*

*Soňra demokratik dolandyryşly alyp baryan syýasatynda ýeňip bilmeýän toparlar tarapyndan teatrda sahna tomaşa edýän pursatynda öldürildi.*

***Emma Awraam Linkolnyň bitiren işi, ýagny gahrymançylygy halkyň hakydasynda baky ýaşayar.***

### ***Käşgä – käşgäler bolmasady...***

*Geçmişde ýüze çykan kemçilikler netijesinde käşgä diýmek bilen geçmiş bilen garpyşýarys. Gamlanmak geçmişi yzyna dolap bilmez, emma onuň ýerine ýüregimizi güýçsiz hala getirer. Käşgä-käşgäler bolmasady...*

- *Käşgä meni hiç zat meni ýolumdan saklamasady...*
- *Käşgä işim beýle köp wagtymy almasady...*
- *Käşgä geçmişde pursatlarymy elimden gidirmesedim...*
- *Käşgä geçmişim geljegimiň önüne böwet bolmasady...*
- *Käşgä ynsanlar maňa düşünip meni gaharlandyrmasalardy...*
- *Käşgä çagalarymyň bagtyna guwanyp ýaşap bilsedim...*
- *Käşgä artykmaç semiz bolmasadym...*
- *Käşgä ähli kişi maňa garşy bolmasady...*
- *Käşgä pulumy ýitirmedik bolmasadym...*
- *Käşgä beýle tiz gamlanmasadym...*
- *Käşgä geçmişi yzyna dolap bolsady...*

*Geçmişiniz hakykatdan hem aýy tejribelere baý bolup biler. Bilşiňiz ýaly ertir ýa-da soňky gün gelende biz bu ýagty jahanyň duralgasyny terk etmäge mejbur bolýarys. Biz bilen birlikde kynçylyklarymyz hem bu sahypada öz ornuny tapýandyр. Aňsat ilerlemegiň gymmaty kyn şertlerde daýanyp bilmegiň gymmatyna barabardyr.*

*Akylly söweşiji güýjüni hyýaly duşmanlara sarp etmez. Hyýalyndaky duşmanlar bilen meşgullanyp öz-özünü ýeňen adama gahryman diýilmez. Çünki, soňrasyny pikir eden gahryman bolmaz...*

### ***Ukyplar kämilleşer...***

*Üstünlik – ukyply ynsanyň nesibesidir. Ukyp eseri tamamlanýança kämilleşmegini dowam eder. Biraz uçmaga synanyşanyň bilen uçulmaz. **Bir işi tamamlan ýüz işi ýarym goýandan ukyplydyr.***

*Bir saz guralyny çalmagy öwrenmek isleýärsiňiz. Başda dutar ünsüňizi çekýär we bir aý synanyşýarsyňyz. Başa barmaýar. Saz guralyny üýtgedip, gitara çalmagy makul bilýärsiňiz. Ondan hem ýüz öwürýärsiňiz we skripka çalmaga höweslenýärsiňiz. Şonuň bilen ýyllar geçýär we siz hiç bir saz guralyny gowy çalmagy başarmýarsyňyz. Diýmek, ukybyň ýoly başdaky saýlap alan işiňizi bitirmekden ybarat eken...*

*Tamamlanmadyk iş ýerine ýetirilmedik iş ýalydyr we ol maksadyňyza peýda getirmez. Tamamlanmadyk hekaya çap edilmez. Tamamlanmadyk kitabyňyzy ynsanlar okamaz. Tamamlanmaýan iş gan damary bolmaýan beden ýalydyr. Bejerilmedik sagat, ol sagadyň ýoklugyndan tapawut etmeýär diýip hasaplanýar.*

*Umuman aýdanymyzda, tamamlanmadyk iş hiç tamamlanmajak bolsa, ol iş hiç baş goşulmadyk işden hem zyýanlydyr. **Çünki, ol wagtyňyzy we zähmetiňizi ýňne ýere sarp eder.iň ýaman tarapy bolsa-da, her ýadyňyza düşeninde gam-gussa batmagyňyza sebäp bolar.***



## ***Başgalara öz islegleriňiz hakynda söz açmak dogrumy?***

*Durmuşdaky islegleriňiz hakynda pikiriňizi ähli kişi bilen paýlaşmak dogrumy ýa-da ýalňyş? Eger-de başgalaryň “Başarmarsyň”- diýen sözi size has-da köp işlemäge iterýän bolsa, islegleriňizi paýlaşmagyň hiç bir zyýany ýokdur we munda islegleriňizi gazetde yglan etdirmekden hem çekinmäh! Gazet redaktorlary “Haýsy sebäpden hyýalyňyzdaky islegleriňizi gazetde çap etdirmek isleýärsiňiz”- diýip soranlarynda “Haçan-da bir gün hyýalymdaky isleglerimi hakykata geçirenimde munuň bir delil bolmagyny isledim”- diýersiňiz!*

*Eger başgalaryň pikirleri we garaýyşlary siziň ýoluňyzy baglap, päsgelçilik döretýän bolsa, onda islegleriňizi paýlaşmazlykda haýyr bar.*

*Eger-de durmuşda ýeňilenleriň arasynda ýaşayan bolsaňyz, emma haçan-da ýeňiş gazanmak, ýagny maksadyňyza ýetmek isleýän bolsaňyz:*

- ❖ *Başda islegleriňiziň hakykata geçmeli wagtynda ynsanlar siziň pikiriňize ikerjeňlenerler, soňra islegleriňiz amala aşmaga başlanynda diýseň geň galarlar;*
- ❖ *Ikinji gazanan üstünligiňizde bolýan zatlara göz ýetirmäge synanyşarlar;*
- ❖ *Üçünji üstünligiňizde ahyry başarjaňdygyňyzy kabul ederler;*
- ❖ *Dördünji üstünligiňizde size ýakyn durup, ol gazanan üstünligiňizden peýdalanmaga synanyşarlar;*

- ❖ *Bäşinji üstünligiňizde olar sizi ýitirmekden gorkup ýygy-ýygydan “Sen indi bizi hem tanamarsyň!”- diýerler;*
- ❖ *Altynjy üstünligiňizden soňra olar gazanan üstünligiňizi ähli tanyşlaryna hem aýtmaga başlarlar;*
- ❖ *Ýedinji üstünligiňizden soňra olar yza dönüp, siziň geçmişiňizi ýazmaga, ýagny siziň aslynda çagalygyňyzdan hem zehinli çagalaryň biri bolandygyňyzy buşlamaga başlarlar.*

*Bularyň ählisi ýeňilenler ýurdunda ýeňiş gazanmagyň sylagydyr. Munuň gymmatyny biliň! Ýylgyryň we ol pursaty ýaşan hem-de duşyňyzdan geçiriň. Ne ýeňiş gazanmagyň ýylgyzlary gözüňizi gamaşdyrsyn, ne-de ýeňilmegiň nury gözüňizi baglasyn.*

***Siz elmydama eliňizden geleniň iň gowusyny ýerine ýetirmäge synanyşyň. Çünki, her bir üstünligiň möçberine garamazdan, ol – meşhurlyga üdilen beýik ädimleriň biridir!***

## ***Özüňiziň ýeke adamlyk bir goşundygyňyzy unutmaň!***

*Birnäçe adamlar iş durmuşynda we jemgyýetde özüni güýçsiz we gereksiz saýýar. Birnäçe ugurlarda :“Bu uly kynçylyk, ýeke özüm munuň hötdesinden gelip bilerinmi?”- ýaly garaýyşlary psihologlar **“Endik edilen çäresizlik”**- diýip atlandyrýarlar.*

*1955-nji ýyl Amerikanyň Montgomeri şäheri. Şol ýyllarda Amerikanyň kanunyna görä garaýagyrlar awtobusda akýagyzlara turup, öz ýerini bermäge borçludylar. Garaýagyrlar bu ýagdaýdan şikayatçydy, emma ähli başaryan zatlary zeyrenip, awtobusda akýagyzlara ýer bermekden ybaratdy.*

*Emma, olaryň içinden biri hanym Rosa Parks bir gün şeýle netijä geldi. Gelen netijesi ähli garaýagyrlaryň durmuşyna şugla saçan bir netijedi. Ol: “Men mundan beýläk akýagyzlara ýer berjek däl!”- diýdi. Ertesi gün ýanyna gelip, turmagyna garaşýan akýagyza ýerini bermedi.*

*Taryha giren bu kararyň netijesinde wakalar ilki awtobusda soňra Montgomerde we soňra bütün Amerikada äşgär bolýar. Bu waka Amerikada raýatlyk hukugynyň emele gelmeginiň başlangyjy bolýar. Bu wakadan soňra Amerikada garaýagyrlar akýagyzlara ýer bermäge borçly bolmaýarlar.*

***Durmuş guýysy hakykatda has çuň dälidir, ýöne düşünje ýüpimiz gysga bolany üçin durmuş guýysy bize has çuň bolup görüňär.***



### ***Herekete geçmek üçin nirden başlamaly?***

Üstünlik gazanmak isleýän adamlaryň birnäçesi isleglerini meýilleşdireninden soň hem herekete geçmezligi, maksadyna ýetmek üçin birinji ädimini ätmeyändikleri sebäpli ähli azaplary puja çykýandyr. Olar öz içki duýgularyna bagly bolup galýarlar, ýagny öz daşky dünýäsini üýtgedip gowy netijelere ýol açyp biljek birinji ädimlerini ätmegi başarmýarlar.

*Maksady ugrunda hereketge geçmezligiň sebäpleri dürli-dürlidir.*

***Käbir ynsanlar “Ýaltaçylykdan” herekete geçmeýärler.***

*Munda ýadaw we passiw duýgularyň bir işi ýerine ýetirmäge gurbatynyň ýoklugy pikiri bilen herekete geçmekde kynçylyklara duçar bolýarlar.*

***Käbir ynsanlar bolsa “Ýeňilmek gorkusy” zerarly herekete geçmeýärler.***

*Üstünligiň hyýaly bilen ýaşayan pursatlarynda ajy hakykatyň mundan üstün çyklyp, öňe geçmeginden howatyrlandýarlar.*

***Bir başga toparyň ynsanlary bolsa özülerine “Ynamsyzlygy” sebäpli herekete geçmeyürler.***

*Özüni maksatlaryny amala aşyrmak ýolunda ýeterlik güýçli hasaplamayarlar. Şonuň üçin hem başaraňlyk her kimiň öz içki duýgularyny ýeňmegi bilen başlanýar. Durmuşda ähli meşhurlyk gazanan adamlar ynam güýji ýokary bolan adamlardyr. Munda her bir üstünlige ýol açan täze pursatlar başlanýar. Täze pursatlar hem täze durmuşyň mizemez başlangyjydyr.*



## ***Zehin we beden şol bir ulgamyň aýrylmaz parçasydyr***

*Zehin we beden biri-birine garaşsyz däldir. Çünki, zehinden geçen düşüňjeler - ýagtylygy bedende serpikdirmesini amala aşyrýar. Ýagny, zehin we beden bir bitewi hereket edip, biri-birine garaşly täsirde bolarlar.*

*Meselem, iň soňky siziň ýylgyrmagyňyza sebäp bolan wakany ýada salanymyzda ýüzüňizde ýylgyryşyň peýda bolmagy bilen bir hatarda sizi gaharlandyran bir wakany ýada salanyňyzda gaşlaryňyzyň çytylýanyny görüp bilersiňiz. Seredip otursak, bizi ýylgyrdan we gaharlandyran waka yzda galandygyna garamazdan zehinde ýüze çykan garaýyşlar bedende jogap bermegi üçin ýeterlikdir. Hakykata geçirmek isleýän*

*hyýallaryňyzy zehiniňizde hyýallaryňyzy zehiniňizde jemlemek herekete geçmek üçin ýeterlik bolýar. Mysal üçin, eliňizde bir limon bar diýip pikir ediň. Indi şol limonyň ortasyndan kesiş. Soňra ýarty limonlardan birini eliňize alyň we dişläp suwuny içiň. Eliňizde pyçak we limon ýok wagty bu ýagdaýy ýadyňyza salanyňyzda, ýüzüňiziň şekiliniň üýtgeýändigine şaýat bolup bilersiňiz.*

***“Çünki, zehin we beden şol bir ulgamyň aýrylmaz parçasydyr!”***



## ***Ýardam etmek***

***Dünyäde has beýik işleri ýerine ýetirmegi başarman bileris, emma ýönekeý işleri yhlas bilen ýerine ýetirmegi başaryarys.***

### ***Terasa***

*Käwagtlar uly işleri başarmaga bolan meýillerimiz netijesinde ýönekeý bolan mümkinçiliklerimizi elimizden ýitirýäris.*

*Bir wagtlar dostlarymyň biri maňa şeýle diýipdi: “Ömrümi ynsanlara kömek etmek bilen geçirmek isleýärim, emma häzirki şertlerde başaramok. Bir gün hakykatdan hem uly wezipeli bir adam bolanymda başgalar üçin köp zatlar etmegi*

meýilleşdirýärin”. Ýöne, şol wagt hem uly şäheriň köçeleri aç we kömege mätäç adamlardan hyryn-dykyn, okamagy başarmayan sowatsyz adamlar hem bar. Birnäçe eneler çagalaryny ekläp bilmeýändikleri üçin ýardam isleýärler. Hiç kime içini dökmeyän syrly adamlar hem özlerine ynamdar dost gözleýärler. Mundan başga-da şonuň ýaly ýönekeý hem bolsa eliňizden gelip biljek ýardam mümkinçilikler bar.

Akyldar Terasanyň pikirini makullaýaryn. Çünki, dünýäniň durkuny üýtgetmegi başarman bileris, emma dünýämizi has aýdyňlaşdyrmak biziň elimizde. Munda zerur bolan şertleriň iň esasysy özümizi ýerine ýetirip bilýän ýönekeý ýagşylyklary etmäge gönükdirmekdir.

## ***Bäsleşigiň üstünlikdäki orny***

Tanalýan bir telekeçi polat taýýarlaýan kärhanasyndan kanagatlanarly peýda almayanyňy bilýärdi. Bir gün kärhananyň ýolbaşçysy kärhananyň hünärmeni bilen birlikde kärhanany gezyärdiler we bir tarapdan bolsa, kärhananyň ýagdaýyna baha berýärdiler.

### ***Telekeçi hünärmenden sorady:***

➤ Kärhananyň sen ýaly işini oňat bilýän başarjaň hünärmeni bar bolubam, nähili bolýarda kärhana gowy netije alyp bilmeýär?

### ***Hünärmen muňa şeýle jogap berdi:***

➤ Siziň önüňizde utanyaryn, emma gowy netije gazanmak üçin gije-gündiz zähmet çekýänimi iň gowy siz bilýärsiňiz. Ähli işçileri iş sagadyndan artykmaç hem işletdim. Birnäçesine işden çykarjagymy-da aýtdym. Emma, gynansagam gowy netije alyp bilmedim.

***Telekeçi şol wagt ýanlaryndan geçip baryan bir işçini saklap, oňa sorag berýär:***

➤ Bu gün näçe gazan polat öndürdiňiz?

### ***Işçi, jogap berdi:***

➤ Ýedi gazan, jenap.

*Telekeçi özüne bir bölek hek getirmeklerini isleyär. Getirilen hek bilen ýere uly “7”-lik san ýazýar we çykyp gidýär. Gije işleyän toparyň işçileri gelen wagty bu “7”-ligiň nämedigini sorayarlar.*

*Gündizki işleyän toparyň işçileri:*

*“Başlyk bu gün kärhana aýlandy we näçe gazan polat öndürenimizi sorady. Bizem ýedi*

*diýip jogap berdik. Soňra bu ýere “7” ýazdy we çykyp gitdi” diýýärler.*

*Telekeçi ertesi gün ýene-de kärhana aýlandy. Düýnki ýazan “7”-liginiň ýerine gije işleyän toparyň ýazan “8”-ligini gördi.*

*Diýmek gijeki toparyň işçileri gowy işländiklerini aýan etmek üçin 8 gazan polat öndüräpdiler. Şeýdibem, gündizki toparyň işçilerinden tapawutlandylar.*

*Özlerini gijeki toparyň işçilerinden ýokary görkezmek üçin bu gün gündiz işläň topar hem ýere “9” ýazmagy başardylar.*

*Birnäçe aý soňra kärhananyň netijesi iň gowy netijä eýe boldy. **Meşhur telekeçi munuň nähili mümkin bolandygyny soran dost-ýarlaryna şu jogabyny berdi:***

***“Bir işi etdirmek üçin işçilerde bäsleşik duýgusyny döretmeli. İşçi toparlaryň biri-birinden üstün çykmagy öwretdim, çünki üstün çykmak ynsanlaryň ruhyny joşdyrýar”.***





## **Walt Disney**

*Suratkeş bolmak isleyän ýaş ýetginjek Amerikanyň Kansas city şäherindäki bir gazetiň redaktoryna özüniň birnäçe çeken suratlaryny görkezýär. Redaktor iş isleyän bu ýetginjegi kabul etmezlik bilen çäklenmän, hiç hili suratkeşlik zehininiň ýokdygyny hem belleyär.*

*Ýaş ýetginjegiň özüne ynamy bardy. Ýadamazdan yhlas bilen başga gapylary hem kakdy. Nirä barsa-da netije şol öňki netijedi. Hiç kim ýaş ýetginjegiň zehinine dogry baha bermeyärdi.*

*Iň soňunda buthanalara zat satýan bir firmada iş tapyp bildi. Işdäki ýerine ýetirmeli wezipesi firmanyň satýan önümleriniň suratyny çekmekdi. Ýaş ýetginjek ýaşamaga öýi bolmanlygy sebäpli, tölegine köne bir garyp külbede ýaşamaga mejbur bolýar.*

*Gürrüňi edilyän ýaş ýetginjegiň ady Walt Disneydi. Ol multfilm suratlaryny şekillendirmek işine bu köne syçandan doly öýünde başlaýar. Walt Disneyň diňe özi meşhurlyk gazanman, külbedäki syçanlaryň agzasy bolan Mickey Mouse-yňda meşhurlyk gazanmagyna sebäp bolýar...*

## ***Hazynanyň syry***

*Gadym wagtlarda işläp, toplan pulynyň az möçberine gün güzeranyny görüp, pulynyň galan bölegine mal-mülk satyn alýan Ähmet atly biri ýaşaýardy. Bütün dünýäsi öýi bilen iş ýeriniň arasyndady. Emma Meret aga bilen tanyşandan soňra şertler üýtgäpdi.*

*Bir gün meret aga bilen işçi Ähmet dükanda duşuşýar. Söhbet söwdadan başlanyp, goýy gürrüňe siňip gidýär.*

*Meret aga:*

*-“Ähmet! Işini talaba laýyk ýerine ýetirýärsiň, okamak bilen arañ nähili? Şuny bilip goý Ähmet! Mallary eýesi goraýar, bilim bolsa eýesini. Mallaryny has gowy gorap bilmek üçin hem adam okamaly bolýar” diýýär.*

*Meret aga sözini tamamlanyndan soňra Ähmet aganyň okamagy üçin bir kitap berýär. Indiki duşuşanlarynda bir kitap, soňra ýene bir kitap. Ähmet aga mundan soňra okamagyň tagamyny alypdy. Uly höwes bilen okamagyna dowam etdi. Okadygyça öwrendi, öwrendigiçe bilmeýän zatlarynyň has köpdigine göz ýetirdi. Şeýlelikde dünýä*

ýüzi kitaplara beslendi. Diňe bir öýünde däl, iş ýerinde hem kitaplardan ýaňa ayak basara ýer ýokdy. Muny gören adamlar hem Ähmede “Kitapçy Ähmet” diýmäge başladylar.

Sahypalar bilen birlikde wagt hem suw ýaly akyp gitdi. Kitapçy Ähmet hassalandy bir gün. Gysga wagtyň içinde dermansyz bir hassalyga uçranyňa göz ýetirdi. Lukmanlar belli bir zat aýtmak islemeseler hem “Kitapçy Ähmet”öz ýagdaýyny bilýardi. Çünki okan kitaplaryny boşuna okamandy. Üç ogluny hem ýanyňa çagyrdy. Bir az söhbet edenlerinden soňra:

“Ogullarym ! Alladan umydym üzülmeyär, emma meniň bu hassalykdan sag çykmagym kyn görünýär” diýýär.

*Ogullary gussa bilen:*

“O nähili bolýar? Allatagalla uzak ömür bersin! Sizi bizden aýyrmasyň” diýýärler.

*Kitapçy Ähmet, ulydan demini alyp:*

-“Alla sizede uzak ömür bersin meniň gerçek ogullarym! Size artykmaç mal-mülk miras galdyryp bilmedigim üçin gynanyňaryň. Emma kitaplaryň birini okanymda, gizlin hazynanyň syryna gabat geldim. Ýöne ol syry size berip biljek däl. Ol syryň her harpyny kitaplaryň arasynda gizledim. Egerde mana bir zat bolsa, syry çözüp hazynany tapyp bilersiňiz. Kynçylyga uçran ýagdaýyňyzda, ýagny düşünmeseňiz, Meret aga ýüz tutuň. Ol siz kömek eder” diýýär.

Kitapçy Ähmet bu sözleri aýdanyndan bir näçe gün soňra dünýäsini täzeleýär. Kakalarynyň ölümü ogullaryna uly täsirini ýetiipdir. Emma ýas diýeniň 40 gün sürer, aňry gitse 6 aý sürer diýýärler. Sen ýas tutýarsyň diýip wagtyň durmaýşy ýaly, wagt hem sil ýaly akýar we seni öz suwyna gark edýär. Ogullar hem bu durmuşyň elhenç siline garşy dayanmak üçin kakalarynyň aýdan hazynasynyň ugruna çykýarlar.

Ähli kitaplary barlaýarlar. Emma, hiç hazynanyň syryna gabat gelmeýärler.

*Soňunda uly ogly:*

- *Inilerim! Kakamyz: “Kynçylyga sezewar bolanyňyzda Meret aga ýüz tutuň!” diýipdi. Meret aganyň ýanyna we derdimizi paýlaşalyň.*

*Doganlar bilelikde Meret aganyň ýanyna barypdyrlar we dertlerini aýdypdyrlar.*

*Meret aga birsellem pikirleninden soňra:*

- *Ýigitler! Kitaplary okap çykman hazynanyň syryny bilmek mümkin däl. Kitaplaryň ählisini bilmek mümkin däl. Kitaplaryň ählisini sahypa-sahypa, setirme-setir okamak gerek. Ondan soňra her tekçedäki kitaplardan umumy pikir, ýagny bir sözlem orta çykar.bu sözlemi orta çykarmak, hazynanyň syryny tapdym diýmekdir – diýýär.*

*Soňra Meret aga we merhum kitapçy Ahmet ogullary bilen bilelikde kitaplary görmäge gidipdirler.*

*Meret aga:*

- *Ýigitler, bärde 21 tekçe bar. Aňsatlyk bolsun diýip, 3-e böleliň. Her biriňiz 7 tekçe kitap okasaňyz, hazyna siziňkidir – diýýär.*

*Üç dogan uly höwes bilen kitaplary okamaga girişipdirler. Ýedi aý soňra doganlar Meret agany öýlerine çagyrypdyrlar. Ýadaw, emma şatlykly bir şekilde:*

- *Kitaplary gije diýmän, gündiz diýmän, okap tamamladyk we her tekçedäki kitaplaryň umumy pikirini orta çykardyk, Meret aga! Mundan soňrasy size galýar – diýipdirler.*

*Meret aga 21 sözlemi birme-bir okapdyr. Sakgalyny sypalap çuňňur oýa batanyndan soňra nurana ýüzi aýdyňlanyp:*

- *Hazynanyň syry şu ýerde jemlenen. Her sözlemiň birinji harplaryny ýan-ýana getirenimizde hazynanyň syry orta çykýar – diýýär.*

*Üç dogan sabyrsyzlyk bilen harplary ýan-ýana getiripdirler we syr orta çykypdyr: “Bilim – iň beýik hazynadyr”.*

*Muny eşiden doganlar geň galyjylyk bilen:*

- *Ol nähili bolýar? Biz ähli kitaplary okap çykdyk, emma hazyna eýe bolmadyk – diýýärler.*

*Meret aga ýylgyryp:*

*- Ýigitler, siziň üçiňizem hazynanyň üstünde otyrsyňyz, ýöne mundan habaryňyz hem ýok – diýipdir. Soňra Meret aga birinji 7 tekçedäki kitaplardan alyp ogullaryň ulysyna sorag bermäge başlaýar. Uly ogly soraglaryň ählisini bilýär. Kitaplaryň ählisi lukmançylyk bilen baglanyşykly eken.*

*Meret aga kitapçy Ahmediniň uly ogluna:*

*- Oglum, sen lukman bolupsyň, ýöne mundan habaryň hem ýok. Hany, bir tejribeli lukmanyň ýanyna gitde, tejribäni artdyr – diýipdir.*

*Ikinji tekçedäki kitaplar binagärlik bilen baglanyşykly eken. Ortanjy ogly hem ähli soraglara jogap bermegi başarypdyr. Kiçi doganlary-da üçünji tekçedäki maliýe bilen baglanyşykly soraglara aňsatlyk bilen jogap beripdir.*

*Aradan ýyllar geçýär. Meret aga dostundan amanat galan ogullardan habar tutmagy ýüregine düwüpdür. Uly doganlarynyň ýanyna baranda gözleri nämeleri görýär?*  
*II*

*arasynda meşhur bir lukman bolupdyr. Ýanyna yzly-yzyna hassalar gelýär. Meret aga biraz söhbetdeş bolanyndan soňra ýylgyryp:*

*- Oglum, hazynadan näme habar? – diýipdir.*

*Uly ogly:*

*- Meret aga, bejergi beren hassalarymyň sagbolsunlarynyň ýanynda hey hazynanyň hem gürrüni bolarmy? – diýip jogap beripdir.*

*Bu gezek Meret aga binagär ortanjy ogluň ýanyna barýar. Ondan-da şol bir soragy sorayar:*

*- Meret aga, bir söhbediňizde: “hiç wagt ölmek islemeyän bolsaňyz, baky bir eser miras galdyryň!” – diýipdiňiz. Men guran binalarym bilen bakylygyň hazynasyna eýe boldum – diýýär.*

*Meret aga soňunda iň kiçi ogulyň ýanyna gityär. Seredip otursa kiçi ogul ýurduň maliýe ministri bolupdyr. Meret aga hiç sorag bermänkä, ol jogap bermegä başlapdyr:*

*- Meret aga, бүтин ýurduň hazynasy menden soralyar, ähli pullar meniň kararym bilen çykarylýar...*

*Üç ogulyň hem üstünligini gören Meret aga buýsanç bilen öýüne dolanyar.*

***Üstünligiň we hazynalaryň eýesi bolmak üçin, zähmetiň we bilimiň guly bolmagy başarmaly. Kitaplardaky we kitaphanalardaky maglumatlar gujak açyp size garaşýar!...***

## ***Artykmajy has gowydyr...***

*Amerikalylar dünýäniň iň baý gurşawlarynyň birinde ýaşaýarlar. Geçirilen barlaglaryň netijesine görä dünýäniň ilatynyň altydan biri Amerikada ýaşaýandygyna garamazdan, dünýäniň tebigy baýlyklarynyň ýaryna golaýyny Amerika sarp edýär. Maňa görä, eger has artykmajyna eýe bolmak hakykatdan hem has gowy zatlaryň biri bolan bolsady, biz dünýäniň iň bagtly, iň gurply gurşawynda ýaşardyk. Aslynda ýagdaý beýle däldir.*

*Elbetde kân zada eýe bolmak erbet ýa-da zyýanly bir zat däldir. Emma dowamly artykmajyna eýe bolmak arzuwy açgözliligi döreder we munyň sony çüýrikdir. Artykmaç gymmatyň peýdalydygyna ynanyan wagtyňyzda doýmagyň çägin bilersiňiz.*

*Bir sepgide ýetenimizde ýa-da bir üstünlik gazananymyzda haýal etmän ondan uly üstünlige ýagny,ondan hem belent sepgitlere göz dikmäge başlaýarys. Meselem,tanyşlarymdan biri ajaýyp tebigatyň nazaryny diken ýerleriniň birinde özüne öý satyn alypdy. Bagtyýarlygy täze öýe göçýänçä dowam etdi. Ertesi gün ähli islegleri uçup gidipdi. “Käşgä has-da uly we gözel bir öý alan bolsadym”, diýip içini gepletyärdi. Oňa “Artykmajy has gowydyr”,diýip pikirlenmek bir gün üçin hem bolsa,täze öýüň hözürini gormäge päsgel beripdi. Gynansak hem şeýle pikirde bolan ynsanlaryň sany biziň jemgyýetimiziň içinde hem az däldir. Şertler üýtgeýän hem bolsa,ählimiz şol bir ynsanlyk ruhuny göterýäris.*

***Bagtyýarlygyň iň beýik ölçegi, eýe bolan zatlaryňyz bilen islegleriňiziň arasyndaky tapawudyň arasyna serhet çekmegi başarmagyňyzdyr. Bütün ömrüňizi has artykmajyny isläp dowamly bagtyýarlyga ýetip bilmän durmuşyňyzy köýdireniňden,giň dünýägaraýyşly we bolanyna şükür edip ýaşamak aňsat we gymmatlydyr.***

## ***“Bäsleşik,ayak üstünde durmagyň şertidir”***

**Edward de Bono**

*Iki çaga haywanat bagynyň birinde aylanyp ýörler,we öz üstüne topulmaga synanşýan gaplaňa duş gelyärler. Çagalaryň biri haýal etmän gaçmagy maslahat berýär. Beýleki çaga muňa garamazdan otyryp ayakgabyňy geýmäge başlapdyr. Birinji çaga geň galyjylyk bilen seredip: “Ýogsa-da sen gaplaňdan gaty ylgaryň diýip pikir etýärsinmi?” diýip sorapdyr. Ýerde otyran oglanjyk: “Ýok! Gaplaňdan gaty gaçmagymyň geregi ýok,halas bolmagym üçin senden gaty ylgasamam ýeterli”diýýär.*

**Ýaryş-** *ayak üstünde duryp bilmek üçin zerurdyr. Ýaryşda ýeňiş gazanmak bolsa üstünlige ýetmegiň şertidir. Şonyň üçin hem bularyň her ikisini biri birinden tapawutlandyrmagy başarmaly. Garşydaş bolmasa ýaryş bolup bilermi? Ýok,bolup bilmez.Çünki, ýaryş özüňizi başgalar bilen garşylaşdyrmaga daýanyar.*

**“Kynçylyk ýokdyr,diňe netijeler bardyr!”**

*Bu sözlemden ugur alanlaryň biride Tomas Edisondyr. Ol öz açyşynyň üstünde 9999 gezek tejribe geçiripdir.*

*Onyň muşdaklarynyň biri:*

*“Ussat,ýene bir gezek tejribe geçirseňiz tejribeleriňiziň sany 10000-e ýetýär. Eger-de bu tejribäňiz hem başa barmadyk halatynda bu işden ýüz öwürýärsiňizmi?” diýip sorayar.*

*-Ýok! Diýipdir Edison. Men 9999 gezek tejribäni boş ýere geçirmedim. Ýöne men başa barmaýan 9999 ýol tapmagy başardym,diýipdir. Bu ugurda ähli kişiden hem tejribäm kân we soňunda başarjagyma-da ynanyaryn diýip, jogap beripdir.*

**Her bir synanşyk-başga bir netijä elter.**





## ***Ownuk-uşak zatlara aladalanmaň!***

*Köplenç biz käbir zatlar hakynda gereginden köp aladalanýarys. Dykgatymyzy ujypsyz päsgelçiliklere gönükdirp, ol päsgelçiligiň öňümize diwar bolmagyna sebäp bolýarys. Mysal üçin ýolda bir awtomobil öňümüzü kesip geçýär we biz bolsa baryň ýolumyzy dowam etmegiň ýerine gaharlanmagy saýlaýarys. Akylymyzda pikir gapma-garşylygyny döredýäris. Hatda kabirlerimiz, bu wakany unutmagyň ýerine başgalaryna hem aýtmagy makul bilýäris.*

*Emma, näme üçin şol waka wagtyndaky kesip geçen sürüjide dörän gorky hakynda hiç birimiz pikiretmeýäris.*

*Günlik durmuşymyzda muňa meňzeş ownuk-uşak wakalar bolup geçýär. Daşyndan seredeniňde aladalanmazlyk-garaşmak ýaly görünip biler, emma ownuk-uşak zatlara aladalanmazlyk netijesinde rahat zehin bilen birnäçe üstünliklere ýetip bolýar. Iň bolmanda aladalanmazlyk saglygyňyza zeper ýetirmezlikdir. Birnäçe ynsanlar başarnyk kuwwatynyň köp mukdaryny ownuk-uşak zatlara aladalanmak netijesinde sarp etmek bilen bu ajaýyp durmuşda-owadan ýaşamakdan mahrum bolýarlar.*

***Ähli kuwwatyňyzy bu ugura gönükdirenizde, giň dünýägarayýşly biri bolmaga ymtylýandygyňyza göz ýetirersiňiz.***



## ***Durmuş uniwersitetiniň çäresizlik fakulteti***

*Ynsan zehini haýsy hem bolsa bir kynçylygy çözmäge synanyşanda aklyndaky çözüw ýollarynyň iň gowusyny saýlaýar. Kynçylyk adatça daşymyzda däl-de içimizde döreýär. Kynçylyklar çözüwini tapmanlygymyz üçin emele gelyär.*

*Näme diýmek isleýänimi aňladýan hekaýa:*

*Ýaşuly adam tussaghanadaky ogluna hat ýazýar:*

*“Ýer alma ekmek isleýärin, munuň üçin topragyň gazylmagy gerek. Ýaşym bir çene bardy, hassalygym bir ýandan bolany üçin başaramok. Ýanymda bolsadyň, oglum, nähili gowy bolardy...”*

*Ogly haty okaýar, gynanýar, emma tussaghanada bolany üçin elinden hiç zat gelmeýär. Bu hakyky çäresizlikdir we edip boljak hiç zat ýok ýaly görünýär.*

*Emma, ogly biziň pikir edişimiz ýaly pikir etmeýär. Haýal etmän kakasyna jogap berýär: “Kaka, mellegi gazmagyn, jesetleri mellege gömendirin!”*

*Polisiýa tussaghana hatyny okap-okaman gözlege çykýar we subutnamalary tapmak üçin mellegi başdan aýaga gazyp çykýar. Emma, mellekden zat çykmaýar.*

*Birnäçe gün soňra ýaşuly oglundan ýene bir hat alýar. Hatda: “Kaka, bu şertlerde elimden gelenini etdim!” diýip ýazylgydy.*

*Ýüze çykan päsgelçilikleri ýeňip geçmek üçin akylyň we düşünjäniň güýçli bolmagy zerurdyr. Üstünlik eldäki mümkinçiliklere bagly bolmaýar. Içinizdäki mehanizme göz ýetirmek üçin, ony bölekme-bölek tanamaly bolýar.*

*Aýratynlygyny gowy bilmeýän zadyňyza gowy düşünip bilmersiňiz. Düşünmeýän zadyňyzy dolandyryp bilmersiňiz. Dolandyryp bilmeýänleriňiz bir gün sizi dolandyrar.*



## ***Seslenmegi başarmak***

*Bir ýaz gününde bir kör adam şäheriň iň owadan ýerleriniň birinde dilegçilik edip otyrmyş. Dyzlarynyň üstünde duran kagyza “Dogabitdi kör” diýip ýazylgydy. Adamlar dilegçiniň deňinden üns bermän geçip durdylar. Bir akyly adam bu ýagdaýy görýär we kagyzyň arka ýüzüne bir zatlar ýazýar hem-de körüň önünde goýýar.*

*Az wagt soňra, ol ýerden geçen we bu kagyzdaky täze ýazgyny okan ähli kişi dilegçiniň önündäki guta pul atmaga başlaýarlar. Ähli kişi täsirini ýetiren we dilegçini gutusynyň puldan dolmagyna sebäp bolan bir sözlemdi. Sözlemiň mazmuny şulardan ybaratdy:*

***“Gör, nähili ajap ýaz günü... Emma, men bu ajap ýaz gününü görüp bilemok...”***

## ***Ýüz öwürmegi başarmak***

*Kiçiligimden bári sazy söýýärdim. Haýsy hem bolsa, bir saz guralynda saz çalyp bilmek isledim. Emma, haýsy saz guralyny saýlamaly? Ýa, gitara çalmaly, ýa, skripka, ýa-da piýanino... Bir saz çalmak üçin haýsy hem bolsa birini saýlamalydym. Bolmady, ählisini isledim, hiç birinden ýüz öwürip bilmedim.*

Ýyllar geçdi, bu gün birnäçe saz guralyny gowy çalyp bilýärin. Emma, hiç birinde meşhurlyk gazanmadym. Ähli saz guralynda saz çalyp bilýärin, emma hiç kim meni tanamaýar. Üstünlik gazanmak, ýagny meşhur bolmak üçin ähli zadyň gerek däl-de, biriniň hem ýeterli boljakdygyna indi göz ýetirdim. Üstünlik, bu bermekdir aslynda, bir zady almak üçin bir zady bermek, galanlaryndan bolsa, ýüz öwürmekdir.



Ýanyoldaşymy-da gynandyrdym, söýgülilerimi-de...

Hiç birinden ýüz öwürip bilmedim. Maşgala gurmagyň diňe biri üçin karar almalydygyna we galanlaryndan ýüz öwürmelidigine wagtynda göz ýetirip bilmedim. Öýlenenimden soňra hem başgalar bilen gatnaşykda bolmagymy dowam etdim.

Ýyllar geçdi, ýalňyzlyga uçradym. Häzirki wagtda ne gelnim bar, ne-de başgalary... Käşgä haýsy hem bolsa birini saýlan bolsadym, emma saýlap bilmedim. Edil saz gurallaryny isleýşim ýaly, ählisini isledim we netijede, elim boş galdy.

Megerem almak üçin başgalaryny taşlamak gerek eken. Durmuşymda birnäçe iş pursady garşyňa çykdy, emma men ählisini etmek isledim. Öz-özümden: “Haýsy işi gowy ýerine ýetirerin?” diýip soranymda: “Şu işi” diýip, jogap berip bilmedim. Häzirki wagtda seredenimde üstünlik gazananlaryň ählisi, bir işi saýlapdyrlar. Bir işiň ussady bolmak üçin diňe şol işi saýlamaly we galanlaryny taşlamaly eken.

Etjek işiňizi saýlaň! Çünki, käbir işler size laýyk, käbileri bolsa, laýyk däl. Saýlap seçmegiň karary siziň eliňizde.

***Bir zady saýlamak – bir zady ýitirmekdir!***

***Bir zady saýlamak – bir zatdan ýüz öwürmekdir!...***

***Ähli zat bir adam bilen başlar!***

*Dokuz ýaşyndady. Bir gün kakasy bilen ýolda gidip baryarka, önünden çykan adamlar iýmit hödür edýärler. Toparbaşy bolan kakasy olara ynanyar we hödür edilen iýmitden iýýär. Kakasy zäherlenip ölýär. Ogly aman sypýar. Oglanjygyň ady Timuçindi.*



*Çagalykdan obasynyň başyna geçýär. Erbet ýagdaýlary başyndan geçirýär. Bir gün awda aw edip ýörkä obasyny ýakyp gidýärler. Obany ýakan duşmanlar täze gelnini we sag galanlary ýesir alyp äkidýärler. Hadysa wagtynda ýoklugy sebäpli Timuçiniň elinden hiç zat gelmeýär. Ýanynda hiç kim ýokdy, çäresizdi...*

*Soňra Burhan daglaryndaky gowaklaryň birinde ýaşamaga başlaýar. Özi bilen ýüzleşdi: ýa gorkaklar ýaly hinde ýaşamaly ýa-da çykyp duşmanlary ýer bilen ýegsan etmeli.*

*Tizden-tiz adam toplan söweşe taýýarlanmaga başlaýar we netijede, şol döwriň tanklary derejesinde görülyän atly goşun taýýarlaýar.*

*Beýik Isgenderiň basyp alan ýerleriniň sekiz essesine barabar ýerleri basyp alýar. Guran ýurdy Rim imperatorlygynyň iki essesinden uludy. Eden işleri ahlak taýdan erbetdi. Emma, taryhçylar ýazga geçirmekden saklanmadylar. Çingiz hanyň ady taryhda: taryhyň bolup geçen iň beýik gara imperatorlygynyň gurujysy hökmünde geçýär. Ähli şalar ýurduň çäginini giňeltmäge çalyşdy, emma iň uly giňeldip bilen Çingiz handy.*

***Netije: Gowy ýa-da erbet, ähli zat bir ynsan bilen başlar!***

*Burhan daglarynda diňe bir kişidi. Şol wagt aýagynyň aşagy ýaly ýeri bardy, emma öleninde Aziýanyň ähli ýeri diýen ýaly özüniňkidi. Ýaşayan wagtynda: “her ýyl ähli zat meniň bilen başlar” diýýän gowagyna zyýarat edipdi.*

***Indi, pikir ediň:***

***Bir ynsanyň güýji nirä ýeter?***

# **Bill Gates**

*Bill Gates 1955-nji ýylyň 28-nji oktyabrynda Amerikanyň Sattle şäherinde eneden dogulýar. Ol durmuşynda 3 çaganyň kakasy bolýar.*

*“Microsoft” firmasynyň esaslandyryjysy bolan Bill Gates pensiýa çykmazdan öň firmany gurupdy. Gates, “Forbes” žurnalynyň maglumatlaryna görä, 2009-njy ýylda dünýäniň “iň baý adamy” diýlip, hasap edilipdi.*

*Bill Gates öňdengörüjileriň biridi. Ýaşlygyndan başlap EHM-niň zerurlygyny we EHM-laryň adam durmuşyndaky ornuny gowy bilýärdi. Ýakynda ähli kişiniň öýünde we işinde öz şahsy EHM-nyň boljagyny öňünden görüp, geljekgi maksatlaryny şoňa görä meýilnamalaşdyrdy.*

*Bilelikde işlemeli adamlaryny saýlamakda ussatdy. Iň başarlaňlary işe almak isleýärdi. **Onuň pikirine görä akyly adam, ähli zatdan öň başgalaryň akyllaryndan peýdalanmagy başarmalydy.** Öz firmasynda işleýänleri hormatlap, olary asla ýitirmek islemeyärdi. Bill Gates elmydama garşydaşlaryndan öňde bolmak isleýärdi. Çünki, bu şert tehnologiýanyň ösüşine zerur şertleriň biridi.*

*Bill Gates şonça baýlygyna garamazdan sadalygyny elden bermedi. Bir gezek özünden näme üçin özüni baýlar ýaly alyp barmaýanlygy hakynda soralandy: **“Şolar ýaly ýaşasam, ýaşayşyma görä pikirlerim üýtgärdi we häzirkiden başgaça bir häsiýetli adama öwürüldim”** diýip, jogap berýär.*





## ***Kim ýeňiş gazanar?***

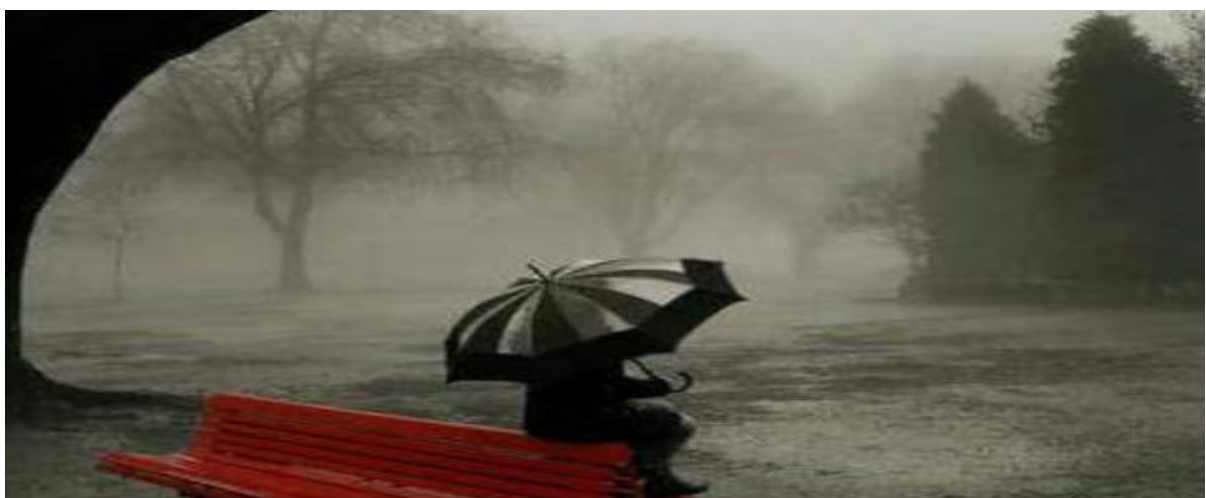
*Gadym wagtlarda medresede ýaşulylaryň biri çagalara ders berýärdi. Bir gün ýaşuly çagalara şeýle diýdi: “Içimde bir söweş bar. Gorkunç bir söweş ... Söweş iki möjegi arasynda ... Bu möjekleriň biri gorkyny, gahary, gabanjaňlygy, gamgynlygy, puşmanlygy, açgözliligi, günäkärligi, ýalanlary we egoistligi goraýar. Ikinji möjek bolsa, şatlygy, söýgini, jomartlygy, dynçlygy, açykgöwünliligi, dostlugy, zähmetsöýerligi we ynanjy goraýar. Edil muňa meňzeş söweş ähli ynsanlaryň içinde-de bolýar ...”.*

*Çagalar aýdylanlara düşünmek üçin biraz oýlandylar we içlerinden biri ýaşuly adama şeýle sorag berdi:*

***“Haýsy möjek ýeňiş gazanar?”.***

*Ýaşuly soraga şeýle jogap berdi:*

***“Haýsy möjegi ekleyän bolsak, şol möjegem ýeňiş gazanar!”.***





## *Üstünligiň syry*

*Bir gün parkda ýüzi salyk negatiw pikir edip bir adam otyrды. Oturan adam işleri düzelmeyän telekeçidi. Näme etse eden işleri düzelenokdy. Bir tarapdan karzyna beren banklar beýleki tarapdan bolsa bergileri gyssaýardy. Haýsy tarapdan baksanam çäre tapylanokdy. Parka hem rahatlamak üçin gelipdi.*

*Şol wagt hem önünden ýaşuly adam çykdy we ýaşuly: “Gamgyn görünyň, seni rahatsyzlandyran bir zadyň barlygy belli .... Nämedir ol ?” diýdi. Ýaşuly adam telekeçini diňläninden soňra kömek edip biljekdigini aýdyp, çek depderini çykardy. Telekeçiniň adyny sorady we bir çek ýazdy. Çegi telekeçä berjek wagtynda şeýle diýdi “ Bu pul seňki. Mundan bir ýyl soňra edil şu ýerde duşuşarys we sen maňa bolan bergiňi şonda berersiň” diýdi. Soňra ýaşuly adam gelşi ýaly gözden gaýyp boldy.*

*Eli çekli telekeçi doňup galdy. Ilki başda gözlerine ynanmady, çekde “ýüz müň dollar” diýip ýazylypdy. Çekdäki gol bolsa döwletiň iň öňde baryjy milýonerleriniň birine degişlidi. Başda bu pul bilen ähli bergilerinden dynyp biljegini pikir etdi, emma az soňra bergisini yzyna gaýtarmalydygy ýadyna düşüp çegi böldürmekden ýüz öwürdi we çegi kassasynda goýmagy makul bildi. Kassasynda köp mukdardaky pullu çegiň bolany üçin täze bir gowy niýet bilen işine eýerjeň ýapyşdy. Uly-kiçi diýmän, ähli işlere üns bermäge başlady. Töleg meýilnamalaryny täzedan işläp düzdi. Netijeli edilen işler täze uly işleri ýüze çykardy we birnäçe aý soňra işleri ýerbe-ýer bolmaga başlady.*

*Gün geçdigiçe bolsa ähli bergileri bilen hasaplaşdy hatda pul gazanmaga-da başlady. Bütin ýyl boýunça işledi. Soňra bir ýyl diýlende, kassasyndaky böldürilmedik çegi bilen parka gitdi. Bellenilen wagtyň bolmagyna garaşdy. Edil wagty gelende bir*

ýaşulynyň özüne tarap gelyänini gördi. Telekeçi ýaşuly adamyň eline çegi berip, gazanan üstünlikleri hakda gürrüň bereýin diýip durka, bir şepagat uýasy geldi we ýaşuly adamy tutdy. Şepagat uýasy “Ony tapanyma begenýän, sizi rahatsyz eden däldir diýip umyt edýän” diýdi. “Çünki bu ýaşuly yzygider garrylar öýünden gaçyp, bu parka gelyär.

Hemmelere özüniň millionerdigini aýdyp ýalan sözleýär” diýdi. Soňra bolsa şepagat uýasy ýaşuly adamyň golundan tutup telekeçiniň ýanyndan uzaklaşdy. Telekeçi näme diýjegini bilmän doňup galýar. Bütin ýyl boýunça kassasynda ýüz mün dollarlyk çeginiň bardygyna ynanyň işlerini dolandyrypdy. Indi görüp otursa, durmuş hal ýagdaýyny üýtgeden zadyň pul bolmadygyna göz ýetirdi. Durmuş hal ýagdaýyny üýtgeden zat şol ýüz mün dollarlyk çeginiň üsti bilen peýda bolan “ynamdy”.

**Üstünligiň syry, kassamyzdaky duran zatlar däl, ýüregimizde we aklamyzda bolan zatlardyr. Ony başga ýerde gözlemegiň zerurlygy ýok.**



## ***Psihologiki durnuklylyk***

*Birnäçe ýyl mundan ozal sahnanyň garaşylýan otagynda çykyş etmeli seminarym hakynda oýlanýardym. Şol wagt aklymda bir sorag peýda boldy.*

*Aýtmaklaryna görä ynsanlaryň köpüsi ýaşaýan durmuşyndanrazy däldiler, bagtsyzdylar. Emma, muňa garamazdan durmuş ýagdaýyny üýtgetmek üçin hiç hili hereket etmeýärdiler. Yzygiderli zeyrenýärler, emma öňe bolan ymtylyş ýokdy. Men bu ýagdaýlaryň sebäbini bilmek isledim, ýagny bu bu adamlaryň öňüne böwet bolýan zat nämedi?*

*Seminar başlanyndan oňa gatnaşyjylara birnäçe sorag berdim. Soraglaryň ählisine diýen ýaly, “hawa” diýen jogaby aldym. Soraglarym şulardan ybaratdy:*

- Işiňizde uly üstünlik gazanmak isleýärsiňizmi? – Hawa!*
- Üstünlik gazanmak üçin näme etmelidigiňizi bilýärsiňizmi? – Hawa!*
- Eger, isleýän bolsaňyz üstünlige nähili ýetilýänini hem bilip bilýärsiňizmi? – Hawa!*
- Üstünlik gazananyňyzdan soňra nähili netije boljagyny bilýärsiňizmi? – Hawa!*
- Siziň ýoluňyza böwet bolýan zat barmy? – Ýok*

*Onda, Sizi saklaýan zat näme?!*

***Siziň içiňizdäki güýjüňizi, duýgularyňyzy baglaýan zat näme?***

*Az wagt soňra jogabyny özüm berdim: **Durnuklylyk!***

*Durnuklylyk fizikada “Inersiýa” diýmekdir. Bir adam öz işiniň nähili ýerine yetirilýänini bilýär, näme üçin etmelidiginem bilýär, eger şol işi ýerine ýetireninde nämelere*

*eýe boljagyny-da bilýär, emma şonda-da herekete geçmeýän bolsa, onda ol adam psihologiki durnuklylyk halyndadyr.*

***Psihologiki durnuklylyk: islegsizlik bilen ýaltalygyň birigip herekete geçmegidir.***

*Durmuş durnuklylygyň üsti bilen dälde, durmuş eýsem hereket üstünde gurlandyr.*

*Afrikada her gün irden bir keyik oýanyar. Iň gaty ylgayan gaplaňdan tiz gaçmagy başarmasa, ölüp ýok boljagyny bilýär.*

*Afrikada şol gün irden bir gaplaň-da oýanyar. Iň haýal gaçýan keyikden tiz kowalamasa, onda açlykdan öljegini ol hem bilýär.*

***Biziň gaplaň ýa-da keyik bolmagymyzyň zerurlygy ýok, diňe her gün irden oýananymyzda etmeli işimizi bilsek bolýar.***

## **Öziňizden soraň:**

### ***Bir ýyl soňra munyň zerurlygy bolarmy?***

*Her gün diýen ýaly,adyna “wagt içinde” diyip atlandyran oýnumy tejribe etýärim.Şol wagt garşyma çykan päsgelçiligiň göwrümi nahili bolsa-da onyň bilen bu oýuny oýnaýaryn. Oýuny oýnamak üçin ýerine ýetirmeli işleriň biri,şu wagt päsgel berýän ýagdaýymyň “mundan bir ýyl sonra bolanyny göz önüne getirmekdir. Soňra öziňizden soraň; Bu ýagdaý hakykatdan hem meniň üçin zerurmy? Ähtimal şeýle bolup biler, emma köplenç ol hiç wagt zerur däl.*

*Ýan ýoldaşyňyz,ýa-da işdäki ýolbaşçylaryňyz bilen bir düşüňmezlik bolsun we ş.m päsgelçilikler garşyňyza çykypbiler emma bu bir ýyl soňra sizi gaharlandyрмаýar.*

*Geçmişde ýoluma böwet bolan kynçylyklar hakynda oýlananymda ýylgyranymy bilmän galýaryn we ökünýärim. Mundan soňra gahar we düşüňmezlik üçin sarp etjek kuwwatymy çagalarymaýaýaryn. Netijede mende ýagşy niýetler üçin goşmaça güýç peýda bolýar.*

## **“Paltany ýitilemek”**

*Gadym wagtlarda odun çapmak bilen güzeranyny görýän iki sany odunçy ýaşapdyr. Odunçylaryň biri ir bilen agaç kesmäge başlaýarmyş. Bir agajy keseninden wagt ýitirmänikinini kesmäge girişýärmiş. Uzak gün dynç alman işleýär we günortanlyk üçin hem wagt aýyrmak islemärmiş.üstesine beýleki odunçydan giç agaç kesmegini bes etýärmiş.*

*Ikinji odunçy özüne agram salman,dynjyny alyp we iňrik garalmaňka öýüne gaýtýan eken.*

*On gün boýunça bu şekilde işlänlerinden soňra,olar kesen agaçlarynyň sanyny sanamaga başlaýarlar.Sanawyň netijesinde az işlän odunçy köp agaç,tersine köp işlänine garamazdan köp zähmet çeken odunçy az agaç kesenine göz ýetirýär.*

*Köp işlän odunçy geň galmak bilen az işläp köp agaç kesen odunçydan sorayar:*

*“Bu nähili bolup biler? Men senden has köp işledim. Bilýärsiň, senden öň işe bşladym,senden soňra işimi bes etdim. Emma sen menden köp agaç kesmegi başarypsyň. Bu işiň syry näme?*

*Ikinji odunçy:*

*“Sen durman işleýän wagtyň men dynjymy alýardym we paltamy ýitileýärdim. Ýiti palta bilen az güýç sarp edip köp agaç kesilýär. Käşgä sen hem özüňe wagt aýyryp,paltaňy ýitiren bolsadyň.”*

**Özümize wagt aýyrmak,öňümüzde goýan maksadymyz üçin özümüzizi taplamak-paltany ýitilemekdir! Özümüzizi tanamak kemçiliklerimizden taplanmak üçin ymtylmakdyr.**

*Eger-de durmuşda üstünlik gazanmak isleýän bolsak,paltany ýitilemek üçin özümize wagt aýyrmak zerurdyr.*

## ***Her üstünlük özüne mahsus bolan şertlerde gazanylar!***

*Durmuşda her başarnyk özüne mahsus bolan pursatlarda hakykata geçer. Üstünlige diýpli göz ýetirmek üçin ony karta hokmünde pikir edeliň.*

*Şäher kartalary şäheriň ýollaryny görkezer, emma ol köçelärdäki çukurlary, köçedäki ýagdaýy we köçedäki awtomobil dykylşygyny görkezmez. Bu bir kartadyr. Kartada görkezilmedik bölekler hakykatda garşyňyza çykyp biler. **Çünki hiç kim leňňeje ýöremegi öwretmez.***

*Kartada elmydama kemçilikler ýüze çykar, emma kartaly we kompasly çykylan ýol-karasyz we kompassyz çykylan ýolagçylykdan has gowudyr.*

*Eger-de üstünlük bilen baglanşykly ähli pikirlere eýe bolan bolsadyňyz, bu durmuşda hiç hili päsgelçilik siziň ýoluňuzy baglamagy başarmazdy.*

*Çünki bu ugurda üstünlük hakynda ähli pikire eýe bolan ynsanyň kynçylyk çekmegi mümkin däl diýip hasap edilyär.*

## ***“Ideal (birkemsiz) halym nähili bolardy?”***

*Birnäçe adamlar häzirki ýagdaýyndaky kemçiliklere düýpli baglanyp,öz ideal(birkemsiz) halyny hiç hyýalyňa hem getiren däldir. Ideal ýagdaýyň hyýaly durky ýok bolsa,netije almak çylşyrmlaşar.*

*Gadym wagtlarda bir dana adam,bu ýagdaýy has gowy dile getirýär. Ýaşuly heýkeltaraş elindäki ýonuýy abzal bilen öňündäki uly bir daşa,gabat gelşi ýaly urýardy. Ýanyndan geçip baryan kiçijek gyz ondan sorayar: “Näme üçin ol daşy yzygiderli döwýärsiň?”. Heýkeltaraş işini etmäge dowam etýär.Ikinji gezek garşylanlarynda heýkeltaraş daşy şekillendirip,ondan bir ynsan heýkelini çykarypdyr. Bu gezek gyzjagaz şeýle sorag berýär.*

### ***“Ol ynsany ol daşyň içinden nähili gördüň?”***

*Öz ideal halyňyz akylyňyzda janlanýan bolsa,ol heýkeltaraş ýaly öüňizi hem şekillendirip bilersiňiz. Siziň ynsan hökmünde ideal halyňyz nähili bolardy? Nähili bir ynsan bolan bolsaňyz: “Ine meniň gowy halym!” diýerdüňiz?*

*Durmuşda iki dürli iş başardym. Birinji: başda hyýal edip soňra hakykata geçirenlerim. Ikinji bolsa hyýal etmän,başgalaryň teklibi bilen ýa-da garşyma çykan ajaýyp pursatlara ýokary baha berip başaranlarymdyr.*

*Islenilmeyän bir işiň ýerine ýetirlimegi-başarnygyň lezzetinden kän zat azaltýar.*





## ***Oýlan we başar***

*Halkymyz her gün ortaça bäş sagat telewizora syn edýär. Käbirleri bolsa ýene şonça internede güýmenýär. Şonsyz hem güniň üçden biri ukyda geçýär. Sorasaň günde belki sekiz sagat işleýän hem bolup bilersiňiz. Ömrüňiziň nähili peýdasyz geçýänine göz ýetirýärsiňizmi?*

*Güýmenmän we wagtyňyzy netijeli geçiriň. Ömür gysga we edilmeli işler sanardan köp. Birnäçe täsin wakalar gujak açypsize garaşýar. Bu durmuşda sanardan köp belläp geçmeli gözelliglerimiz bar. Aşakdakylary ýardan çykarmaň!*

- ❖ *Geçmiş we geljek diýip ýaşamak-hyýaly ýaşayyşdyr.*
- ❖ *Wagt ýaltalygyň saklap bilmejek tizligi bilen akýar.*
- ❖ *Uly işleriň hazirki bölegi bilen gyzyklanyň.*
- ❖ *Başarnygyňyza göz ýetirmek bilen ynamyňyzy artdyryň*
- ❖ *Zehiniň güýji hazirki wagty ýaşamak bilen kämilleşer.*
- ❖ *Wagtyňyzyň peýdasyz yitip gitmeginden goranyň.*
- ❖ *Bir güli suwlamak bilen olgüliň ýanyndaky güli ýetişdirmek mümkin dälidir.*
- ❖ *Zehin näçe köp işe bölünýän bolsa,peýdasy hem şonçarakyr.*
- ❖ *Işi diňe isleýşiňiz ýaly edip bilersiňiz.*
- ❖ *Bu durmuşda sanap geçerden köp belläp geçmeli gözelligler bar.*



## ***Güýjüňi we çägiňi gowy bil!***

*Meşhur adamlaryň iň zerur aýratynlyklarynyň biri hem- özleriniň kimdigini we nämeler edip biljegini has gowy bilmeklerindedir.*

*Meşhur bolmak isleýän ähli kişiler üçin iki kritiki şert bardyr.*

***1. Güýjüňi bilmek.***

***2. Çägiňi bilmek.***

***Güýjüňi bilmek:****haýsy ugurda gowy tapawutlydygyňy, haýsy ugurda beýleki ynsanlardan işiňi has gowy ýerine ýetirip biljegiňi, iň gowy nämäni başarjagyňy bilmekdir.*

***Çägiňi bilmek:****şol wagtda başarnygyň we ukybyň nämäni başarjagyny ýagny başaryp bilmejegiňi äşgär etýän bir içki duýgydyr. Çägiňi bilmek başarmaýan zatlaryň başaryan zatlaryňyza päsgel bermezligidir. Dünýäde ähli zady başarmak mümkin dälidir.*

*Munda, gaplaň bolanyňda gury ýeriň şasy hökmünde gezmek-güýjüňi **bilmekdir.***

*Emma gaplaňlygyň bilen suwa girip krokodile garşy çykmagyň ýalňyşlykdygyna göz ýetirmek bolsa-çägiňi bilmekdir. Şol bir ýagdaý gury ýerde krokodil üçin hem geçerlidir.*

***Dünyäniň iň gowy basketbol oýunçysy bolanyň bilen hem, ukybyňy futbolda görkezmek çägiňi bilmezlikdir!***

## ***Kämilleşmek elimdemi? Ýa-da ...***

*Bir gün olimpiýada gatnaşygy topara üstünlik seminaryny bermek üçin çakylyk aldym. Seminar bermäge baranymda meşgullanýan sport görnüşini göwresine seredip hem aňsryp bolýan bir topar türgenler bardy. Olardan adaty günleriniň nahili geçýändigini soradym. Olar 4 ýylda bir, birnäçe minut oyuna çyýandyklaryny we munyň üçin her gün iň az 4 sagat türgenleşýändiklerini aýtdylar.*

*Pikir etdim: bu türgenler 7 milliýard adam bilen ýaryşyp dereje gazanýan bolsalar näme üçin birnäçe adamlar 7 million ilatly ýurdynda, hatda obasynda tanalar hala gelmegi başarmayar? Şol wagt akylymda bir pikir peýda boldy. Munyň iň esasy sebäpleriniň biri: ynsanlar kämillik ugrynda göreşmeýärler, ýagny türgenleşmeýärler.*

*Birnäçe ynsanlar öz işini ýerine ýetirýär, emma işini has gowy ýerine ýetirmek diýen düşüňjäniň bardygyndan habarlary hem ýok.*

***Seniň pikiriňçe näme üçin olimpiýada türgenleri her gün 4 sagat türgenleşýär? Göreşin ýagny, göreşmegiň usulyny bilmeyändikleri üçinmi? Bir ştangany götermek kwantum fizikasyndan has kyn bolandygyny pikir etýänlikleri üçinmi?...***

*Türgenleşiklerimizi has gowy ýerine ýetirmek üçin başgalardan öň kemçiliklerimizi düzetmek, güýçli taraplarymyzdan has artygy bilen peýdalanmak, bir gün ýaryşa çykanynda özüňe bolan ynamyňy atdyrmakdyr.*

***“Bagtly dälmiň-günäkär sensiň”***

***Tolstoy***

## ***Eseriňiz-bu baýdagyňyzy uzaklara äkidip biljek***

### ***ilçiňizdir!***

*Kitap okamaly! Üstünligiň ýoly bilimiň merkezinden geçýär. Okamak söýgüsüne we okamak endigine eýe bolmagy başaranymyzda uly üstünliklere ýetip bileris. Öwrenmegiň iň dogry ýoly okamakdyr. Hiç kim okamazdan yokarlanmaz. Geljekki durmuş derejäňize çeken zähmetiňiz bilen baglanşdyranyňyzda göz ýetirip bilersiňiz. Bilim hazynasynyň kitaplarynyň saýasynda, bir ömrüň tejribesine bir gijede akyl ýetirýäris.*

*Maksadyňyza ýetmek üçin ýardam edip biljek binäçe kitaplaryň çemeni bar. Kitaplary satyn alman hem bilersiňiz. Okuwyňyzyň kitaphanasy size ýeterli kitaplary teklipe berýär. Eger okamaýan bolsaňyz ýaşaýan ýeriňizdäki kitaphanalara gidip bilersiňiz.*

*Maksadyňyza ýetmek üçin zerur bolnaýan maglumatlara wagty ýitirmeli dälsiňiz. Işiňizde tiz ilerlemek isleýän bolsaňyz, bu ugurda gözlegde bolan tejribeli adamlardan maslahat almak peýdalydyr.*

## ***Patyşa we ak at***

*Patşanyň dillerde dessan bir ak aty bar eken. Patyşa ak atyny beýleki atlaryndan has-da gowy görüp, ýöryşlere, gezelençlere hemişe şol aty bilen çykarmyş. Ak atyna bolan söýgüsi has güýçli bolup, öz nökerlerine patyşa:*

*“Bu at meniň üçin gymmatlydyr. Onuň ölüm habary meni gynandyrar. Kim-de kim ak atymyň ölüm habaryny getirse onuň başyny kesdirerin” diýipdir.*

*Wagt geçýär, ahli janly jandarlarda bolşy ýaly ak atyňam ajaly gelyär we ölýär. Patşanyň nökerleri gorkmaga başlaýarlar, çünki ölüm habaryny ýetiren adamyň başynyň kesiljegini bilýärdiler. Hiç biriniň patyşa bu habary ýetirmäge gaýraty çatanokdy. Emma muňa garamazdan at seýisi bu wezipäni öz boýnuna alýar. Patşanyň huzuryna baran at seýisi:*

*“Patyşam, siziň ak atyňyz!”*

*“Hawa” diýýär patyşa.*

*At seýisi:*

*“Ol aýaklaryny uzadyp ýatyr, gözleri ýumuk, garyny çişipdir, hiç hili dem alanok” diýýär.*

*Patyşa:*

*“Seýis, seýis! Gepiň gysgasy ak atyňyz ölüpdür, diýsene!” diýýär.*

*Seýis: “ Patyşahym men öldi diýmedim, siz diýdiňiz”, diýýär we ölümden aman sypýar.*

***Aýtmak bar-aýtmak bar. Bir zat aýdanymyzda, ýagny beýan edenimizde beýan edişimiz bilen bir hatarda beýan ediş şekilimiziň uly zerurlygy bar. Ugurtapyjylykly gürlmek köp zady üýtgedip bilýär. Durmuşda islendik meşhurlyk gazanan adamlara ser salanymyzda, olaryň dilebaýlyk, ugurtapyjylyk ukybyna eýediklerine göz ýetirip bilýäris.***

## ***Kararyňyz anykmy?***

*Umumy manyda aýdylanda bu durmuşdan näme isleýäňiz? Dolandyrmakmy ýa-da dolandyrylmakmy?*

*Bu gün isleýän zatlarymyzdan erteki gün ýüz öwürsek ähli zat başlangyjyna döner. Kararyňyzy beriň we ýene-de soňky gezek oýlanyň. Çňki bu günki ýagdaý ertirimiziň ýagdaýlaryna gabat gelmän biler. Esasan hem uzak wagtyňyza täsirini ýetirip biljek kararlarda alňasamak ýalňyşlykdyr. Munda ulylara sala-salmakda haýyr bar.*

***“Iň erbet karar-kararsyzlykdan gowdyr”***,diýip ýöne ýere aýdylmandyr. Ömrümüz ýyldyrym tizligi bilen geçýär. Netijesiz geçirilen bir ýyl-maksadyňyz ugrunda bolmakdyr.

*Iň beýik arzuwyňyz näme? Iň soňunda kim bolmak isleýärsiňiz? Birnäçe ýyl soňra bugüne ser salynanda seni bu toplumda nahili adam diýip tanamaklaryny isleýärsiňiz?*

*Nähili derejede ukyply bolsaňyz bolup bilersiňiz,ýöne haýsy hem bolsa bir işi ýüregiňizden islemeseňiz ol işi ýerine ýetirmegi başarmarsyňyz. Konfutsiý şeýle diýýär:*

*“Eger-de agaja dyrmanmak isleýän bolsaňyz,onda ýyldyzlara çykmagy niýet ediň”. Beýik maksadyňyz ömüriňiz boýunça yşygyny ýaýýan parlak ýyldyzyňyzdyr. Uly işlere baş goşan adamlar bu dünýä bilen hoşlaşanda yzlaryndan: **“Beýik bir ýyldyz aramyzdan süýndi”**diýýärler.*



## ***Täze durmuş üçin täze bir akyl gerek...***

*Bu kitabyň aýtmak isleýän zady açykdyr: Üstünligiň syrlaryny öwrenip bolar, her bir adam öz ýaşayyş durmuşyny ýokarlandyryp biler. Içki dünýämizi ýagny içimizdäki duýgularymyzy täzeledigimizde daşky dünýämiz hem gözelleşer. Ähli zat adamyň özünden başlanýar.*

*Durmuşda üstünlige ýol görkezen bir bilim bardyr we üstünlik gazanmak isleýän ähli kişi bu bilimden öz paýyny alyp biler. Belki-de bu bilimi alan ähli kişi Eýnşteýn, Nýuton, Picasso ýa-da Aristotel ýaly bolup b ilmez, emma häzirki ýagdaýyndan has uly derejelere ýetip biler, ýagny gowy iş şertlerinde ýaşap biler. Bu bolsa öz-özünü taplamagyň bir görnüşidir.*

*Şu güne çenli öwrenenlerimiz bizi şu derejämize ýetirdi. Maksadymyza ýetmek isleýän bolsak, täze bir zehine eýe bolmaly. “Bir kynçylygy döreden zehiniň kömegi bilen ol kynçylygy çözüp bilmersiňiz” diýýär Eýnşteýn. Uly netijeler isleýän bolsak, onda munyň üçin täze zehiniň gerekli boljagyny unutmalyň.*

***“Bagtly dälmiň-günäkär sensiň!”***

**Tolstoy**



## ***Birine ýagşylyk ediň we bu hakynda hiçkime söz açmaň!***

*Köpümüz kimdir birine kömek edip, bu wakadan bütin dünýäniň habarly bolmagyny isleýäris. Jomartlygymyzy we gowylygymyzy başgalara görkezip adamlaryň gözünde ýokary bolmaga çalyşýarys.*

*Edilen kömegiň möçberine ýa-da görnüşine garamzadan olaryň ählisi uly ähmiýetlidir, emma bu edilen kömek hakynda söz açmazlygy başarmakda iş bar. Ynsan başgalaryna kömek bereninde özüni has-da gowy duýmaga başlaýar. Eden ýagşylygyňyzy başgalara paç edip bu ajaýyp duýguny elden bermegiň ýerine, bu duýguny özüňde saklap bilmegiň özi hem bir bagtlylykdyr.*

*Hakykatda, ynsan mätäje goldaw bereninde ondan garşylygyna garaşmaýar. Eden ýagşylygynyzy başgalaryna aýtmadyk halatyňyzda bu ýagşylygyňyzyň jogaby köňülleri heýjana getirer. Geljekde kimdir birine ýagşylyk edeniňizde bu syry saklap görüň we bu lezzetli duýgy bilen ýaşañ!*

## ***Häzirki wagty ýaşamaga çalyşyň...***

*Beynimiziň esasy bölegi garşymyza çykan häzirki päsgelçiliklere çäre tapmak bilen meşguldur. Bir gün ýa bir ýyl mundan ozal nämeler bolandygy ýa-da ertirki gün nämäniň bolup biljegi häzirki wagt üçin zerur däldir. Siziň barlygyňyz häzirki wagt bilen häsiýetlendirilýär. Bu şert hiç bir wagt öz täsirini ýitirmeyär.*

*Köpimiz ähli zadyň aladasyňy şol bir wagtda etmäge çalyşýarys. Geçmişimiziň kynçylyklary-geljegimize täsirini ýetirmegine dowam etýän bolsa onda bu ýagdaý elmydama yzyňyzdan galmaz. Haýsy hem bolsa “bir gün” bu kynçylyklardan halas bolaryn diýip pikir etmek ýalňyşlykdur... Çünki ol “bir gün” hiç wagt bir sebäp bilen ýakyn gelmez.*

*Biz indi bir geljegiň pikirine çuňňur aralaşan wagtymyz eýýäm çagalarymyz ýetişýär, ýakynlarymyz bizden uzaklaşýar, dünýäsini täzeleýär, bedenimiz görnüşini üýtgetýär. Munyň bilen birlikde hyýalarymyz hem uçup ýok bolup gidýär.*

***Durmuş-bu biziň geljegimiz hakynda pikirlenip meşgul wagtymyzda, bolup geçýän wagt aralygydyr.***

**John Lennon**

## ***Täsirli gepleşigi alyp barmagyň tiz we aňsat ýoly***



### ***1-nji bölüm***

#### ***“Başlangyç ukyby döretmek”***



*“Ýerimden turyp çykyş etmäge çagyralymda şeýle bir meni utanjaňlyk gaplap alýar, pikirlerimi kynlyk bilen jemleýärim, aljyraýaryn we näme diýjegimi unutýaryn. Bu sözler size tanyşmy? Bu maglumatlar bu zyýanly duýgularyň hötdesinden gelmegi başarmagyňyz üçin taýarlandy. Size bu bölümde munyň 3 sany peýdaly ýany hakynda düşünje beriler.*

#### ***A) Başgalaryň tejribelerinden peýdalanmak;***

*Bir gün meşhur bir kompaniýanyň direktory durmuşynda gatnaşan ähli ýygnaqlarda aljyraman geçirmeyärdi. Munyň usulyny öwreneninden soňra bolsa şertler üýtgäpdi. Netijede kompaniýanyň baştutany ýygnaňsykda 3 müň adamyň önünde aljyraman 15 minut geplemegi başarypdy.*

### **B) Maksadyňyz sizden oňde gelsin;**

*Ähli ugurlarda diýen ýaly sizi çykyş etmeli temaňyz halas eder. Munyň üstünde işläniňizde ol duýga eýe bolup bilersiňiz. Indi diňleýjileriň gepleşik üçin sizi çagyrdy diýip pikir ediň.*

*Ynam bilen çykyň we siz çykyşa başlanyňyzda otagdaky ýüze çykan sessilige gulak asyň. Beýan edeniňizde bolsa tomaşaçylaryň sizi dykgat bilen diňleýänini nazarda tutyň. Çykyşyňyz tamamlananda ortada peýda bolan gutlag we el çarpyşmalary duýmaga çalyşyň. Ynanyň maňa bu duýgy öz içiňizde jadylaýjy duýgydyr we asla unudulmajak bir joşgundyr.*

### **Ç) Akylyňyzy başarnyga sary gönükdiriň;**

*Gepleşik pursady her ýerde bardyr. Diňe bir pikire hem bolsa, ony gollamak üçin geplemekden çekinmäň. Birnäçe gezek synanşmak netijesinde başrman bilersiň, emma muňa garamazdan sen synanşyga bes etme! **Çünki bu işiň gizlin syrlarynyň biridir.***

# *Täsirli gepleşigi alyp barmagyň tiz we aňsat ýoly*

## *2-nji bölüm*

### *Ynamy artdyrmak*



#### **A) Köpçiligiň içinde geplenende ýüze çykýan gorkyny ýeňmegi başarmak;**

*Köpçülikde geplemek gorkysy döräninde ýalňyz dældigiňizi ýadyňyzdan çykarmaň. Birden emele gelen gorkynyň belli bir ujypsyz bölegi peýdalydyr. Birnäçe meşhur adamlaryň birden emele gelen gorkyny hiç wagt ýitirmändikleri maňa goltgy berýärdi. Umumylygyň içinde çykyş etmegimizde döreýän gorkynyň ýüze çykyş sebäbi ýalňyzlyga endik etmegimiz we dymmazlygy saýlamagymyzdyr.*

#### **B) Aýratynlykda taýýarlyk görmek;**

*“Dyngysyz taýýarlyk” diýlende ýat tutmak göz önünde tutulmaýar. Eger-de sözme-söz ýat tutan bolsak, tomaşaçylar tarapyndan sorag berlende unutmagymyz mümkin. “Unutmadyk” diýenimizde hem ýat tutulan bir çykyş netijesinde gepleşigi ýürekden däl-de dilimiziň ujundan geçiren şekilde bir häsiýete eýe bolýarys.*

*Aýratynda düşünjelerimizi ilki tertiläp olar hakynda haýsy hem bolsa bir pikire göz ýetirmeli. Çykyşymyzy tertibe salanymyzdan soňra pikirimizi töweregimizdäkiler bilen paylaşmakda haýyr bar.*

### **Ç) Özüňize ynanyň!**

*Özüňizde temañyzyň zerurlygy hakynda garayşy dörediň. Gepleşigi alyp baryan pursatyňyzda ünsüňizi ýaramaz duýdyryşlardan uzakda tutyň. Meselem, gramatiki ýalňyşlyklary göýbereniňizde ynamyňyzyň ýok bolmagyna rugsat bermäň. Özüňizi iň ýokary nokada sary çekiň, ünsli diňleýjileriňiziň has wajyp ornynyň bardygyny unutmaň we ynam bilen çykyşyňyza dowam ediň!*

## ***Täsirli gepleşigi alyp barmagyň tiz we aňsat ýoly***

### ***3-nji bölüm***

#### ***Aňsat ýoldan täsirli geplemek***



#### ***A) Temaňyzy çäklendiriň;***

*Temaňyzy saýlanyňyzdan soňra, ilkinji ädim zerur ýerleriniň üstünde durup geçiň. Munda esasy ýerlerini saýlamak zerurdyr. Çünki köp gereksiz maglumat diňleýjileriň ünsüniň bozulmagyna sebäp bolup biler. munda göz önüne tutulan usul 5 minutdan hem az wagt aralygynda gysga wagtda diňleýjilere tasiriňi ýetirmegi başarmakdyr.*

#### ***B) Ätiýaç güýjiňizi kämilleşdiriň;***

*Täsirini ýetirmeýän bir gepleşik geçirmek ýa-da çykyş etmek wakany düýpli düşündirýän çykyşdan aňsat bolup biler. Emma aňsat ýoluny saýlap alsaňyz diňleýjilerde has az täsir galdyryp bilersiňiz. Temaňyzy çäklendireniňizden soňra ikinji ädim çykyşyň temasynyň içine girip bilmek üçin özüňize soraglar bermeli-*

siňiz. “Muňa näme üçin ynanyýaryn? Waka nähili bolup geçdi?” ýaly soraglar diňleýjileriňizi dik otyrdar we olaryň ünsleriňi bir ýere jemläär.

**Ç) Çykysyňyzy aňsatlaşdyryjy mysallar bilen besläň;**

*Gepleşigiňizi hakykylaňdyryň. Başarjaňlar hakynda söz açyň we şahsyýetleri atlandyryp geçiň. Aýratynlyklaryunutmazlyga çalyşyň we bu hakynda gürrüň ediň.*

**D) Çykysyňyzda tanyş maglumatlary ulanyň**

*Diňlemenmegi aňsat bolan çykyş ediji, gözüňüziň önünde ol maglumatlary, wakalary janlandyrmagy başaryan gepleýjidir. Gereksiz, peýdasyz, reňksiz gepleşik diňleýjini ýadatýar we uky halyna taýýarlayar. Munda meňzetmeleriň orny hem möhümdir: “**Tilki ýaly mekir**”, “**Daş ýaly gaty**”...*



## ***Täsirli gepleşigi alyp barmagyň tiz we aňsat ýoly***

### ***4-nji bölüm***

#### ***Çykyşda pikiriňizi diňleýjiler bilen paýlaşmagy başarmak***



#### **A) Sizi diňleýänleriň gyzyklanýan ugurlaryndan söz açyň;**

*Temaňyzda diňleýjileriň peýdalanmagy mümkin bolan ýerlerini äşgär ediň. Soňra bu pikiri subut etmäge çalyşyň we olaryň ünslerini özüňize çekin.*

#### **B) Dürüst baha bermäge çalyşyň;**

*Diňleýjiler birliklerden emele geler we birlik ýaly hereket ederler. Diňleýjileriň haýsy hem bolsa birine ikerjiňlenmek bilen berilen bahalar olarda gowy täsirini galdyрман biler, emma tersine öwgüli sözleriň aýdylmagy netijesinde olaryň ünslerini çekmegi başararsyňyz. Meselem, “bu diňleýjiler häzirki güne çenli seslenen diňleýjilerimiň in düşüňjelisidir” ýaly sözlemler diňleýjilerde mähirli gyzgynlyk emele gelmegine sebäp bolýarlar.*

#### **C) Özüňize beren bahaňyz asyl bolşyňyzdam pes bolsyn;**

*Diňleýjini özüňize duşman etmegiň in aňsat ýoly özüňüzi olardan üstün saýmagyňyzdyr. Başga tarapdan bolsa ugurtapyjylyk, açykgöwünlilik olarda gowy*

*niýetiň döremegine sbäp bolar. Haýýşt etmän hem açyk göwünli bolmagy başaryp bolýar. Birnäçe meşhur adamlar özüni elmydama pes saýyp kiçi göwünli bolandyklary*

*üçin meşhurlygyny ýitirmeyärler. Çünki ulymylyk we göwniýetmezçilik netijesinde meşhurlygy goramak aňsat däldir. Microsoft kompaniýasyny guryp, “Näme sebäpli baý meşhur baý adamlar ýaly ýaşamaýarsyň?” diýip sorag berlende ol: “onda bu durkymy we bu häsiýetimi saklamak başartmazdy”, diýip jogap beripdir.*

## **Täsirli gepleşigi alyp barmagyň tiz we aňsat ýoly**

### **5-nji bölüm**

#### **Maglumat beriji çykyşlary alyp barmak**



#### **A) Düşünjeleriňizi zynjyrlamagyň tertibi;**

Ähli ugurlardaky saýlanyp alnan temalar wagta,ýerleşýän ýerine ýa-da aýratyn päsgelçiliklere esaslanyp olary bir yzygiderlik halyna getirip bileris. Mysal üçin bu yzygiderlik öten zaman, häzirki zaman,geljek zaman ýaly düzilip bilner. Käbir temalar zynjyr yzygiderligindäki görnüşe eýedir, ýagny döwlet dolandyrylşynyň ugurlary ýaly...

#### **B) Pikirleriňizi garşylaşdyryň;**

Bu pikiri ornaşdyrmadyk halatyňyzda näme diýmek isleýäniňizi aňlatmak üçinýöne ýere wagt ýitirýäniňiz aýan bolar. Şonyň üçin hem pikirleriňizi garşylaşdyrmak netijesinde düşünjeleriňizi saýhallaň. Mundan başga-da “ aýtmak

isleyän zadym...”, “aýratyn hem...”, “ has soňra...” ýaly söz düzümlerini ulanmak peýdalydyr.

**C) Şekilli maglumatlary ulanyň;**

*Gadymy bir ýapon nakyllarynyň birinde şeýle diýilýär: “ Bir gezek görmek ol zat hakynda ýüz gezek eşitmekden gowydyr”. Şeýle bolýan bolsa düşüňjeleriňizi görnüşli ýagdaýa getiriň. Bir şekilden peýdalanyan bolsaňyz her kimiň görmeginiň aňsatlaşmagyna ýygyn ediň. Çykyşda bir tarapdan düşündirip, bir tarapdan bolsa şekillerini görkezýän bolsaňyz çalasyňlyk bu işiň özenidir.*

**D) Diňleýjileriňizi söýüň we olara mähir paýlaň;**

*Adamçylyk diýlen zat öz gözbaşyny sylagdan we hormatdan alyp gaýtýar. Her bir ynsan öz içinde sylaga we hormata mynasyp bolmak duýgusyny jemleýär. Bu duýgyny ýaralan halatyňyzda ol adamy soňky güne çenli ýitirersiňiz. Şol sebäpli hem bir ynsany sylap hormat goýýan halatyňyzda ol sylaga we hormata özüňiz hem mynasyp bolarsyňyz!!!*



## *Işçi Sanders*

*Kim bu işçi Sanders?*

*“Ol, öňünde goýan maksadyna bolan ynanjy bilen, durmuş hal ýagdaýyny üýtgetmegi başaran biri”.*

*Uly ýoluň ýakynynda ýerleşen bir naharhanaçy bardy. Uly ýoluň ugry üýtgedilip, köne ýoldan gatnaw bolmanlygy üçin naharhana çökmäge başlaýar. Emma Sanders hiç hili aladalanmaýardy, çünki aladalanmagyň peýda getirmejegini bilýärdi.*

*Işe girişende elinde nämeler bardy, bilýäňizmi?*

*Ýönekeý towuk taýýarlanylş usulynyň ýazgysy! Hawa, hawa ýalňyş okamadyňyz: “Ýönekeý towuk taýýarlanylş usulynyň ýazgysy” bardy.*

*Naharhana eýelerine towuk taýýarlanylş ýazgysyny satyp gün güzeranyny aýlamak ýaly bir pikir başa bararmy? Emma bu pikir işçi Sandersiň öňünde goýan maksadydy. Sanders bu pikiriň netijesinde durmuşynda bir üýtgeşiklik ýüze çykjagyna ynanyýardy. Özüňizi bu adamyň ýerine goýup görüň. Beýle bir iş etmek isleýän bolsaňyz, bu ýazgyny satmak üçin näçe sany naharhana ýüz tutup bilerdiňiz? Emma men hiç kimiň ýüzden köp naharhana ýüz tutup biler diýip pikir edemok, üstesine-de siz hakda käbirleri “Aklyny ýitiripdir” diýmek ähtimaly hem bar wagtynda...*

*Bütün bu boljak işlere näçeräk adam kanagat edip biler? Emma Sanders umydyňy üzmedi. Ýüz tutanda teklibini kabul etmeýän naharhanalarynyň sany 100-den geçende, Sanders işiň soňuna gelenini bilýärdi.*

*Aslynda alan her “Ýok” jogaby ony has-da köp gamçylaýardy. Emma ol “Taparyn, meniň bilen iş salysjak naharhanany taparyn!” diýýärdi.*

*Bütün Amerikany diýen ýaly aýlanyp çykdy. Gijelerine awtomobilinde ýatyp turýardy. Ýagdaýy öwerlik dälde, emma onuň maksady bardy:*

*“Gözleýän naharhanasyny tapmak” inede sanlar 1001,1002,1003...-e gadam basdy.1009-njy teklipe eden naharhanasynyň eýesi bilen gepleşende, Sanders garaşýan netijesini aldy.*

*Naharhananyň eýesi onuň teklibi bilen gyzyklandy. Birnäçe sagat gepleşdiler, we bu pikirine “bolýar” diýdi naharhananyň eýesi bu “hawa” jogaby bilen birlikde “Kentucky Fried Chicken” esaslandyryldy. **Eger-de bir gün ýolyňyz “Kentucky Fried Chicken” naharhanasyna ýoly kesişse, onuň nyşanyndaky Sanderse salam bermegi unutmaň!***

## ***Adamlar, düşünjeleriniň iň gowusyny saýlap seçerler***

*Dürli wakalary her ynsan dürli görnüşde kabul ediş ukybyna eýedir. Kabul etmek ukybymyz näçe kämil bolsa, saýlap seçmäge mümkinçiligimiz hem şoňa görädir. Mysal üçin, bir adam birnäçe sagatlap telewizor görýär we bu ýagdaý ol adamy hiç hili rahatsyz etmeýär. Çünki şol wagt onuň iň gowy kabul edip bilýän zady telewizordaky görýän şekilleridir. Onuň bu halyny gören erjel we 24 sagatlyk günini 25 sagada çalyşmak isleýän dosty onuň ähli wagtyňy telewizor görüp geçirýänine haýran galar we aladalanar.*

*Bir gün bir adam balyk tutmaga gidýär, we çeňňeginiň ujyny deňize atýar. Çeňňegine bir uly balyk düşýär emma ol kişi bu uly balygy deňize atýar bir az soňra şol herketi ýene gaýtalar, iň soňunda kiçi bir balyk tutar we ony torbasyna atar. Ýanyndakylar ondan näme üçin uly balyklary dälde, kiçi balyklary saýlanyny soranynda su jogaby berýär:*

*-Torbam kiçi bolany üçin, kiçi balyklary saýlaýaryn.*

***Adamlar hem şunyň ýaly aklyna gelen düşünjeleriň iň gowsyny seçerler.***



## ***Öňüňizde goýan maksatlaryňyzy ýazyň. Galam akylyň dilidir...***

*Baý bolmak isleýän ýaş ýetginjek, bu temada kitap ýazan ýazyjynyň ýanyna gelyär we ýazyjynyň özüne baý bolmagyň yollaryny öwretmegini isleýär. Ýazyjy ýetginjege öwretmezden ozal şu öwütleri berýär:*

*-Bu temada maksatlaryňy belläp goý, eger maksatlaryny bellemeseňiz, durmuşyň kararsyzlyk we kynçylyk bilen geçer. Mundan başga-da dürli kynçylyklaryň garşysyna çykmaga güýç tapylmaz.*

*Maksadyň yok bolsa eýe bolan zatlaryň hem hiç hili manysy yokdyr. Howdany bolmaýan derýanyň suwlary peýdasyz akar gider. Eger-de durmuşyň uly jenaby bolmak isleýän bolsaň, maksatlaryňyzy bir kagyza ýaz, hatda hyýallaryňdaky pikirleriň suratlaryny çek.*

*Ýaş ýetginjek dykgat bilen ýazyjynyň öwüdini diňleýär we oňa şu jogaby berýär:*



-“Ýazyjym bu aýdanlaryňyz gowy, emma munyň üçin maksatlarymy kagyza ýazmagyň hiç hili manysy ýok.Meniň maksatlarym ýyllar boýy aklymda we elmydama şolar hakynda pikirlenýärim” diýýär.

Ýazyjynyň öwüt bermegine garamazdan ýaş ýetginjek maksatlaryny ýazmaga ýanaşmaýar.

Ýazyjy:

-Bolýa gapdaldaky otaga geçeli diýýär.

Ýaş ýetginjek otaga girýär we gireninden gapy arkasyndan ýapylýar.Otagda bir kompýuter bar we ekranynda şeýle bir ýazgy geçýär: “Bu otag bir minutdan partlaýar!”

Ýetginjek bu ýazgyny göreninden çykgynsyzlyga düşýär we haýal etmän gapa tarap ylgayar.Gapy ýapyk bolany üçin sesi ýetdiginden gygyrmaga başlaýar.Edil şol wagt ekrandaky ýazylgy duran bir minut azalmaga başlaýar “59,58,57...”

Ýetginjegin çykgynsyzlygy gitdigiçe artmaga başlaýar.Gapy açylmanlygy üçin penjirelere tarap ylgayar,emma penjirelerde demir gözenek bardy.Sekuntlar azalýardy “30,29,28...” Ýenede gapa tarap ylgayar,ähli güýji bilen gapyny ýumruklap sesiniň ýetdiginden “halas ediň...”diýip gygyrmaga başlaýar,sekuntlar azalmagyny dowam edýär: “10,9,8...” Edil şol wagt gapy açylýar we ýazyjy içerik girýär.

-Näme boldy ýigit? diýip sorayar.

-Haýal etmän bu ýerden gaçaly!Az wagtdan soňra bu otag partlaýar, diýip gygyrýar ýetginjek.

Ýazyjy sowuk ganlylygyny elden bermän:

-Ýok,beýle zat bolmaz,nirden çykardyň bu gürrüňi? diýip sorayar.

Ýetginjek haýranlyk bilen kompýuteriň ekrany görkezýär:

-Emma ol ýerde şeýle diýip ýazylgy,diýýär

*-Şeýlemi?diýýär ýazyjy.Ýazgy diýmek dogrydan hem zerur eken adam üçin... Olar ýaly bolsa maksatlarymyzy ýazga geçireli.*

***Bu hekayany okanymdan soňra maksadymy ýazga geçirmäge başladym.Çünki ýazga geçirilen maksadyň her pursat saňa ýol görkezzer!***

## ***Maksadyňyzy ýazyň.Galam aklylyň dilidir***



## ***Kynçylyklar we biz***

*Kynçylyklar size ýüz öwürmege mejbur etýän pursatlarynda kuwwatly arzuwlaryňyz siziň eliňizden tutýar.Arzuwlaryňyz kynçylygyň ýüküni bagtyýarlygyň hyýalyňa öwürýär we häzirki ýeriňizden ýetmek isleýän ýeriňize sary ugrukdyrýar.*

***Zerur bolan zat nireden başlaýşyňyz däl-de, nirä barmak isleýşiňizdir. Üstünde hereket edýän ýoluňyz baryp biljek ýoluňyzdyr.***

*Başaranlaryň ählisi diýen ýaly kynçylyklar bilen ýola çykypdyrlar.Ynsanlyk taryhyny üýtgetmage çalyşanlaryň ählisiniň geçmişi zorluklara beslenendir.*

*Has uly işleri başarmak isleyän bolsaňyz, has-da sabyrly bolmagy başarmalysyňyz.Çydamlylygyňyz we sabyryňyz arzuwlaryňyzyň güýjüne baglydyr.**Kiçi arzuwlar bilen bir hat, uly arzuwlar bilen bolsa bir kitap ýazmagy başararsyňyz.***

*“Bagt guşy başyma gonan bolsady, milýarder bolardym” diýmek arzuwyň güýjüni görkezmez.Hakyky, daglary hem eredip biljek arzuwlardan ugur alyň.Ynsan, eýeçiligine ynanmaýan bolsa eýeçilik etmegi başarmaz.**Almaga taýýar däl bolsaňyz, ol zat berilmäge hem taýýar däl.***

*H.Kolumb , birnäçe aý dowam eden Amerika guralan ýolagçylygynda arzuwlarynyň saýasynda daýanmagy başardy.Gämisinde närazylyklar artýardy.Birnäçe adamy bu dünýä bilen hoşlaşypdy. Ol birnäçe wagtlap ummanyň ýowuz tolkunlary bilen söweşdi.Biz Kolumby eýe bolan üstünligi saýasynda tanawarys.*

*Hakyky arzuw, yşk melhemi kimin sarsyjydyr.Islegleriňiz, arzuwlaryňyz ýadyňa düşende tolgunýarsyňyzmy?Düýşüňizde ýetmän synanyşýan maksadyňyzy görýärsiňizmi?Bu sizi lerzana getirmegi başaryarmy?*

***Şeýle bolsa dogry ýoldasyňyz!***

## ***Girişmek gorkusy***

*Nähili derejede gaýratly bolsaňyz-da bir işe başlamak üçin birinji ädimi ätmekde tolgunmazlyk mümkin däl. Suwa bökmäge gaýratyňyz çatar, emma asyl gaýratlylyk suwa ilkinji böküşde başlanar. Bir işi ýerine ýetirmek nähili derejede çylşyrymly bolsa bolsun ýöne ilki synanşykdan soňra başaryp bilersiňiz.*

*Üstünlik-meşhurlyga ýol açan netijeler bilen bir hatarda alkyşlamaga mynasyp zähmetleri hem orta goýar. Biziň wezipämiz, berkidilen işi doly derejede ýerine ýetirmek we soňunda ýüze çykan netijelere syn etmekdir. Şeýle pikirlenmek, birinji altyn ädimi ätmegi aňsatlaşdyrar.*

*Bir gorky gursagymyzy lertzana getiren we bize “başarmarsyň” diýer. Aslyna seretseň başaryanlar bu päsgelçiligi ýeňip geçenlerdir. Bir işde başarjaň bolman hem başga bir işde tapawutlanyp bilersiňiz. Bu durmuşda ähli zady başarmaly diýen zat ýok. Tebigatyň bize eçilen kanuny şeýle. Şonuň üçin hem “başarmarsyň” diýen düşüňjäni unudyp, ilkinji altyn ädimi ätmekde haýyr bar.*

## ***Çägiňizi bellemän, ýogsa çäkli bolarsyňyz***

*Birnäçe adam özlerine mahsus bolan çägi öňe sürmek arkaly öz ukyplaryndan mahrum bolýarlar. Olar: “**Bu işi başarmaryn**”, “**Men her bir işde şeýle pes netije görkezýärim**”, diýmek bilen ýalňyş pikirleriň ýesiri bolýarlar.*

*Zehinlerimiz has güýçlidir. Biz zadyň hakykat ýa-da hyýaly bolup başa barmajagyna pikirlenmän karar berseňiz, soňra bu döreden päsgelçilikleriňizi ýeňip geçmek kyn bolar. Muňa garamazdan käbirleri: “Men ýazmagy başaramok” diýip zeyrenmeýärler. Aslynda olar hem siziňki ýaly orta mekdepde düzme ýazmagy başarmayardy. Mümkün häzirki wagtda hem bu ýagdaý dowam etýändir. Akylyňyzy we düşüňjeleriňizi çäklendirmek netijesinde, bizde haýsy hem bolsa bir işe bolan gorky düşünje döremäge başlaýar.*

***Haýsy hem bolsa bir ýokary wezipeli adam bolmak üçin ilkinji ätjek ädim “alaçsyzlygy” aradan aýyrmakdyr.***

## ***Açyk göwünli bolmaga çalyşyň***

*Bu güňki güne çenli näçe adama, onuň häsýetiniň sizde galdyran gowy täsiri hakynda aýtdyňyz. Birnäçe adamlar bu işi köp ýerine ýetirmeyärler. Üstesinde daş töweregindäkilerden nähili yzygiderlikde öwürýänligi hakynda soranyňda, berilen jogaplar gynansakda: “soňky gezek haçan öwürülenim ýadyma düşenok”, ýa-da “hiç öwürmedim”, ýaly şekildedir..*

*Töweregimizdäki ynsanlara garşy gowy duýgularyňyzy-dile geçirmekden hiç çekinmän.*

*Birine, onuň gowy aýratynlygynyň sizde galdyran täsiri hakynda aýtmak: garşyňyzdakynyň özüne bolan ynamynyň artdyrmagyna getirer. Birnäçe adamlar başgalar tarapyndan öwürmegine garaşyp sanalgylaryny doldurýarlar. Olar muny aýratyn hem ata-enelerden, dost ýarlardan, ýakynlardan garaşýarlar. Bu pikir adamzat üçin örän täsirliidir. Bu bir söýgi we gowlyga tarap gönükdirilen hereketdir.*

*Arada bir gün dükana gezegime garaşýan wagtym bir waka şaýat boldum. Müşderileriň biri öz etýän hereketiniň ýalňyşlygyna garamazdan, satyjy gyza bir zatlar düşündirmäge çalyşýardy. Satyjy onuň bilen deň bolup gykylyklaşmagyň ýerine, dymmagy özüne makul bildi. Töleg tölemek gezegi maňa ýetende men satyja:’ “Ol müşderä görkezen sabyrlylygyňyza haýran galdym”, diýdim. Satyjy gyz gözlerimiň içine seretdi we şeýle diýdi:*

*“Minnetdar, jenap. Bilyärsiňizmi şu güne çenli meni öwen birinji adam sizsiňiz”. Satyjy gyzyň dogry hereketi hakynda aýtmagym iki minut hem dowam etmedi, emma bu hem onuň üçin hem meniň üçin günüň ajaýyp pursadyna öwrüldi.*



### ***Ajaýyp tebigat***

**“Taňrynyň ýaradan tebigaty mukaddesdir”.**

**Haham Harold Kushner**

*Ýagşy niýetli we giň dünýä garaýyşly ynsanlar hökmünde bize berilen wezipe mukaddes hasaplanmaýan ýagdaýlarda hem mukaddesligi orta çykarmakdyr. Ajaýyp günleriň birinde ýagny dünýä inen naşyja çaganyň ýylgyrşynda ýa-da kenara çarpynýan tolkunlarda tebigatyň gözelligine göz ýetirmek kyn däldir. Emma, ajaýyp görünmeýän; mysal üçin durmuşyň kynçylyklaryndan we ýaşayyş ugrundaky agyr göreşlerden mukaddesligi gözlemegi başararysmy?*

*Günlük durmuşymyzda mukaddesligi görüp bilmek arzuwy içimizi gurşap, alan dürli şertlerde kakykata geçmäge başlar. Munde düşünşmesi kyn adamlar bilen baş alyp çykmak üçin garaýşyňyzyň giňelmegine getirýär we size*



*päsgeľçilik döreden adamlaryň hem tebigatyň bir parçasydygyny ýene-de bir gezek ýatladyr. Bu ugurda kynçylyklara şükür etmäge uýgunlaşarsyňyz.*

*Ýadyňyzdan çykarmaň; Bir zatdaky gőzelligi görmezlik, ol gőzelligiň ýoklygy manysyny bermeyär. Ýalňyşlyk biziň dykgatly bakmaýanlygymyzdadyr.*



## ***Hiç bir zat baky däldir***

*Ýaşayyş elmydama hereketdedir. Ähli zadyň bir başlangyjy bolşy ýaly soňy hem bardyr. Her bag bir tohum bilen başlaýar we näme üçin soňra gaýtadan ýene topraga öwrülýär. Bu ýagdaýyň bu günki günümüzde manysy her bir awtomobil, mehanizimler we egin-eşikler bölekleriniň başda öndürilip soňra parça-parça bolup dargamagydyr. **Bu wagt meselesidir.** Bedenlerimiz dogular we öler. Bu hadysa göz ýetirmek ynsanlary rahatladar. **Her bir***



*öndürilen bulgur iru-giç döwüler. Ähli zat wagtyň geçmegi bilen üýtgäp öz durkuny ýitirýär.*

*“Çünki, hiç bir zat baky däldir”*



## *Giç bolar*

*Adamyň bir mätäç zady-hoş sözdür,  
Hoş söz aýdyň-depesine täç bolar.  
Dirilikde aýdyň, dirikä sylaň,  
Kim bilip dur-bir ýyldan soň giç bolar.*

*Ýagşy sözler gaýnap ýürekden syksyn  
Şol närseden bärden çyksa hiç bolar  
Goldaweriň bir-biregi söz bilen  
Kim bilip dur-bir hepdeden giç bolar.*

*G.Ezizow.*

Ýazyjy Stephen Leyine, şu soraglary sorayar: ***Bir sagat ömrüňiz galan bolsady we diňe bir adama telefon edip bilýän bolsaňyz... kime jaň ederdiňiz, we oňa näme aýdardyňyz?***

***Ýakynlaryňyza, olary nähili derejede söýýänligimizi aýtmaly. Çünki bir gün geler we aýtmaga pursat hem tapylman biler.***

*Ykbalyň ýazgydy bolan, bu setirleri men käbämiň ejemiň doglan gününde ýazýaryn. Biraz soňra Kyblam kakam bilen ejemiň mazaryna zyýarata gitmeli. Käbäm ölmezden öň maşgaladaky ählimizi nähili derejede söýýänligini aýtmak isläpdi. Ahyry ölüm ýassygynda arzuwyny amala aşyrdy. Bu ýagdaý söýgüňizi aýan etmek üçin garaşmagyňa hiç bir manysy ýokdugynyň mysalydyr. Ynsanlara bolan söýgüňizi aýan etmegiň dogry wagty häzirki wagtdyr. Çünki mümkin ýene bir sagatdan giç bolar...*



## ***Duýdansyz ýagşylyk ediň***

*Iň gowy duýgy, eden ýagşylygyňyzyň gizlin galmagydyr. San Fransiskoda baş sany tölegli köpri bardyr. Ilki başlarda adamlar köprüden geçenlerinde yzyndan gelyän ulagyň hem köprüden geçiş tölegini töläp geçipdirler. Yzyndan gelyän sürüji kassa tölegini tölemäge baryar we puluny uzatýar, emma kassada oturan adam oňa tölegiň öňünden geçen awtomobiliň sürüjisi tarapyndan tölenendigini aýtyar. Ine size duýdansyz edilen ýagşylygyň mysaly. Bu kiçijik ýagşylygy yzyndan gelyän awtomobiliň sürüjisinden nähili täsir galdyranyny pikir edip bilýäňizmi? Belki bu ýagdaý onuň diňe şol hem bolsa ýagşy niýetde*

*bolmagyna täsirini ýetirendir. Köplenç berilen ýeke hemäýat, ýagşylygyň hatarynyň döremegine sebäp bolup biler.*

*Duýdansyz edilen ýagşylygyň belli bir mejburlygy ýokdur. Bu çemeleşme ýürekden çykar. Siziň eden ýagşylygyňyz goňşyňyzyň hapasyny aýyrmak bolup biler, adyňyzy bermän ýetimler öýüne berilen kömek bolup biler. Mundan başga-da birnäçe ýagşylyk edip bilersiňiz. Munuň düýp esasy yzyna islenmezden berilen*

*hemäýatyň emele getiren lezzetidir. Munda edilen ýagşylygyň gymmaty we moçberi esasy rol oýnamayar.*

*Her bir eden ýagşylygyňyz sizi dogry ýola gönükdirer we size ynsanperwerligiň esasy ugurlaryny ýene-de bir gezek ýatladar. Ählimiz töweregimizdäkilere elimizden gelenini gaýgyrmadyk halatymyzda, dünýämiz has-da gözelleşer.*

## ***Düşüñjeleriñiz bilen kämilleşersiñiz***

***Düşüñjeleriñiz hereketiñiziñ gözbaşydyr. Hereketleriñiz endikleriñiziñ şaýadydyr. Endikleriñiz häsýetiñizi we adamçylygyňyzy şekillendirýär. Häsýetiñiz bolsa geljegiñizi sergileýän iň zerur faktordyr. Geljegiñizi saýlap bilmek üçin azatlyklarymyz kanun tarapyndan goralýar. Adatça näme pikir edýärsiñiz?***

*Ähli kişi ýöreyän ýolunyň soňunda bar bolan zada eýe bolýar. Dyrmaşýan merdiwanymyza bakmak bilen soňunda nirä çykjagymyza göz ýetirip bilýäris. Dogry dälmi? **Beýik geljege giden ýol, beýik düşüñjeler bilen başlaýar.** Şonyň üçin häzire çenli hiç pikirini hem etmedik beýik zatlaryňyz hakynda pikirlenmekde haýyr bar.*

*Adamlaryň birnäçesi has ýönekeý işlerde işleýär. Munuň manysy açyk: Zehinimizi kämilleşdirmeyäris we özüimize bolan ynamsyzlygymyz üçin, ýoluň yokarsyndan başlamaga gaýratymyz çatmaýar.*

*Işe girmek islänimizde, haýsy wezipede işlemek isleýäris? Käbir adam ‘‘Bir iş bolsa bolýar, haýsy işiň bolanynyň zerurlugy ýok’’ pikiri bilen ýaşaýar. Elbetde, ählimiz hem beýik işleri laýyk bolmagy başaryp bileris. Ynsanlar näme sebäpden öz ukybyna ynanmaýar?*

***Taryhyň sahypalary akyla sygmaýan ata-babalarymyzyň yzlary bilen beslenendir. Olar bu watanyň bir gysym topragy diýip janlaryny hem gaýgyrmadylar. Howa, emma biz!***

***Üns beriň! Üstünligi gözlemän oňa eýe bolmaga çalyşmak ömrüňi boşuna geçirmekdir. Üstünlige diňe onuň gözleginde bolan adamlareýe bolup biler. Uly gözlegleriňiz bar bolsa uly açyşlaryňyz hem bolar. Täsirli adamyň her bir sekundy gözleg bilen geçer. Sizde gözlege başlaň! Emma, gözlege nähili başlamaly?***

*Ukypsyz galan Edison ýaly gözlege çykyp bilersiňiz ýa-da dagyň arkasyny görmeseňiz hem ol ýerde ajaýyp bir tebigatyň bardygyna ynanamak bilen ýola çykmak muňa mysal bolup biler. Gözlege haýsy hem bolsa bir netijäni umyt etmek bilen gityärsiňiz. Umydyň hasyl bolmagy her bir kişini ruhlandyrýar.*

***Durmuş bilmeýän zatlaryny agtarmakdyr - agtarmak bolsa ýaşamakdyr. Düşünjeleriňiz beýgeldiginde, hereketleriňiz we netijeleriňiz hem özgerer.***





## ***Roger Bannister***

*Ýeňil Atletik meýdanynda 1950-nji ýyla çenli uly üstünlikleri gazanypdy. Ol döwürler lukmanlaryň bu ugurdaky ylmy gözlegleriniň esasynda “bir mili 4 minutdan az wagtda ylgap geçmek mümkin däl” diýen düşünje bardy.*

*Bu negatíf pikirler, ýeňil atletika bilen meşgullanýan türgenlere zyýanly täsirni ýetiripdi. Hatda türgenler bu pikir bilen ysnyşyp bir mili 4(dört) minutdan az wagtda ylgap geçmäge synanşmak hem islemeyärdiler.*

*Türgenler geçirilýän ýaryşlarda mundan beýläk rekord goýmak üçin däl-de, diňe birinji bolmak üçin ylgayardylar.*

*Roger Bannister 1953-nji ýylda, bir ýyl soňra geçiriljek ýaryşa bir galanda bir mili 4(dört) minutdan az wagtda ylgap geçmek üçin taýynlanmaga başlaýar. Bir ýyl boýunça türgenleşdi, türgenleşikleriniň arasyny hiç kesmedi. Emma Roger bu boljak ýaryşda maksadyňa ýetmek üçin fiziki taýdan ukybyny ýokarlandyrmak bilen çäklenmän, psihologiki taýdan hem özüni taplaýardy.*



*Mundan soñra aklynda bir düşünje bardy: Bir mili 4 minutdan az wagtyň dowamynda ylgap geçmek... Munuň üçin elinden gelenini gaýgyрмаýardy.*

*Özüne ynanyardy. Mydama ýaryşdan soñra goýjak rekordy hakynda pikirlenýärdi. Ine ýaryş günü geldi.*

*Maksadyna ýetjegine ynanyardy. Roger ýaryşda birinji bolup geldi: emma bu onuň üçin ýeterlik däl. Siziň pikiriňizçe rekord goýup bildimi? Roger netijesini görkezýän elektron grafige tarap seretdi. **Grafikde ýazylan san 3,59-dy.** Ýagny Roger Bannister başarypdy.*

***Ol bilýärdi rekort goýmak üçin fiziki güýjünden başga zehin güýjiniň hem zerurdygyny. Sebäbi ynam ähli zatdan ýokary häsiýetlendirilýär.***



## ***Ugurtapyjy şa***

*Ýaş, akyllý we gaýratly bir şa, yzly-yzyna ýeňişler gazanypdy. Soňunda şanyň iň beýik garşydaşy bilen ýüzleşme wagty geldi. Bu söweşde ýeňilse bar edeni puçdy. Ol ýeňjegine ynanyardy, emma serkerdelerinde ilkinji gezek ikerjiňlenme duýgusy bardy.*

*Generallary toplady, jübüsinden bir teňňe çykardy. Generallar näme boljagyna sabyrsyzlanýardylar. Şa: “şekil gelse ýeňiş biziň tarapymyzda, eger ýazgyly ýüzi düşse ýeňiş duşmanyň haýryndadyr” diýýär. Teňňe oklandy we ýere şekilli tarapy düşüpdí.*

*Serkerdelerde ýeňjeklerine bolan ynam döredi. Şeýlelikde güýçli bir depgin bilen söweşe başladylar we soňunda ýeňiş gazandylar. Ýeňiş gününüň baýramynda generallaryň biri: “Teňňäniň şekilli ýüzi geleninden soňra ýeňiş ynamy döredi” diýdi. Galanlary hem generaly makulladylar. Şa: “Sen şeýle pikir et” diýdi, ýaş şa, jübüsinden metal teňňäni çykaryp hemmelere görkezdi. Teňňäniň iki tarapy-da şekillidi.*

***Sen ynamyňy ýokarlandyrdygyňda öňüňdäki päsgelçilikler we içiňdäki gorkular kiçelmäge başlar!***



## ***Bahana-ýaltalygyň gözbaşydyr.***

*Eliňizi aýagyňyzy zynjyrlasalar we bedeniňizi bir kapasa goýsalar-da ýüregiňizi durdurmagy başarmazlar. Zyndandan çykmaýan biriniň gany bilen ýazan kitabyňy okanyňyzda muňa giňişleýin göz ýetirip bilersiňiz..*

***Haçan durarsyňyz?** Haçan-da ýüregiňiz we wyždanyňyz suwsanda! Haçan-da beýniňiz ýüz öwürende. Haçan-da bahanalar durmuşyňyzy gaplap alanda.*

*Bahanaçyl pişik ýetip bilmedik etine “zaýa eken” diýer we etden ýüz öwürer. Bahanaçyl däl pişik ol ete ýetip bilmejegine göz ýetiren badyna başga bir etiň gözlegine çykar. Hakykatdanm hem päsgelçiliklerimiz bolup biler. Guşlar ýaly uçup bilmeris, çünki ganatlarymyz ýok. Akylly adam haýsy päsgelçiligiň hakykat haýsynyň bolsa hyýalydygyny arasyna serhet çekip bilen adamdyr...*

*Ýüküni maşgalasyna äkidip barýan garynja garşysyna çykan daşdan ýa-da çukurdan yza dönmek, ýagny “ýolum ýakyndy” diýmez. Ýaşan pursatynda päsgelçilikleriň çözüwüniň gözleginde bolar.*

***Üstünlik ýoly päsgelçiliklerden doludyr. Baý ýa-da garyp, meşhur ýa-da unudylan bolsun ähli kişi şol birmeňzeş päsgelçiliklere sezewar bolýandyр.***

*Bir işi ýerine ýetirmegi başarmarys, diýip pikir etýänligimiz üçin bahanalaryň gözlegine çykýarys: “Men başarmadym, çünki munuň sebäbi bardy. Eger-de maňa pursat berilen bolsady haýsy işleri başarardym”, diýýäris. Size pursat berilmedimi? Emma taryhda yz galdyran meşhur adamlar garyplygyň, hassalygyň, bahyllyklaryň ýowuz garşylygyna garşylyk görkezmegi başaran adamlardyr.*

***Bahana etýän adam hem özüniň hem başgalaryň öňüne sarsmaz böwet bolar.***

***Bir ynsana ýöne ýerden “başarmarsyň” diýmek onuň ynanjyny pese gaçyrmakdyр. Başarjaň adamlar islendik şertlerde özüni oňyn alyp çykyp biljek adamlardyr. Emma bahana gözleýänlerbolsa bir işi etmek üçin laýyk gelyän günlere garaşyp ömrüni soldyrarlar .Şol laýyk gün gelende bolsa ol işi etmegiň ýerine dynçlygyny ýitirmezlige çalyşarlar***

## **“Sabyrly bolmak”**

*Maksadyňyza ýetmek üçin bu ýolda sabyrly bolmak has zerurdyr. Sabyrly bolmagy başaranyňyzda, durmuşy öz islegleriňize görä däl, aslynda bolşy ýaly kabul etmäge başlarsyňyz. Sabyrsyzlyk netijesinde, dürli päsgelçilikler garşyňyza çykyp biler. Aňsatlyk bilen gaharlanyp, ýakynlaryňyzdan araňyzy uzaklaşdyrar. Sabyr ýaşaýşyňyza sütün we kabul edip bilijilik ukybyny berýär. Sabyrlylyk ýüreklere rahatlyk paýlar.*

*Mundan başga-da sabyr başga ynsanlaryň erbet niýetli bolmalydygyny görüp bilmekdir. Öýde 2 we 4 ýaşlaryndaky iki çagam bar. Men bu kitaby ýazýan wagty 4 ýaşyndaky gyzym birnäçe gezek otagyma girip ünsümi bölüpdi. Bu ýagdaý bir ýazyjy üçin rahatsyz ediji bir ýagdaýdyr. Muňa garşy hereketim bu ýagdaýyň üstünde uzak durmazlykdyr. Dogry; işimi bitirip bilemok, aklyma gelen pikirler gelşi ýaly ýitip gidýär, bu gün işlemek üçin bar bolan pursadym şudy... Munuň ýerine gyzymyň näme sebäpli meni görmäne gelenini özüme ýatladyaryn; ýanyma gelmeginiň sebäbi işimi bozmak däl-de, gyzymyň maňa bolan söýgüsidi. Bu gowy pikiri ýadyma salanym-da, işimde şatlyk bilen sabyr peýda bolup ünsümi jemlemäge goşandyny goşýar. Mende döran gaharym ýuwaş-ýuwaş azalmaga başlaýar we ýene bir gezek bu ajaýyp çagalarymyň bolany üçin özümüň nähili bagtlydygym hakynda oýlanýaryn.*

*Netijede bu işi isleýşiňiz ýaly çözüp bilersiňiz hem ynsanlary hem-de sizi rahatsyz eden bu ýagdaýa göz ýetirip bilersiňiz. Muňa göz ýetirmek siziň has-da sabyrly we rahat bolmagyňyza täsirini ýetirip, geçmişde siziň gaharlanmagyňyza sebap bolan pursatlardan lezzet almaga başlarsyňyz.*



### ***Nähili başarmaly?***

*Nähili başarmaly? “Ýedi ölçe, bir kes!” Haýsy hem bolsa bir maksadyň eýesi bolanyňdan soňraky ikinji ädim ol maksadyňa ýetmek üçin gerek bolan ýollary saýlamakdyr. Bu ýollaryň iň gysgasyny, iň amatlysyny, iň dogrusyny häsiýetlendirýän ulgama “Strategiki planlama” diýilýär. Strategiki planlamanyň maksady üstünlik üçin dogry bir ýol kartasyny häsiýetlendirmekdir.*

*Bir planyň eýesi bolmak näme üçin peýdaly? Plan, pikiriň dolandyrylmagy diýmekdir. Ol ynamy artdyrmak bilen bir hatarda barlag duýgusyny oýandyrar. Näbelliligiň emele getirijisini ortadan ýoklaýar. Planlama ýalňyşlyk göýbermegiň üstüne düşen paýyny azaltýar. Planly hereket etmek, başda pikirlenip, soňra herekete geçmek diýmekdir.*

*Käbir kitaplarda dürli milletleriň planlamaga bolan garaýşy şeýle beýan edilýär:*

***“Ýewropalylar bir iş etmekden ozal ilki pikirlenýärler we soňra ol işi ýerine ýetirýärler. Olarda şonuň üçin öňe gidişlik bolýandyr. Emma Afrikalylar işi başda ýerine ýetirýärler we soňra pikirlenýärler. Şonuň üçin hem yza galýarlar. Biz türki milletler bolsa “Kerwen ýolda düzüler” düşüňjesi bilen bir işi ol işi ýerine ýetirýän***

*pursatlarymyzda pikirlenýäris. Şonuň üçin hem ne öňe gidişlik bar ne-de yza galmak”.  
Planly ýaşamak: başda pikirlenip soňra herekete geçmek diýmekdir.*



### **“Garayyş”**

*Men, bu usula birnäçe wagt mundan ozal göz ýetiripdim. Başgalara bolan garaýşyňyzda bu çözgüdiň möhüm usullarynyň biridir.*

*Sizi yzygiderli gaharlandyryp durýan bir adamy pikir ediň. Soňra gözleriňizi ýumuň we sizi yzygiderli gaharlandyryp durýan bu adamy, bir çaga bolan bolsa diýip pikir ediň. Olaryň kiçijek mähirli gözlerini hyýal ediň. Unutmaň çagalaryň ýalňyşlyk göýbermegi tebigy zatdyr we ählimiz bir wagtlar çagadyk. Indi bu wagtyň 100 ýyl soňrasyny pikir edeliň we şol bir adamyň 100 ýaşynda ölüm ýassygynda ýatanyny göz önüne getiriň. Solan we kütelişen gözlerini, ýüzündäki emele gelen ýygralygy görmäge synaňyň. Ol ýygralykda, durmuşa göz ýetirmegiň we edilen ýalňyşlyklaryň puşmanlyklary jemlenendir.*

*Unutmaň biziň hem ýüz ýaşa ýetmegimize ýa-da ölüm ýassygynda ýatmagymyza galan gün sanardan köp dälendir...*

***Bu beýan edilen usuly özüňizçe üýtgedip hem bilersiňiz we bu usul size elmydama öz netijesini bermegini dowam eder. Eger maksadymyz gowy bir ýola gönükdirilen bolsa, onda başgalara garşy ýaramaz pikirde bolmaly däldirs.***





### ***“Söýmek”-ukybyňyzy kämilleşdiriň.***

*Durmuşa bolan garaýyşy kemala getirmek üçin iň zerur ädim, töweregiňizdäki ynsanlary söýmek bilen başlar. Söýgi-bu başga adamlaryň ýagdaýyna düşünmegi talap edýän duýgydyr. Özüňizi başga adamyň ýerine goýup, ol adamyň kynçylygyny duýan halatyňyzda, onda şol adama bolan garaýyşyňyz düýpgöter özgerer. Netijede eliňizden gelse ol adama kömek edersiňiz, iň bolmanda şükür etmegi öwredersiňiz.*

*Söýgi wakalar netijesinde hakykata geçýän zatlaryň biridir. Onuň iki bölegi bardyr: niýet we hereket. Niýet-bu diňe ýüregiňizi başgalara açmagy ýatladar. Hereket bolsa, bu ugurda ýerine ýetiren işleriňiziň toplumydyr. Göwnüňize görä pul ýa-da haýsyda bir maddy gymmatlyk bagyşlap bilersiňiz. Ýolda gören adamlaryňyza ýürekden bir ýylgyryş bilen, salam bermek hem bagyş etmegiň bir görnüşidir. **Ýerine ýetirilen ýönekeýje iş, ýerine ýetirilmedik uly işlerden gymmatlydyr.***

***Bu dünýäde has uly işleri ýerine ýetirip bilmeris. Işiň syry kiçi iş hem bolsa ony uly söýgi bilen ýerine ýetirmekdedir.***





## ***Rahat ýöne zehinli adamlar üstünlige ýetip bilmez diýänlere...***

*Köpimiz islendik wagt aljyraňly we durmuşy ýaryş hökmünde görmegimiziň asyl sebäbi, rahat hereket etmek-bu biziň maksadymyza ýetmegimizde kynçylyk döreder diýip pikir edýän gorkylarymyzdadyr.*

*Aslynda tersine ähli ýagdaýyň garşysynda rahat saklanyp bilmegiň doly netijedigini ýatdan çykarmaň. Gorky we alada bilen ýaşamak uly mukdarda içki daýanç güýjiňizi bölüp alýar. Netije-de bu ýagdaý islegleriň we zehiniň körelmegine sebäp bolýar. Gorky we alada bilen ýaşayan wagtyň hiç bir zadyň tagamyny almaz hala gelyärsiňiz. Ähli zadyň birkemsiz bolmagyny isleýänler, hiç wagt maksadyna ýetip bilmez. **Çünki bu durmuşda ýalňyşmazlyk üçin ýalňyşýarys.***



## ***Üstünligiň syryny öwreniň we öwrediň!***

*ABŞ-da alymlar esasan garaýagyzlaryň ýaşap, işsizligiň höküm sürýän ýerlerinde barlaglary geçirýärler we barlagyň netijesinde bir hasabat taýýarlaýarlar. Hasabatyň mazmuny geň galdyryjydy. Hasabaty taýarlan alymlaryň pikirine görä bu ýerdäki çagalaryň bozulup tussaghana düşüp biljegini aýtýarlar.*

*Barlag netijesindeki habarnamanyň mazmunyna görä bu çagalaryň hiç biri mynasyp käriň eýesi bolmaz, ýagny jemgyýete öndüriji bolup däl, sarp ediji bolup goşularlar. Habarnama toplanyp bir kitaphananyň arhiw bölümüne goýulýar we birnäçe ýyllap bu habarnama bilen hiç kim gyzyklanmaýar. Mundan 30 ýyldan soňra diplom işine psihologiýa ugrundan taýýarlanylýan talyp kitaphana barýar we arhiwden maglumat gözlemäge başlaýar. Maglumatlaryň arasyndan 30 ýyl öň taýarlanylýan habarnamany tapýar. Diplom işini taýarlaýan talyp bu habarnamany üstinde gyzyklanmaga başlaýar. Gözleg netijesinde bir täsin netijä gabat gelýär. Habarnamada ady geçen bir garyp,*

geljegi ýok diýip görkezilen çagalaryň biriniň tersine meşhur adwokat bolup ýetişenini görkezýär. Ol adwokaat talyba habarnamada geljegi ýok diýlip çaklanylan adamlaryň ýagdaýynyň gowydygyny we atly adamlar bolup ýetişendigini aýtýar. “Bu nähili bolýar?” diýip soralandy, ol adam bu soragyň jogabyny diňe hemmämiz bileleşenimizde jogap berip bileris diýip jogap berýär. Ol adam talyp bilen birlikde ähli çagalyk dostlaryny agşamlyk naharyna

çagyryýar. Ine-de agşam naharyndamyňmanlar saçak başyna geçdiler we olaryň ählisi-de özüne göwni ýetýän adamlardandy. Olaryň üstünlige ýetmekleriniň sebäbi bir nokatda birleşýärdi, ýagny üstünlige ýetmeklerine bir mugallym sebäp bolupdy.

Bu mugallym olar ähli duş gelip biljek kynçylyklara garamazdan kynçylyklary ýeňip geçjekdiklerine ynandyrmak bilen olara şeýle diýýärmiş: “Dünyäde kynçylyk diýen bir zat ýokdyr. Kynçylyk diýen pikir etýän zatlarymyz ýönekeýje netijelerdir. Adamlar islese ähli kynçylyklaryň hötdesinden gelip bilýär. Kynçylyklar önünde böwet bolmak üçin däl, olary

ýeňip geçmek üçin bardyr”. Mugallym her gün irden okuwçylaryň synp tagtasyna we okuwçylaryň depderlerine ýazdyryýan bir sözlemi bardy:

“Ynsan başarjagyna ynanyýan ähli zadyny başaryp biler”. Bu sözlemi her gün synp tagtasyna we depderlerine ýazan okuwçylar, her gün bu sözlemiň dogrydygyna az hem göz ýetirerler we hakykatdanda başarjagyna ynanan ähli zatlaryny başarandyklaryny belläp geçerler.

**Eger-de dünýäde bir ynsan bir işi edip başaryýan bolsa, bu işi ähli kişi hem öz derejesinde öwrenip biler.**



### ***Suraty tutuşlygyna görüp bilmek.***

*Ýokary okuw jaýyndaky professorlaryň biri eline kiçi bolmadyk bir guty bilen derse girýär. Hiç zat düşündirmän, gutydan bir gap çykaryp stolyň üstünde goýýar, soňra gabyň agzyna çenli tennis toplary bilen doldyrýar. Yzyndan talyplardan gabyň dolup-dolmadygyny sorayär.*

*Talyplaryň ählisi gabyň dolydygyny aýtýarlar, bu sapar professor gutydan çykaran çagyl daşlaryny eläp gaba dökýär we çagyl daşlary gaýyp tennis toplarynyň arasyndaky boşluklary doldurýar. Professor ýene-de talyplardan gabyň dolup dolmadygyny gaýtadan sorayär, olaram “hawwa doldy” diýip jogap berýärler, professor bu gezek gutydan gum çykaryp we gummy ýuwaşlyk bilen gaba dökýär.*

*Mundan soňra çagyl daşlarynyň arasyndaky boşluklary gum bilen doldurýar we gaýtadan talyplardan gabyň dolup-dolmadygyny sorayar, talyplar bolsa hemmesi bilelikde “hawwa doldy” diýip jogap berýärler.*

*Bu gezek professor gutydan iki çayly bulgur alýar we gaba boşatýar. Bulgurdaky çay hem gumlaryň arasyndaky boşluklary doldurýar.*

*Biraz soňra professor: “Bu gaby siziň durmuşyňyzy häsiýetlendirýändigini düşündirmek üçin görkezdim” diýýär.*

*“Mundan başga-da; bu tenis toplary durmuşyňyzdaky zerur zatlardyr. Maşgalaňyz, çagalaryňyz, saglygyňyz, dostlaryňyz we siz üçin zerur bolan zatlardyr. Başgalaryny ýitirseňizde bu zerur zatlar galar we durmuşyňyzy doldurar.*

*Ol çagyl daşlary bolsa zerurlygy az bolan galan zatlardyr: işiňiz, öýüňiz, awtomobiliňiz we. ş.m... gum bolsa ownuk zatlardyr.*

*Emma, gaby ilki gum bilen dolduran bolsaňyz, çagyl daşlaryna we aýratynda tenis toplaryna ýer galmazdy. Bu getirilen mysal durmuşyňyzda-da öz ornuny tapýar. Wagtyňyzy we güýjüňizi ownuk-uşak zatlara sarp etseňiz, esasy özüňiz üçin zerur bolan zatlara wagt galmaz. Özüňi bagtly edip biljek zatlara tarap ünsüňizi çekiň.*

*Talyplaryň biri; “Ondan, iň soňunda goýulan iki bulgurdaky çay näme manyny berýär?” diýip sorady.*

*Professor ýylgyryp: “Bu soraga garaşýardym sizden, durmuşda işiňiz näçe kyn bolsada, muňa garamazdan dostlaryňyz we ýakynlaryňyz bilen geçirmäge wagt tapylar diýmekdir” diýip belleýär.*



## *Gadymy hekaýa*

*Gadym wagtlarda uzak bir ýurtda gün güzeranyny dagdan ýonup alan mermerlerni satmak bilen dolandyryýan ussa ýaşapdyr. Ýonuýy ussa endamyny ýakyp barýan güniň aşagynda dagy ýonmakdan ýadap zeýrenmäge başlaýar:*

*“Ýadadym bu durmuşdan... Dowamly mermer ýonmakdan, agyr işlemekden ýadadym... Dag uly, men bolsa kiçi. Eý Taňrym! Men nahili güýçsiz... Hem-de bu endamyň ýakyp ýandyryp barýan gün... Onuň ýerinde bolmak islärdim, ol ýerde beýikde ähli zada häkim bolmak, nuryň bilen dünýä ýalkym saçmak gör nahili gowy bolardy” diýýär.*

*Günlerde bir gün munuň ýaly zeýrenmegini dowam edip durka bir keramat bolup geçýär. Mermer ýonuýy ussanyň dilegi kabul bolýar. Ussa güne öwrülýär we gök ýüzüne*

şöhle saçmaga başlaýar. Dileginiň kabul bolany üçin ussa özüni bagtly saýýardy,emma ine çar tarapa şöhle saçayyn diýeninde bulutlaryň päsgel berenini görýär we ýene zeyrenmäge başlaýar:

*“Ýönekeý bulutlar meniň kuwwatly ysýklarymyň öňüni ýapyp bilýär. Onda meniň güýjim nämä ýaraýar! Şonyň üçin bulut bolsadym” diýýär.*

*Dessine buluda öwrülipdir. Gök ýüzinde aýlanmaga başlapdyr, bu ýerden ol ýere gonup, ýagyn ýagdayrýarmyş.*

*-Şatlygy uzak sürmeýär, şemal bulutlary dagatýar.*

*Ýonyjy ussa ýene zeyrenmäge başlaýar:*

*“Bir şemal meni bular ýaly çalt dagadyp bilýän bolsa meniň güýjim nämä ýaraýar, şemal bolmak isleýän” diýýär.*

*Mermer ýonyjy ussa sözünü bitirip-bitirmän bu gezek hem şemala öwrülip duruberýär. Soňra şemal,dünýä ýüzüne öwürmäge başlaýar, tüweleý turuzyp, ýer ýüzünü lerzana getirýär. Birden hem uly dag garşysyna çykýar. Şemal dagy geçip bilmeyär we saklanyar. Bolan zatlara geň galyp ýene zeyrenmäge başlaýar:*

*“Ýönekeý bir dag meni saklamagy başaryar, onda meniň şemal bolmagym nämä gerek diýýär. İn gowusy men dag bolayyn” diýýär.*

*Şonlyk bilen bu dilegi hem hasyl bolýar, dag ýonyjy mermer ussasy uly daga öwürülýär. Edil şol wagt biri dynman dagy döwýänini, özünden bölekleriniň gopýanyyny bilýar. Bir seretse dagy köwýän bir mermer ussasy.*

*Ähli zada öwrüldi emma ahli zadyň hötdesinden gelip bilýän güýçli zadyň adamdygyna soňra göz ýetirdi.*

*Özüni tanamak in zerur zatlaryň biridir. Çünki özüni tanamazdan üstünlige ýeten yokdyr.*





***Unutmaň; Mundan 100 ýyl soňra dünýäde has başka  
adamlar peýda bolar.***

*Dünýä hakynda söz açylanda, onuň ýüz ýyly has uzak bir wagt aralygy däldir. Emma dogry bolan bir zat bar: Ýüz ýyl soňra hiç birimiz diýen ýaly bu planetada bolmaýarys. Ine bu ýagdaýa dogry düşünmegi başaranymyzda stresli ýagdaýlardan baş alyp çykmaga öz goşandyny goşar.*

*Awtomobiliňiziň tigiri ýaryldy, ýa-da öýüň açaryny unudanyňyz üçin birnäçe wagtyňyzy ýitirdiňiz we bu zýýanyň ýüz ýyl soňra siz üçin zerurlugy bolup bilermi?*



*Biri size nădogry çemeleşdi, tăze awtomobil alyp bilmediňiz, hyýalyňyz başa barmady... năme bolupdyr? Sizi gynandyran bu ýagdaýa ýüz ýyl soňra ser-salanyňyzda ýöne ýere özüňizi bitirmäge girişendigiňize göz ýetirersiňiz.*



### ***Duz we suw.***

*Obanyň ýaşulysy agtygynyň yzygiderli ähli zatdan zeýrenýändigini, ähli zat onuň üçin gyzyksyzdygyna göz ýetirýär, we agtygynyň bu ýagdaýyna gynanýar.*

*Bir gün agtygyny ýanyna çagyryýar we aşhanadan bir bulgur suw bilen bir gysym duz getirmegini isleyär. Oglanjyk bu zatlary getireninde, atasy duzyň ýarsyny bulgara guýup garmagyny we bu duzly suwy “içmelidigini” aýtýar. Oglanjyk, duzly suwy içip içmän agzyndakylary tüýkürmäge başlaýar.*

***Atasy:***

*“Agtygym nähili?” diýip sorayar. Agtygy ýüzüni üýtgedip: “Şor” diýip jogap berýär.*

*Atasy agtygynyň golundan tutdy we ony daşaryk çykardy. Gürlemän az ilerdäki kölüň gyrasyňa äkitdi. Atasy agtygyna: “eliň aýasyndaky galan ýarym gysym duzy köle guý we kölden guýyp suw iç diýdi. Agtygy aýdylany etdi.*

*Ýaşuly gaýtadan sorady:*

*“Tagamy nähili?”*

*Oglanjyk:*

*“Rahatlattyjy” diýip jogap berdi.*

*“Duzuň tagamyny aldyňmy?” diýip sorady atasy.*

*Agtygy: “ýok” diýip jogap berdi.*

*Ýaşuly kölüň gyrasynda dyza çöküp otyran agtygynyň ýanynda otyryp şeýle diýýär: “Durmuşdaky kynçylyklar hem duz ýalydyr, ne azdyr ne-de köp. Hakykatda zyýanyň mukdary elmydama birmeňzeşdir. Ýöne bu kynçylygyň täsiri, adamlaryň dürlüligine bagly. Ýagny adamlaryň kabul edijiliginiň giň we darlygyna bagly. Şonuň üçin hem sen mundan buýana bulgur bolmagy goý-da we köl bolmaga çalyş” diýip nesihatyny tamamlayar.*

## ***Göreşden ýüz öwürmeýän pälwan-ýeňilmez.***

*Egsilmez gaýrat bilen üstüne hüjüm edilende gorky başyny alyp sizden gaçmaga başlar. Belentlikden gorkan uçmagy, gylyçdan görkan söweşmegi başarmaz. Atababalarmyz hem, “serçeden gorkan dary ekmez” diýip aýtmagy ýöne ýere dälidir.*

*Özünden baş esse uly ýüki daşayan zahmet söýer garynjany gördüňizmi? On gezek, ýüz gezek, müň gezek synanşar emma ruhdan düşmez. Üstesinede möçberi boýunça garynja meşhur agyr atletikaçydan has güýçli çykar. Bahanasy ýokdyr garynjanyň, ýa başarar ýa-da üstünlik ýolunda ýok bolup gider.*

*Güýçli şemal garynjalaryň öýüni dagydar we ýüzlerçesi sil suwyna garyşyp gider. Emma şol ýagdaýda hem olar synanşygy bes etmezler, garşysyna çykan otlara ýa-da daşlara dyrmuşmaga çalyşarlar. Ýagyş ýagmagyny bes eder: garynjalaryň ölmän galanlary işlerine girişerler.*

*Ýaşayşyň garynjalara peşgeş beren kynçylyklary, durmuşyň bize eçilen päskelçiliklerinden ýeňil dälidir. Birdamja ýagyşyň üstlerine düşmegi olara suw guýlan ýaly täsir eder. Munda ezilen garynjalaryň şekili beýik watançylyk urşunda şehit bolan gerçekleriň şekiline çalym eder. Her ýagyşda öýleri başlaryna ýykylan garynjalar ruhdan düşmeýän bolsa, bize haýsydyr bir päsgelçilik ýa-da kynçylyk öz täsirini ýetirip bilermi?*

*Ynsanlar başarnyksyz görnüşde hiç kime nusga bolmak islemez. Ählimiz hormat-sylagymyzy janymyzdan eziz göreris. Başarmazlyk aýyp düldir, essasy aýyp bolan zat başaryan zadyňy etmezlikdir.*



### ***Mümkinçilikleri elden bermäň. Işsizlik.***

*Päsgelçilikleriň arkasynda täze pursatlar gizlenýän bolsa...? Munda, baş alyp çykmak bahanalaryň içinde bir ýerde gizlenýän bolsa näme ederdiňiz? Onda bahananyň gabyny döwür, şeýlelikde ol gap içindäki pursatlaryny eçilsin.*

*Her garayşyň arkasynda bir pikir, her gijäniň arkasynda bolsa bir gündiz bardyr. Her ýoklukdan bir barlyga, her päsgelçilikden bir mümkinçilige ýol açyp bilersiňiz. Kynçylyklarňyzdan ders almagy başaryň. Işsizlik-güýçsizlikdir, mätäçlikdir, açlykdyr, dertlilikdir, terk edilişdir, çäresizlikdir, ejir çekdirmek we ejir çekmekdir. Hiç kim işsiz galmak islemez emma galalaryňda-da çäresini gözlemek zerurdyr.*

*Bu durmuşa geldik we şonuň üçin hem ýaşamaga mejbur bolýarys, ýa ýaşamaly ýa-da ýaşamaly. Şeýle bolýan bolsa päsgelçiliklere we kynçylyklara baglanyp galmalyň. **Özüne ejir çekdiren adam ömrüni öz eli bilen gysgaldar.** “Boljak işe çäre ýok” diýipdirler könelerimiz. Bolan zat üçin gerekinden artykmaç gussalanmak hiç birimize hem peýda getirmeyär. Derdiňize derman bolup biljek gizlin mümkinçilikleri görüp bilmegi başaryň we ajynyň tagamyny datly miweleriň tagamyna öwürüň.*

*Bu ugurda sabr etmekde haýyr bar...*

**1**

***Bir ömurde müň alada-gaýgy bar,***

***Adamlaryň garasy bar, agy bar.***

***Sükür, ýöne ähli zadyň çägi bar.***

***Gyssanma, hemme zat ýerbe-ýer bolar.***

**2**

***Mydam bolup durmaz dokuzyň doly,***

***Başıňyz belent tut, pesde tut päli.***

***Küşdün mallarynyň dikilşi ýaly***

***Gyssanma, hemme zat ýerbe-ýer bolar.***

**B.Hudaýnazarow**



## ***Pikirlenmek bütün adamzady biri-birine nähili baglap biler?***

***Erk-islegiň bolan ýerinde, elbetde bir çykyş ýoly bardyr.***

*Arzuwlaryňyzy hasyl etmek öz ukybyňyzyň çägendäki zatlaryň biridir. Üstünlikler bolsa düşüňjelerimiziň netijesidir.*

*Üstünlik gazanmak we oňa eýe bolmak ukyby öz içimizde jemlenendir. Has ýokary derejede tamamlanan ýönekeýje işler has uly işleriň pursat gapylaryny açar. Bir işi ýerine ýetirmäge bolan erk ýa-da isleg güýji ynsanlaryň üstünlik gazanmagyny üpjün edýän in zerur zatdyr. **Ýagny, hiç kimiň çäklendirmegi mümkin bolmadyk bir güýç.***

*Her bir adamyň haýsy hem bolsa bir işi ýerine ýetirmäge bolan erk-isleg duýgusy bardyr. Çünki, бүтин bilkastlaýyn hereketleriň ýüze çykmagyna sebäp bolýan zat adamyň içki duýgularydyr. Bir işi ýerine ýetirmäge bolan erk-islegiňiz durmuş hal-ýagdaýyňyzy dolandyrar.*

*Sen hem, ähli adamlar ýaly eken bagyň miwesini iýersiň.*

*Her ynsanyň kynçylyklary dürli-dürlidir. Sizi hiç bir ýere däl, diňe bir ýere eltyän ýol saýlamalysyňyz.*



***Hiç kimiň sözünü kesmäň, onuň sözünü tamamlan siz bolmaň!***

*Birnäçe wagt bäre başgalaryň sözünü kesýänimi we gürrüňini bölýänimi bilmeýärdim. Muny bilenimden soňra bu endiklerimiň nähili zyýanlydygyna göz ýetirdim. Diňe bir ol adamlaryň maňa bolan sylag-hormatyny basgylaman, iki akylyň arasynda bolmaga çalyşyp bar güýjümi sarp edýärdim.*

*Şuny pikir ediň, garşyňyzdaky adamy howlukdyrsaňyz, sözünü kesip, sözlemine çalt tamamlamagyna sebäp bolarsyňyz. Aslynda aýdanyňda hiç kim bu ýagdaýa düşmek islemez. **Çünki, sözünüň bölünmegi, ýagny pikiriniň töweregindäkileri***

*gyzyklandyrmazlygy ol adam üçin sylanşyksyzlykdyr. Garşyňyzdakynyň sözünü bölmeklige, ony diňlemek islemezlik hökmünde garalýar.*

*Siziň bilen söhbet edýän adamlaryň aýdanlaryna gulak asyp diňläniňizde, ol siziň bilen söhbet etmekden ganyp bilmez. Başgalaryň sözünü bölmeseňiz bu ýagdaý sizi hem rahatlyga iterer. Söhbediň gerimi soňra lezzet bermäge başlar. Bu-da has ylymly we giň dünýägaradyşly adamlaryň biri bolmagyň aňsat ýollarynyň biridir.*

## ***Eger-de bu zemine “Il näme diýer?” diýen düşünje aralaşmadyk bolanda, adamzat gör nähili üstünlikleriň eýesi bolardy?***

**Aristotel**

*Ilki bilen pikirlenmegiň nähili güýçli bir zatdygyny tapawutlandyryp bilmegiňizi isleýärin. Meselem, gorky düşünjesi ynsanlaryň saçlarynyň bir gijede agarmagyna sebäp bolup bilýär.*

*Mundan başga-da, ölüm jezasyny berlen jenaýatkär bilen baglanyşykly bolan waka.*

*Ölüm jezasyna duçar bolan bir adam özünde bir tejribäni geçirilmegine razy bolýar. Ol adama tejribäniň soňuna çenli çydap bilen halatynda azatlyga çykarylýagy hakynda aýdylyar. Ölüm jezasyny berlen jenaýatkär bu şerte razy bolýar. Geçiriljek tejribäniň maksady, bir adam nähili möçberde gan ýitirse hem ölmejekligini subut etmekden ybaratdy. Jenaýatkärde geçirilmeli bolan tejribä girişdiler. Jenaýatkäriň aýagyndan kesilen kiçijik bir kesikden ganyň damjalar bilen dammagyny ýola goýýarlar. Aýagyň kesilen ýeri has kiçi bolup, damýan ganyň mukdary hem şoňa görä ujypsyzdy. Otagyň yşyklary söndürildi we emeli ýol bilen başga bir gapdan ganyň dammagyny ýola goýdular. Jenaýatkär aýratyn emeli taýýarlanan gan damjasynyň sesine öz aýagyndan damýan ganyň sesi diýip, pikir edýär. Bu tejribeden soňra, ertesi gün irden jenaýatkäriň pikirinde emele gelen gorky zerarly ölendigi orta çykýar. Düşünje güýji ýokarydyr.*

*Bu wakalar düşünje güýji hakynda size az hem bolsa öz täsirini ýetirendir diýip umyt edýärin.*



*Köçede ýeke ýöreyän wagtlarym, dürli ynsanlaryň bakyşlaryny deňeşdirenimde olaryň durmuşynda nähili wakalar başyndan geçirendiklerine az hem bolsa göz ýetirip bilýärim. Ähli zatlary ýüzlerinden okamak mümkin...*

***Düşünjeleriňiz, garaýyşlaryňyz we pikirleriňiz özgerdigiçe, durmuşyňyzyň hem üýtgeýänini asla ýatdan çykarmaň.***

*Edilen gowy niýetler we pikirler elmydama guruşydyr. Tersine zyýanly erbet niýetler ýykyjydyr.*



## ***Herbir tamamlanyş täze başlangyçdyr!***

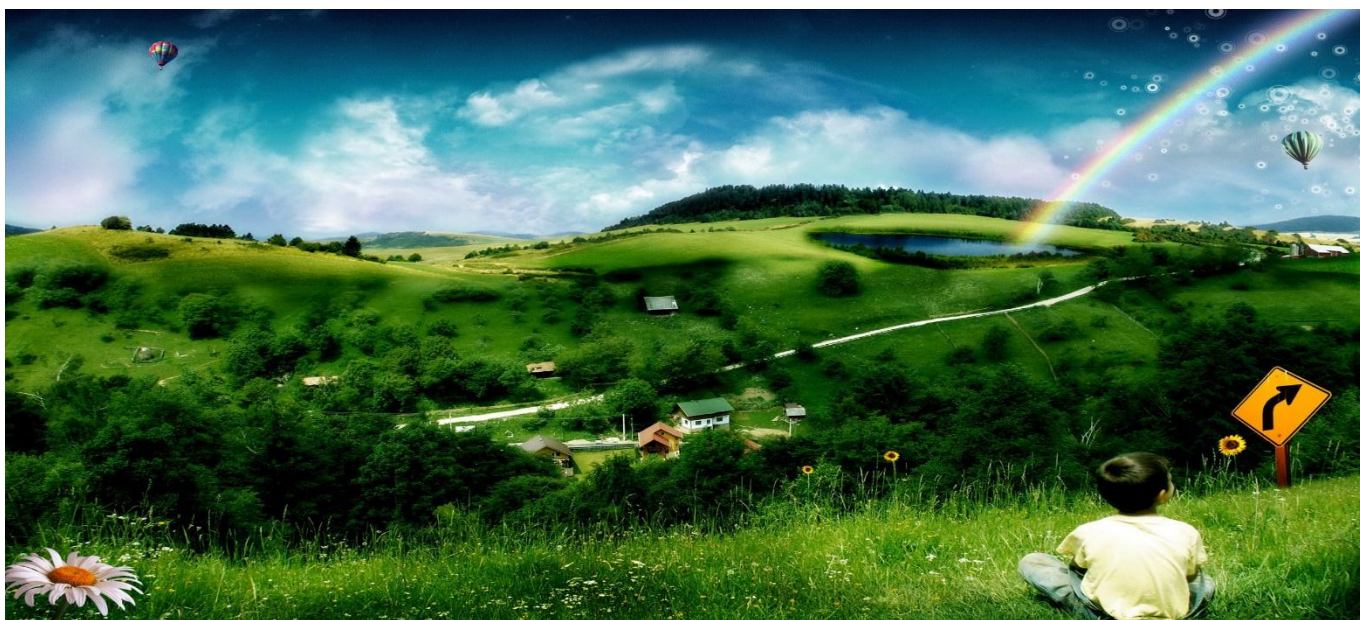
***-Bu kitapda durmuşyň ugryny we ýolyny gözleýän ýaşlaryň bilmegi zerur bolan maglumatlaryny toplamaga çalyşdym.***

***Birinji kitabym bolany üçin kitabyň ujypsyz kemçilikleri sebäpli, gowy niýetli garaýyşlaryňyzdan peýdalanmagy umyt edýärim.***

*Oliver Holmes “Ynsan zehini täze bir pikire ýol açanynda, geçmişdäki ýaramaz pikirlerine dolanyp gelmez”diýýär. Siziň hem bu kitaby okamaga başlan derejäňizde bolman, käbir maglumatlary özüňize degişli ýolda ynanjakdyňyza ynanýaryn.*

*Kitapdaky käbir soraglaryň jogaplary belki çylşyrymly bolup biler. Size maslahatym kitaby iki gezek okamagyňyzdyr. Her okanyňyzda kitapdan täze maglumatlary öwreneniňiziň we bu usullara has gowy göz ýetireniňiziň şaýady bolarsyňyz.*

*Meniň işim üstünlik ýolynda ilerlemek isleýänlere karta çykarmak. Kömege mätäç bir ýaş ýetginjege hakykatda kömek etmegiň ýoly, oňa balyk tutyp bermek däl, balyk tutmagy öwretmekdir. Balyk tutyp bermek bilen siz oňa bir pursat ,balyk tutmagy öwretmek bilen bolsa onuň bir ömür garnyny doýuryp bilersiňiz!*



### ***Meniň üçin näme edip bilersiň?***

*“Käşgä kitabyň ýaşlygyndan elime geçen bolsady, onda durmuşym düýbinden başgaça bolardy!” diýýän bolsaňyz onda size bir haýýştym bar.*

*Bu kitap sizi kanagatlandyran bolsa, ýöne hakykatdan hem siziň göwniňizden turmagy başaran bolsa onda üstünlik gazanmak isleýän ýaş ýetginjege kitapdan birini sowgat berermisiňiz? Sowgatlyk kitabyň birinji sahypasyna **“Bu ajaýyp şäherde seniň üstünlik gazanmagyňy isleýän bir adam bar!”** Belki-de bir gün ol uly üstünlik*

gazananynda kitaby kimiň sowgat berenini bagt göz ýaşlary bilen bilmek islär. Emma ähli zat araňyzda syr bolup galmaly! **Syryň çözüdi diňe sizde bolan bir täsin syr hökmünde.**

Eger kitap size täsirini ýerirmedik bolsa, bu gyzykly oýuny unudyň, gitsin. Eger-de göwniňizden turan bolsa emma şondada sowgat bermek islemeyän bolsaňyz , janyňyz sag bolsun!

Bir gün üstünlik temasynda soraglar ýüze çyksa, duruşyňyzyň ugryny we ýolyny garyşdyrsaňyz, has gowy bir durmuş şertleri üçin täsirli maglumatlara mätäçlik duýýan bolsaňyz, ýadyňyzdan çykarmaň uzaklarda bir ýerde, bir ynsan siziň üçin bu maglumatlaryň gözleginde wezipesini ýerine ýerirýär.

Ol ynsanyň bar bolmagynyň sebäbi, siziň üstünlik ýolyna gadam basmagy başarmagyňyz üçin gerek bolan maglumatlary size teklip bermek.

**Bir gün ýene bir kitap ýazmaga mejil edäýseň bu kitapda siziň hem üstünlik hekeýaňyzy ýazmak islärdim. Munuň üçin hekaya ýazylmak üçin mynasyp bir iş başarmagyňyzy we mundan meni habardar etmegiňiz ýeterli.**

Bu kitapdan öwrenen zatlaryňyzdan iň gowy şekilde peýdalanmagyň ýoly , kitabyň sizde täsir galdyran böleklerini başgalar bilen paýlaşmakdyr.

**-Bir şem özinde ýagtylyk berer, eger bir aýna işlese bu ýagtylygy birnäçe nokada serpişdirmegi başarar. Siz aýna boluň we ähli nokatlara maglumatlaryňyzy serpişdiriň. Diňe şu şekilde planatamyz ýagşy niýete beslener. Bir kitap köp zady üýtgedip biler.**

Bu kitaby okanyňyzdan soň herekete geçmezlik zyýanly durnuklykdyr. Çünki hiç kim hyýal etmek bilen gül ýetişdirmegi başaran däldir.

**Bir gün sahnada uly üstünligiň bagtly duýgysyny paýlaşmak arzuwynda siziň bilen hoşlaşýaryn! Onda näme;**

**“Ýolagçy ýolda ýagşy!” Ýolyňyz ak bolsun!**



***Gowy görünjek bolma-gowy bolmaga çalyş!!! Çünki  
“gowy bolmak”, gowy görünmekden aňsat we peýdalydyr.***

***Aristotel***

## **MAZMUNY**

<b>Sözbaşy.....</b>	<b>4</b>
<i>Robin Gud we Konfutsi.....</i>	<i>8</i>
<i>Adamçylyga bolan garaýyş.....</i>	<i>9</i>
<i>Ynsan başaryp biljegine ynansa – ähli zady başarar.....</i>	<i>10</i>
<i>Durmuş – bu bir synagdyr.....</i>	<i>13</i>
<i>Uçar ýolbelediniň üstünligi.....</i>	<i>14</i>
<i>“ Hiç kim leňňeje göni ýöremegi öwretmez ”.....</i>	<i>15</i>
<i>Durmuş grammatikasyny öwreden gaýykçy.....</i>	<i>16</i>
<i>Ynamyň güýjüni ulanyň!.....</i>	<i>18</i>
<i>Ömürboýy çäresizlige uçran bir adamyň hekayasy.....</i>	<i>19</i>
<i>Ýoluň başynda olara-da başarmarsyň, diýipdiler!.....</i>	<i>20</i>
<i>Unutmaň! Bu dünýäden öteniňizden soň hem ýerine ýetirme- -li işleriňiz doly tamamlanmaz!!!.....</i>	<i>21</i>
<i>Karta, berlen meýdanyň özi dälidir!.....</i>	<i>23</i>



<i>Enzo Ferrari.....</i>	<i>24</i>
<i>Üstünlik hakynda aýdylan ajaýyp sözler.....</i>	<i>25</i>
<i>Meşhur adamlaryň iş dünýäsi.....</i>	<i>26</i>
<i>Sen haýsy biriniň ussady? Uzaga bökmek, marafon ýaryşy we 100 metrlik ylgaw.....</i>	<i>28</i>
<i>Başardy, çünki başarmajagyny bilmeyärdi.....</i>	<i>29</i>
<i>Awraam Linkoln.....</i>	<i>30</i>
<i>Käşgä – käşgäler bolmasady... ..</i>	<i>31</i>
<i>Ukyplar kämilleşer.....</i>	<i>32</i>
<i>Başgalara öz islegleriňiz hakynda söz açmak dogrumy?.....</i>	<i>33</i>
<i>Özüňiziň ýeke adamlyk bir goşundygyňyzy unutmaň!.....</i>	<i>35</i>
<i>Herekete geçmek üçin nireden başlamaly?.....</i>	<i>36</i>
<i>Zehin we beden şol bir ulgamyň aýrylmaz parçasydyr.....</i>	<i>37</i>
<i>Ýardam etmek.....</i>	<i>38</i>
<i>Bäsleşigiň üstünlikdäki orny.....</i>	<i>39</i>
<i>Walt Disney.....</i>	<i>41</i>
<i>Hazynanyň syry.....</i>	<i>42</i>
<i>Artykmajy has gowdyr.....</i>	<i>46</i>
<i>“Bäsleşik, aýak üstünde durmagyň şertidir” .....</i>	<i>47</i>
<i>Ownuk-uşak zatlara aladalanmaň!.....</i>	<i>48</i>
<i>Durmuş uniwersitetiniň çäresizlik fakulteti.....</i>	<i>49</i>

<i>Seslenmegi başarmak.....</i>	<i>51</i>
<i>Ýüz öwürmegi başarmak.....</i>	<i>52</i>
<i>Ähli zat bir adam bilen başlar!.....</i>	<i>53</i>
<i>Bill Gates.....</i>	<i>54</i>
<i>Kim ýeňiş gazanar?.....</i>	<i>55</i>
<i>Üstünligiň syry.....</i>	<i>56</i>
<i>Psihologiki durnuklylyk.....</i>	<i>58</i>
<i>Bir ýyl soňra munyň zerurlygy bolarmy?.....</i>	<i>60</i>
<i>“Paltany ýitilemek”.....</i>	<i>61</i>
<i>Her üstünlik özüne mahsus bolan şertlerde gazanylar!.....</i>	<i>62</i>
<i>“Ideal (birkemsiz) halym nähili bolardy?”.....</i>	<i>63</i>
<i>Oýlan we başar.....</i>	<i>64</i>
<i>Güýjüňi we çägiňi gowy bil!.....</i>	<i>65</i>
<i>Kämilleşmek elimdemi? Ýa-da... ..</i>	<i>67</i>
<i>Eseriňiz-bu baýdagyňyzy uzaklara äkidip biljek ilçiniňizdir!...68</i>	
<i>Patyşa we ak at.....</i>	<i>69</i>
<i>Kararyňyz anykmy?.....</i>	<i>70</i>
<i>Täze durmuş üçin täze bir akyl gerek... ..</i>	<i>71</i>
<i>Birine ýagşylyk ediň we bu hakynda hiçkime söz açmaň!...72</i>	
<i>Häzirki wagty ýaşamaga çalyşyň... ..</i>	<i>73</i>
<i>Täsirli gepleşigi alyp barmagyň tiz we aňsat ýoly.....</i>	<i>74</i>

<i>Işçi Sanders .....</i>	<i>84</i>
<i>Adamlar, düşünjeleriniň iň gowusyny saýlap seçerler.....</i>	<i>85</i>
<i>Öňüňizde goýan maksatlaryňyzy ýazy . Galam akylyň dilidir.....</i>	<i>87</i>
<i>Kynçylyklar we biz.....</i>	<i>89</i>
<i>Girişmek gorkusy.....</i>	<i>91</i>
<i>Çägiňizi bellemän, ýogsa çäkli bolarsyňyz.....</i>	<i>92</i>
<i>Açyk göwünli bolmaga çalyşyň.....</i>	<i>93</i>
<i>Ajaýyp tebigat.....</i>	<i>94</i>
<i>Hiç bir zat baky däldir.....</i>	<i>95</i>
<i>Giç bolar .....</i>	<i>96</i>
<i>Duýdansyz ýagşylyk ediň.....</i>	<i>98</i>
<i>Düşünjeleriňiz bilen kämilleşersiňiz.....</i>	<i>100</i>
<i>Roger Bannister .....</i>	<i>102</i>
<i>Ugurtapyjy şa .....</i>	<i>104</i>
<i>Bahana-ýaltalygyň gözbaşydyr. ....</i>	<i>105</i>
<i>“Sabyrly bolmak”.....</i>	<i>107</i>
<i>Nähili başarmaly? .....</i>	<i>108</i>
<i>“Garaýyş”.....</i>	<i>109</i>
<i>“Söýmek”-ukybyňyzy kämilleşdiriň.....</i>	<i>110</i>
<i>Rahat ýöne zehinli adamlar üstünlige ýetip bilmez diýänlere... ..</i>	<i>111</i>
<i>Üstünligiň syryny öwreniň we öwrediň!.....</i>	<i>112</i>
<i>Suraty tutuşlygyna görüp bilmek .....</i>	<i>114</i>
<i>Gadymy hekaya.....</i>	<i>116</i>



<i>Unutmaň; Mundan 100 ýyl soňra dünýäde has başka adamlar peýda bolar. ....</i>	<i>118</i>
<i>Duz we suw. ....</i>	<i>119</i>
<i>Göreşden ýüz öwürmeýän pälwan-yeňilmez.....</i>	<i>121</i>
<i>Mümkinçilikleri elden bermäň. Işsizlik. ....</i>	<i>122</i>
<i>Pikirlenmek bütün adamzady biri-birine nähili baglap biler? ....</i>	<i>124</i>
 <i>Hiç kimiň sözünü kesmäň, onuň sözünü tamamlan siz bolmaň! ....</i>	 <i>125</i>
<i>Eger-de bu zemine “Il näme diýer?” diýen düşünje aralaşmadyk bolanda , adamzat gör nähili üstünlikleriň eýesi bolardy? ....</i>	  <i>126</i>
<i>Herbir tamamlanyş täze başlangyçdyr! ....</i>	<i>127</i>
<i>Meniň üçin näme edip bilersiň? ....</i>	<i>128</i>

## **Ulanylan edebiýatlar:**

### 1. “Payhas çeşmesi”



*Türkmenistanyň Prezidenti, Türkmenistanyň Ýaragly Güýçleriniň Belent Serkerdebaşysy Goşun Generaly*

**Gurbanguly BERDIMUHAMEDOW**

### 2. “Negatif limanlardan-pozitif sulara”



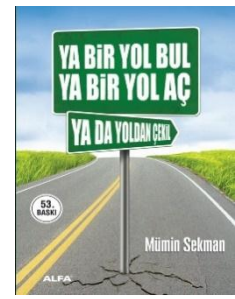
**Oğuz Saygın**

### 3. “Her şey seninle başlar”



**Mümin Sekman**

4. “Ya bir yol bul, ya bir aç, ya da yoldan çekil”



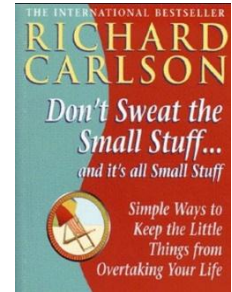
**Mümin Sekman**

5. “Hazinenin şifresi”



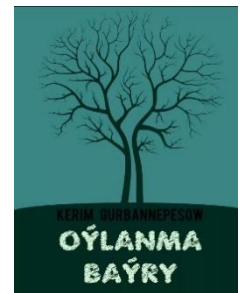
**Bestami Yazgan**

6. “Don't sweat the small stuff”



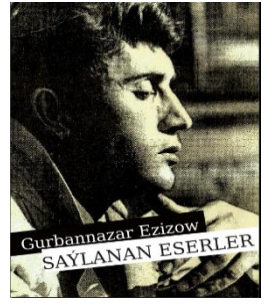
**Dr. Richard Carlson**

7. “Oýlanma baýry”



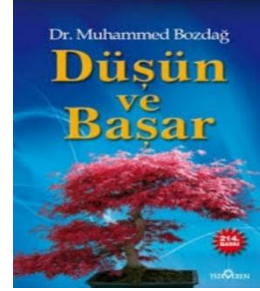
**Kerim Gurbannepesow**

8. “Sayılan eserler”



***Gurbannazar Ezizow***

9. “Düşün ve başar”



***Dr. Muhammet Bozdağ***

# Geljege ýol görkezen Üstünligiň sylary

*Çapa taýýarlan (terjime eden)*

*Daýanç Abaşow*

*Surat redaktory:*

*Röwşen Çaryýew*

*Teh. Redaktory:*

*Merdan Hanow*

*Neşir üçin jogapkär:*

*Guwanç Orazgylyjow*