

SANJAR XO'JA

# QADAM

*Maqsad, yo'l, muvaffaqiyat*

«YOSH KUCH»  
Toshkent  
2020

**UO'K: 159.923**

**KBK: 88.53**

**S - 30**

Qadam: maqsad, yo'l, muvaffaqiyat / Sanjar Xo'ja.  
Toshkent: Yosh kuch, 2020. – 148 b.

ISBN 978-9943-5738-5-7

«Qadam» – shunchaki tavsiya yoki tarjima asar emas, u tom ma'noda bir insonning «men»ini topgungacha bo'lgan uzun va mashaqqatli yo'lning tafsiloti va ro'baru kelingan holatlarni izohlovchi hayotiy faktlar hamda misollar yig'in-disidir.

Agar siz bugun o'zingizni o'zgartirmoqchi yoki qaysidir maqsadingizga erishmoqchi bo'lsangiz, ishni ushbu kitob mutolaasidan boshlang. Ishonamizki, ko'nglingizning qaysidir burchagidagi yashirin savollarga javob topasiz. Qachondir to'qnash kelganingiz va qaysidir sabab bilan sizni chekinishga majbur qilgan muammo ko'z oldingizda bo'y ko'rsatadi. Bilmagan narsalarni aylanib o'tishmas, o'rganib, muammolarni hal qilib, keyingi maqsad sari olg'a yurishning payti keldi. Ishoning!

Kitob yozish, aslida juda mas'uliyatli istak. Agar u insonning o'zligini taftish qilish, ruhlantirishga yo'naltirilgan bo'lsa, yanada ko'proq mas'uliyat yuklaydi. Muallif bilimdan tashqari hayotiy tajriba, sinalgan muvaffaqiyatli usullar asosida fikrlarini bayon qilishi kitob qimmatini yanada oshiradi. Ushbu kitob muallifi mas'uliyatni qanchalik his qildi – bu haqda mutolaadan keyin gaplashamiz.

ISBN 978-9943-5738-5-7

© Sanjar Xo'ja, «Qadam», 2020.

© «Yosh kuch», 2020.

## MUNDARIJA

Kirish.....	7
Qadam .....	11
Orzularingiz .....	14
Yashashdan maqsadingiz .....	20
Qadriyatlariningiz .....	44
Maqsadlaringiz .....	51
Ijobiy fikrlash .....	77
Shaxsiyat.....	93
Ijodkorlik va ixtirochilik.....	107
Matonat.....	120
Xotima .....	141



## ***Muqaddima o'rnida***

***Ada, oy!***

*Ayni damda sizga murojaat qilishimning sabbibi bor. Ko'nglimdan kechgan gaplarni o'zingizga aytolmasman, ammo qog'ozga tushirgim keldi...*

*Ilgari biror qiyinchilik yo muammoga duch kelsam ich-ichimdan ezilardim. Tengdoshlarim, do'stlarimga oilasi tomonidan ko'rsatilayotgan e'tibor, imkoniyatlarni ko'rib o'ksinardim. Ayniqsa, ular men erishayotgan yutuqlarning kichik bir qismiga erishib, yaqinlardan rag'batini ko'risha, qalbim qattiq og'rir edi. Buni ba'zan sizlarga bildirganman, ba'zilarini esa yashirganman...*

*Endi esa ulg'aydim.*

*Bugun sizlardan juda minnatdorman!*

*Yashash uchun kurashda, hayotda o'rnimni to-pishimda, o'z kuchim bilan oyoqqa tura olishimda, o'z fikr va dunyoqarashimga ega bo'lishimda sizlarning xizmatingiz juda katta ekan.*

*Balki o'sha paytlarda hamma sharoitni yaratib bergeningizda bugun men hayotimda hech narsaga erisholmagan va ehtimol, bu kitobni ham yozolmagan bo'lardim... Aslida, gaplarim ko'p edi, hammasini aytishim shart ham emasdir. Meni tushundingiz deb umid qilaman! Faqat Siz-larga ta'zim bilan*

*rahmat deyman!*



## **KIRISH**

---

---

Hozir o'ttiz bir yoshdaman. Yozuvchilik kasbim emas. Noshirlikdan ham uzoqman. Ushbu kitob dunyo yuzini ko'rishi esa, tasodif. Do'stlarim, meni yaqindan tanigan-bilgan insonlarim doim boshimdan o'tkazgan kunlarim haqida kitob yozishim kerakligini aytishardi. O'ylab qoldim, darhaqiqat, har bir insonning o'z hikoyasi bor. Shuning uchun hayot haqidagi qarashlarimni, fikrlarimni, kuzatishlarimni qog'ozga to'kib, siz-larga taqdim qilmoqdaman.

O'lim to'shagida yotgan yoshi ulug' insonning atrofiga yig'ilgan farzand va nabiralariga aytgan so'nggi so'zi shunday bo'libdi:

– Yosh va kuch-quvvatga to'lgan vaqtimda, dunyoni o'zgartirishni niyat qilar edim. Yoshim ulg'ayib, sochlarimga oq tushganida, butun olamni o'zgartirolmashligimni tushundim. Shunda, niyatimni biroz kichraytirib, Vatanimda o'zgarishlar qilishni niyat qildim. Lekin bu ham oson

emasligini tushundim. Qarigan chog‘imda, bor quvvatimni oilamdagilarni o‘zgartirishga safarbar qildim. Lekin, afsuski, buni ham eplolmadim. Mana, hozir o‘lim to‘sagida yotib, tushundimki, dastlab o‘zimdagи kamchiliklarni tuzatib, o‘zimni o‘zgartiroganimda edi, o‘rnak bo‘lib oilamning ham o‘zgarishiga sabab bo‘lardim. Oilamdan oladigan ilhom va shijoat bilan Vatanimga ham ko‘pgina foydam tegardi. Kim bilsin, balki dunyoni ham o‘zgartirgan bo‘lardim.

Hammamiz hayotdagi turli adolatsizligu oqibatsizliklarni ko‘rib, ba’zan odamlarni o‘zgartirishga harakat qilamiz. Xato va kamchiliklarimiz ko‘p bo‘lsa-da, tuzatishni avval o‘zimizdan boshlamaganimiz uchun harakatlarimiz befoydaligidan dunyolarga sig‘may qolamiz. Bu dunyo bir bog‘ga o‘xshaydi. Bu bog‘ga bugungacha bizga o‘xhash milliardlab insonlar kirib, aylanib, keyin chiqib ketishgan. Kimdir uzoq qolgan, kimdir esa oz. Kimdir mevasidan bahramand bo‘lgan bo‘lsa, kimlardir daraxt ekkan. Yana kimlardir daraxtlarni kesgan. Ba’zilar o‘zi xohlagan mevani topolmay, armonda ketgan.

Bugun esa bu bog‘da siz-u biz bormiz!

Bog‘ni buzamizmi yoki obod qilamizmi?

Oldimizdagи ne’matlarni qadrlaymizmi yoki uzoqlarda sarob bo‘lib ko‘ringan mevalar ortidan yugurib, umrimizni besamar o‘tkazamizmi?

Balki shox-shabba, tikanlar sizga aziyat yetka-zishidan xavotirda bo'lsangiz kerak.

Bu bog'ga kirganimizda hammamizning shart-sharoitimiz turlicha edi. Kimdir boy, kimdir faqir, kimdir shaharda bo'lsa, yana kimdir qishloqda istiqomat qiladi. Bog'dan chiqayotganda esa hammaning shart-sharoiti bir xil bo'ladi. Bog'ga kirayotgandagi shart-sharoitni siz belgilol-maysiz. Lekin hayotingiz davomini belgilash o'z qo'lingizda. Siz atrofingizdag'i imkoniyatlari keng insonlardan ham yuqori natijalarga, muvaffaqiyatlarga erishishingiz mumkin. Faqat oldin bunga o'zingiz ishonishingiz kerak. Ishonchingiz sust bo'lsa, optimist bo'lmasangiz keng imkoniyatlar ichida ham turli bahonalarga ko'milib o'tirishingiz mumkin.

Siz bilan aynan shu, ya'ni siz va sizning imkoniyatlaringiz, iqtidoringiz haqida suhbatlashish niyatidaman va bu kitob orqali hayot yo'lingiz uchun tamal toshi qo'yishingizda ko'maklashmoq-chiman. Unutmang, bu dunyo bog'ida yolg'iz emassiz, men ham siz bilan birkaman, mening suhbatdosh do'stim!

*Samimiyat bilan,  
Muallif*



## **QADAM**

---

Siz bilan hozir oddiy tajriba o'tkazamiz. Chap tomonagi bo'sh sahifa ustiga qo'lingizni qo'yib, qalam bilan kaftingiz shaklini chizing. Keyin esa chizilgan besh barmoq ichiga alohida-alohida savollar yozib chiqamiz. Balki bu savollarni oldin o'zingizga berib ko'rmagandirsiz, lekin, ular har bir inson hayotidagi muhim savollardir. Agar siz bu savollarga chin yurakdan va xolis javob bera olsangiz kitob o'z maqsadiga erishgan, siz yashshdan maqsadingizni belgilab olgan, o'zingizga ishonchingiz ortgan, qiziqarli va mazmuni hayot rejangizni tuzgan bo'lasiz. Qanday qilib deysizmi, hozir hammasini tushuntiraman.

Barmoq ichiga quyidagi savollarni yozing:

**1-*boshbarmoqqa: Men kimman?***

**2-*ko'rsatkich barmoqqa: Nima xohlayman?***

**3-*o'rta barmoqqa: Maqsadlarim nima?***

**4-*nomsiz barmoqqa: Nima qilishim kerak?***

**5-*jimjiloq barmoqqa: Nima uchun?***

O'qishni, oliygoohlarni bitirgach, deyarli ham-mamizning oldimizda turli savollar ko'ndalang bo'la boshlaydi: «Nima qilishni bilmay qoldim, qaysi kasbni tanlasam ekan?», «O'qishni davom ettirayinmi?», «Qaysi soha bo'yicha ketganim ma'qul?»

Xullas, kelajagimiz bilan bog'liq qarorlar chiqarishda ikkilanib qolamiz. Aslida, kelajak hayotimizni tanlash unchalik qiyin emas. Agar bu borada qiynalayotgan bo'lsangiz, bilingki, o'zingizni yetarli darajada tanimagansiz. Sizda hayotingiz bilan bog'liq qiyindek tuyulgan qarorlarni osonlashtiruvchi uchta asosiy yo'nalish bor. Siz, avvalo, ularni yaxshilab bilib oling.

- ***Orzularingiz***
- ***Yashashdan maqsadingiz***
- ***Qadriyatlariningiz***

Bu uch qoida hayotingiz mazmunli kechishiga xizmat qiladi. Agarda kelajakdagi orzularingizni, yashashdan maqsadingizni va qadriyatlariningizni aniq bilmasangiz, umr yo'lingiz ham oddiy, zeri-karli, mazmunsiz bo'lib qolaveradi.

*Muvaffaqiyatlarim – yoshligimdagи  
orzularimning bir mahsulidir.*

***Napoleon Bonapart***

## **ORZULARINGIZ**

---

*Dunyo bugungacha ko'rgan katta  
yutuqlar avval bir orzu-xayol edi. Eng  
bahaybat chinorlar ham avval kichik bir  
qalamcha, eng katta qushlar esa oddiy  
tuxumlar bo'lgan.*

**Jeyms Allen**

Kelajak orzularingiz – yolg'iz qolganingizda mudom o'laydigan, boshqalarga aytolmaydigan va doim shakllanib, takomillashib boruvchi xayollaringizdir. Bu hayotda hamma orzularga erishishingiz shart emas. Gapim sizga g'alati tuyilishi mumkin. Chunki juda ko'p marotaba «Orzularingga erish va baxtli bo'l», degan gaplarni eshitgansiz. Aslida unday emas. Hamma orzularga erishish ham hayotingizni zerikarli qilib qo'yadi. Yashash zavqini yo'qotgach, ko'ngilni xush qiliшга ermak vositalar qidira boshlaysiz. Har bir inson hayoti davomida qiyinchiliklar bilan pishib boradi. Chunki umrimiz turli sinovlarga to'la. Orzular esa umr yo'limizdagi qorong'i joylar ni yoritib turadi. Agar hech qanday orzuyingiz

bo'lmasa, zulmat ichida qolib o'zingizni yo'qotib qo'yishingiz mumkin. Orzularni osmoningizdag'i yulduzlar deb biling. Yulduzlarni qo'lingiz bilan tutolmaysiz, ammo ular tunlari yo'lchi yulduz vazifasini o'tab, hayotingizni yoritib turadi.

*O'qituvchi boshlang'ich sinf o'quvchilaridan kelajakda kim bo'lmoqchi ekanliklari haqida so'radi va har kimni orzusiga qarab baholashini aytdi.*

– Nodira, sen katta bo'lganiningda kim bo'lmoqchisan?

– Men shifokor bo'lib, bolalarni davolamoqchiman.

– Senga besh baho. Sardor, sen qaysi kasbni tanlading?

– Men bankir bo'lmoqchiman. Ko'p pulim bo'lishini xohlayman.

– Yaxshi. Senga to'rt baho. Sherzod, sen kim bo'lmoqchisan katta bo'lganiningda?

– Men katta-katta zavod-fabrikalarning egasi bo'lib, ming-minglab odamlarni ish bilan ta'minlamoqchiman. Ko'p turli narsalar ishlab chiqarib, butun dunyoga sotmoqchiman.

*Sinfdagi bolalar kulishibdi. O'qituvchi esa:*

– Senga uch baho. Dars tugaguncha, tuzukroq kasbni orzu qilolsang, senga ham besh baho qo'yaman, – debdi.

*Dars tugashiga oz qolganda, Sherzod o'qituv-chiga debdi:*

– *Ustoz, mayli, menga uch baho qo'yavering. Men orzuyimdan voz kechmayman.*

*O'qituvchi tabassum bilan javob beribdi:*

– *Sherzod, orzuyingdan hech qachon voz kechma, va albatta, unga erishgin. Men sening qat'iyatingni sinagan edim. Bahoying besh!*

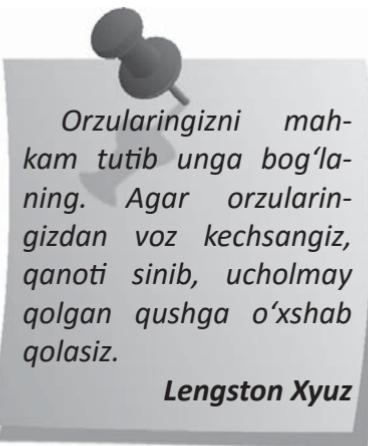
Orzularingizni chegaralamang. Aksincha, ularni turli xayollar bilan boyiting. Har bir insonning orzulari uning saviyasini belgilaydi. Orzularin-gizning baland va kattaligi kelajakka nisbatan munosabatingiz va dunyoqarashingiz kengligiga bog'liqdir.

*Uzoq yaylovlarda qo'ylarini o'tlatib yurgan cho'pondan so'rashibdi: «Pulingiz ko'p bo'lsa nima qilardingiz?»*

*Cho'pon aytibdi: «Barra ko'k piyoz bilan issiq shirmoy non yerdim».*

*Yonidagi boshqa bir cho'pondan ayni savolni so'rashibdi. Cho'pon: «Bu do'stim aytganidan yaxshiroq yana nima bor?!» degan ekan.*

Ba'zan katta-katta orzular qilish uchun ikkila-nishingiz va hatto cho'chishingiz mumkin. Siz o'z kuch-quvvatingizni qo'rquv va xavotirlarga emas,



orzularingizni ro'yoga chiqarish va ularni amalga oshirish uchun sarflang, yana va yana o'z ustingizda ishlang. Bilim va qobiliyatlarin-gizni shakllantiring. Hayot haqida tajriba orttiring.

Unutmang, orzularingiz hayotdagи maqsadla-ringiz emas. Maqsadlarga erishish shart. Orzular esa hayotingizning bir yerida doim nur sochib tursin!

Orzu qilishda birgina qoida bor: u ham bo'lsa faqatgina sizning ishonchingizdir. Orzularingiz haqida boshqalarga – oila a'zolaringizga, yaqin do'stingizga ham aytganingizda ular kulishi mumkin. Ahamiyat bermang, o'z orzularingizga ishoning. Inson qanchalik orzu qilar ekan, shuncha vaqt yashaydi. Orzu qilish to'xtaganda, hayotda vaqt to'xtab, uning mazmuni va ma'nosi yo'qoladi.

*Ota ikki farzandi – qizi va o'g'li bilan o'rmon-da ketib borardi. Biroz yurishgach, o'g'li xarxasha qila boshlabdi:*

– *Otajon, charchadim, iltimos, meni ko'tarib oling.*

*Orzularingizni mah-kam tutib unga bog'la-ning. Agar orzularin-gizdan voz kechsangiz, qanoti sinib, ucholmay qolgan qushga o'xshab qolasiz.*

**Lengston Xyuz**

*Ota esa yurishdan to'xtamay:*

– *O'g'lim, seni ko'tarolmayman, chunki men ham charchadim, – deb javob beribdi.*

*Bola bu gapdan xafa bo'lib, yig'lay boshlabdi.*

*Ota jimgina to'xtabdi. Yonidagi qurigan daraxtning bir shoxini kesib, pichoq bilan tekislabdi-da, uni o'g'liga uzatibdi:*

– *Ol, o'g'lim, mana senga chiroyli uchqur ot.*

*Bolaning quvonchdan ko'zлari chaqnabdi.*

*Xursandchiligi ichiga sig'may, chaqqonlik bilan «ot»ga minib, «Chuh, tulporim, chuh», deb yugura boshlabdi.*

*Ota bu voqeani ajablanib kuzatayotgan qizalog'inining boshini silagancha, shunday debdi:*

– *Hayot shunaqa, qizim. Ba'zan juda charchaganingda, yashashga, seni harakatga undaydigan boshqa vositalar qidirasan...*

Siz o'z orzularingizni kengaytiring va unga doim ishoning. Chunki, haqiqiy ishonch bu – ko'rinxaganiga, mavhum narsaga ishonishdir. Agarda siz ko'rinxaganiga ishonsangiz, hayotda boshqalariga ma'lum bo'limgan ko'p narsalarni ko'rasiz.



## **YASHASHDAN MAQSADINGIZ**

---

*Eng muhimi – hayotningizdagи yillar  
emas, shu yillar ichida o’tgan hayotdir.  
**Avraam Lincoln***

G’arb davlatlarida insonlarning o’z joniga qasd qilish holatlari ko’p uchraydi. Bu masala bo'yicha izlanish olib borgan tadqiqotchilarning ta’kidlashicha, o’z joniga qasd qilganlarning deyarli hammasi moddiy sharoiti yaxshi, daromadi yuqori, ta’lim saviyasi yuksak insonlar ekan. O’z joniga qasd qilganlarning barchasida bir sabab ustun, ya’ni ular hayotdagи maqsadlarini yo’qotishi oqibatida o’limni maqbul chora sifatida tanlashgan.

Bizning oramizda ham o’z oldiga yashash uchun aniq maqsad qo’ya olmaganlar ko’p. Hayotimizdagи asosiy muammolarning sababi ham balki shundandir. Chunki aynan maqsad yashash uchun kuch beradi. Oldinga intilishimizda dalda bo’ladi. Yiqilganimizda qo’limizdan tutadi.

*Bir kuni o’rmondagи hasharotlar yelkasiga sa-far tugunchasini osib yo’lda ketayotgan chumoli-ni ko’rib qolishibdi. Undan so’rashibdi:*

- Yo’l bo’lsin chumolivoy, qayerga ketyapsan?
- Makkaga ketyapman, Haj qilmoqchiman, – deb javob beribdi chumoli.

*Buni eshitgan hasharot-u hayvonlar qah-qah otib kulib, shunday debdi:*

- Ha, o’zing kichkinagina bo’lsang, yo’l esa uzoq. Suvsizlikdan, ochlikdan o’lib ketasan-ku.

*Chumoli esa pinagini buzmay, yo’lida davom etarkan, qat’iy ravishda:*

- Albatta yetib boraman, mabodo o’lsam ham shu yo’lda o’lgan bo’laman, – debdi.

Yashashdan maqsad shuki, uni belgilaysiz va to oxirgi nafasingizgacha shu maqsad yo’lida qat’iy davom etasiz. «Yashashdan maqsad qanday bo’lishi kerak?» deb o’ylovchilar ko’p. Aslida, hech kim sizga hayotdagи maqsadingizni belgilab berolmaydi. Boisi, har kimning maqsadi turlicha va har kim o’ziga xos va o’ziga mos qilib belgilashi kerak. Asosiysi, sizda ezguliklar va yaxshiliklar bilan sug’orilgan yashash maqsadi bo’lsin.

Bunday maqsad sizni va hayotingizni qadrli qiladi, ko’zlarining porlab turadi. Ana shunda umringiz mazmunli bo’ladi. Ko’plab insonlarning o’zini baxtsiz his qilishi sababi ham aynan yashash

maqsadining yo'qligida! Xohlasangiz, ko'chaga chiqib, odamlarga nazar tashlang. Ko'zlari uch-qunday yonib turuvchi insonlarni uchratarmikinsiz?

*Kunlarning birida o'rmonga o't ketibdi. Hamma jonivorlar yong'indan qocha boshlabdi. Lekin bir chumchuq o'rmon yaqinidagi ko'ldan tumshug'ida suv olib kelib yonayotgan daraxtlar ustiga separamish. Qochayotgan hayvonlar chumchuqqa qarab:*

- Hoy, qushcha, nimalar qilyapsan, to'kayotgan suving nimagayam yarardi, yur biz bilan, – deyishganida, chumchuq ularga qarab:*
- O'rmonimiz yonyapti, mening esa qila oladi-ganim faqat shu, oz bo'lsa-da olovni o'chirishga hissa qo'shishdir, – debdi.*

Yashash maqsadini uzundan-uzun jumlalar, balandparvoz gaplar bilan belgilash shart emas. Balki qisqa, lo'nda, aniq ifodalangan yashash maqsadi bo'lsa, kifoya. Albatta, har kim o'z oldiga turlicha maqsadlar qo'yadi. Kimdir Vatanni himoya qilishni, kimdir xalqini ish bilan ta'minlashni, yana kimdir ma'rifikat tarqatishni, boshqalar esa muhtojlarga yordam berishni, yana kimdir yosh avlodni tarbiyalashni maqsad qiladi.

Bu yozganlarim balki hayotdagи g'alati maqsadlardan biri bo'lib tuyilishi mumkin. Lekin sizga g'alati ko'ringani bilan aslida juda muhim hisoblanadi. Aynan shu maqsadlar ortidan keladigan ezgu ishlarga minglab insonlar muhtoj.

*Oddiy huquqshunos omadsizlikka uchrabdi. Badavlat va obro'li oilada ulg'aygan bu farzand ota-onasining faxri edi. Eng yaxshi oliygohda o'qib, huquqshunoslik diplomini olgandi. Oilasi orqali ko'plab martabali kishilarni tanirdi. Lekin, oilasi, tanish-bilishlarining yordamisiz ish faoliyatida, hayotida muvaffaqiyatlarga erishishni xohlardi. Boshida juda qiyinchiliklarga duch keldi. Advokat bo'lib qatnashgan ilk mahkamasida qarshi taraf dagilarning kuchli insonlar ekanini tushunib, qo'rqa boshladi. Mahkama nohaqlik qilib qarshi taraf foydasiga hukm chiqardi.*

*Bu unga qattiq ta'sir qildi, ojiz ekanligini his etdi. Shunda yon-atrofga qaradi, o'zidan-da og'ir vaziyatda bo'lgan odamlar borligini bildi. Mazkur voqeа sabab bo'lib, muammoning yechimini o'ylay boshladi. U mashhur huquqshunos bo'lolmadi, lekin o'zining hayot falsafasini shaklantirib, yashashdan maqsadini belgilab oldi. Shundan so'ng xalqini va davlatini inglizlar mus-*

*tamlakasidan ozod qildi. Bu tarixiy shaxs – Maxatma Gandhi edi.*

Qattiq qiyinchilik va omadsizlikka uchragan vaqtimizda to'xtab, o'zimizga nazar solishimiz kerak. Yon-atrofdagi insonlarning hayotiga o'sha vaqt yanada to'g'ri baho bera olamiz. Ana o'shanda o'zimizni tiklay olishimiz va boshqa tarafdan bo'lsa ham oliy maqsadga erishishimiz mumkin. Gandhi o'z hayotini tarixiy muvaffaqiyat hikoyasi-ga aylantira oldi. Maxatma Gandhi hayot zarbasi-dan keyin o'zini yo'qotib qo'ymadni, hayot yo'llini to'g'ri belgilay oldi va Hindiston davlatini dunyo miqyosiga olib chiqdi. Uning maqsadi butun dun-yoga katta ta'sir ko'rsatdi.

*Tadqiqotchilar Fransiyada marmar konida ish-lovchilardan o'z ishlari haqidagi fikrlarini bilish uchun odam jo'natishibdi. U odam birinchi ish-chiga yaqinlashib so'rabdi:*

- Nima qilyapsiz?*
- Nima, ko'rmayapsanmi, ajralishi qiyin bo'lgan qoyatoshlarni ushbu kichkina ish qurol-lar bilan maydalab, rahbar buyurganidek, bir joyga to'playapman. Uning ustiga shu issiqda terga botib o'lgedek ishlayapman, – deb qo'pol javob qaytaribdi ishchi.*

*Boshqa ishchiga ham xuddi shu savolni ber-ganida:*

– *Qoyatoshlardan marmarni ajratib olyapman. Bilaman, bu o'ta og'ir va qiyin ish. Lekin oilam, uy-ro'zg'or uchun pul kerak. Nima bo'lgan-da ham ishim bor. Bundan yomoni ham bo'lishi mumkin edi-ku, – debdi.*

*Uchinchi ishchi:*

– *Ko'rib turganingizdek, farzandlarimiz, xalqimiz, Vatanimiz uchun foydali hisoblangan bu marmarlarni ajratib olyapman.*

Aslida, har uchala ishchi bir xil vazifani bajara-yapti, ammo ishga yondashuv, hayotdagи yashash maqsadi inson ruhiyatiga ko'tarinkilik va har bir ishdan zavq beradi. Yashashdan maqsadingizni qog'ozga yozishingiz shart emas. Muhimi, maqsadingizga dildan ishonishingiz; uni qalbingizga o'yib yozing. Atrofga qarasangiz, har narsani faqatgina pul, mol-dunyo, turli imkoniyatlar va muvaffaqiyatlarga bog'laydigan muhit bor. Aslida esa, hayotda eng qadr-qimmatli bo'lgan narsa bu – to'g'ri maqsadlar yo'lidagi mashaqqatlar, urinishlar, intilishlardir.

*Bir yosh yigit donishmandning yoniga kelib, undan baxtning siri nimada ekanligini so'rabdi.*

*Donishmand yigitchaga yog' solingan bir qoshiq berib:*

*– Bu qoshiqni ol, yog'ni to'kmay qal'ani aylanib chiq, – debdi.*

*Yigitcha ko'zini qoshiqdan uzmay, zinalardan chiqib-tushib qal'ani aylanib, ikki soatdan so'ng donishmandning oldiga kelibdi.*

*– Xo'sh, qal'a qanday ekan, xonalari, bog'lari senga yoqdimi? – deb so'rabdi donishmand.*

*Yigitcha ularni ko'rolmaganini, qal'ani aylanganda u butun diqqat-e'tiborini qo'lidagi qoshiqqa qaratganini aytibdi. Donishmand yana shu qoshiqdagi yog' bilan qal'ani tomosha qilib kelishini buyuribdi.*

*Yigitcha bu safar qo'lidagi yog' solingan qoshiq bilan yana aylanib, qal'ada ko'rgan hamma narsani bat afsil aytib beribdi. Donishmand qarasa qoshiqdagi yog' to'kilgan, yigit esa buni payqamabdi. Shunda donishmand nasihat qilibdi:*

*– Baxtning siri hayotning barcha chiroyini baravar ko'rish va ayni vaqtda qo'lingdagi yog'ni to'kib qo'ymasligingdadir, – debdi.*

Maqsadingizni belgilar ekansiz, muhim bir jihatga ahamiyat bering. Hozirgi kunda omad va muvaffaqiyatlarga erishish sirlari haqida juda ko'p kitoblar bor. Baxtga erishish yo'llarini ko'rsatib bergen filmlar ham talaygina. Ammo ular sizning yashash maqsadingizni belgilab

bermaydi. Chunki ular yutuqlarga erishgan bir-gina odamni misol qilib ko'rsatadi. Ularning hi-yłasi shu yerda. Vaholanki, muvaffaqiyatga eri-shish uchun harakat qilgan minglab insonlar bor, ulardan birginasi marrada. Siz esa namuna qilib ko'rsatilgan bir insonga taqlid qilib, ortidan yu-rasiz, o'zligingizni yo'qtasiz, qiynalasiz... Aslida, yashash maqsadingizni qalbingizda shakllanti-rishingiz, rivojlantirishingiz kerak. U faqatgina sizga tegishli bo'lsin. Eng asosiysi, bu maqsadini-gizga o'zingiz chin dildan ishonishingiz lozim!

*Asosan dehqonchilik bilan shug'ullanuv-chi qishloqqa qachon qurg'oqchilik kelsa, xalq «Yomg'ir duosi» uchun yig'ilishar ekan.*

*Aholi, uzoq payt yomg'ir yog'may yana suv-sizlikdan qiynala boshlashibdi va oqsoqol oldiga borishibdi. Shunda yoshi ulug' oqsoqol odamlar-ga birma-bir qarab, shunday debdi:*

- Yomg'ir duosi uchun to'plandingiz, shundaymi?*
- Ha, – deb javob berishibdi odamlar.*
- Duo qilsak, haqiqatan ham yomg'ir yog'ishiga ishonasizmi?*



*Hayotda eng muhimi – ko'p narsa-larga ega bo'lisingiz emas, oz narsalarga ehtiyoj his qilishin-gizdir.*

*Aflatun*

- *Albatta, ishonamiz.*
- *Unda nega soyabonsiz keldingiz?*

O‘z yashash maqsadingizga to‘liq ishoning va hayotga ziyrakroq nazar tashlang. O‘ylab ko‘ring, turli xorij kitoblari yoki filmlarida bizga omad, muvaffaqiyat deb ko‘rsatilgan narsalar aslida muvaffaqiyat bo‘lmasa-chi? Masalan, ularning shunday usullari bor: mashhur va boy insonlar ni o‘rnak qilib ko‘rsatib, «Mana, u avval pulsiz edi. Endi boy. Sen ham u kabi kiyin, chunki hamma gap imidjda. Vazifalarni, ishlarni bunday bajar. Shunda omad senga kulib boqadi va boy bo‘lasan», deb uqtirishadi. Har bir shahar, hatto har bir qishloq va har bir mahallaning o‘ziga xos shart-sharoiti bo‘lgani holda, xorijliklarning hamma tajribasi ham bizga to‘g’ri kelmaydi. Siz bu tajribani amalga oshirganingizda, yaxshi natija olishingiz qiyin. Ular aytgan, ular ko‘rsatgan kiyim va buyumlarni sotib olishga sizni «majburlashadi». Butun umr yangi chiqqan urfni kuzatib, ko‘rinmas ip bilan bog‘lanib qolasiz. Bu sizning zararingizga, ularning foydasiga qo‘yilgan tuzoqdir. Siz o‘zingizga badavlat inson shaklini berish uchun barcha buyumni olaverasiz.

Unutmang, dunyo musobaqa maydoni emas! Agar hayot kimo‘zar poygasi bo‘lganida, hamma miz mag‘lublar safida bo‘lardik, to‘g’rimi? Chunki, g‘olib bitta bo‘ladi, qolganlar esa Mag‘lub.

Dunyoni musobaqa maydoni, hayotni poyga deb qarab, bir-biridan o'zishga intilib, bundan zavq oluvchilar bor. Endi o'ylab ko'ring, kim inson degan nomga loyiq? Ular loyiqmi yoki hayotda kimo'zarga musobaqalashmaydigan, doim atrofидаги муҳтоjlарга ўрдам бераб, ўқилгандарни о'llaydиганлар loyiqmi bunday sharafga? Atrofin-gizga qarang! Balki, musobaqa qilmagan, bosh-qalardan o'zishga intilmagan insonlar o'z hayoti ni boricha qabul qilib, shundan zavqlanib, bizdan ko'ra huzurli, baxtli, xotirjam hayot kechirayot-gandir?

*Bir necha yil avval AQShning Sietl shtatida daun sindromi bilan kasallangan yoshlar orasida o'tkazilgan olimpiadada qiziq voqeа ro'y berdi. Yuz metrli masofaga yugurish bo'yicha musobaqada aqli zaif yoshlar yugura boshlashdi. To'qqiz ishtirokchi qatnashgan musobaqada birisi muvozanatini yo'qotib yerga yiqildi. Shunda ho'ngrab yig'layotgan sherigini ko'rgan qolgan ishtirokchilar birdaniga to'xtab, orqalariga qay-tishdi va yiqilgan sherigini o'rnidan turg'azib qo'yishdi. So'ngra hammalari birgalikda qo'l ush-lashib, yuz metrli marradan o'tishdi.*

Qani, aytинг-chi, odatda kimlarni aqli zaif deb ataymiz? Tafakkur qilib ko'raylik, yashash tarzimiz

soxtaliklarga to'lib-toshmayaptimi? Hayotimiz faqat yeb-ichish, o'zimizni ko'z-ko'z qilishdan iborat bo'lmayaptimi? Bir-birimizni nega qiynaymiz, ko'rolmaymiz, hasad qilamiz, yiqilgan bo'lsa, battar tepkilaymiz. «Sen ezmasang, boshqalar seni ezadi», degan tushuncha ongimizga qachon o'rashib qoldi?

*Qadimda bir odam tuyasiga minib safarga otlanibdi. Uzoq yo'l bosib kimsasiz cho'llardan o'tayotganida yo'l chetida ochlik va suvsizlikdan qiynalib nochor ahvolda o'tirgan odamni ko'ribdi. «Iltimos, yordam bering, bir qultum bo'lsa ham suv bering», deb yalinibdi u odam.*

*Yo'lovchi yordam ko'rsatmoqchi bo'lib tuyadan tushibdi va suvdonini nochorga uzatayotganda haligi odam katta tosh bilan yo'lovchini urib yaralabdi. Keyin uning tuyasiga minib, qocha boshlabdi. Shunda yaralangan yo'lovchi ortidan baqiribdi: «Hoy, mayli, tuya senda qolaversin, roziman. Faqat iltimos, bu voqeani hech kimga aytma. Bo'lmasa insonlar bir-biriga ishonmay, yordam ham bermaydigan bo'lib qoladi. Men shundan qo'rqpaman».*

To'xtab, o'zimizga bir razm solaylik. Hayotimizni, turmush-tarzimizni sarhisob qilaylik. Hayotimizdan mamnun bo'lamizmi, to'g'ri va

zavq bilan yashayapmizmi? Vijdoningizga qulq solib ko'ring-a, qayerlarda xato qilayotganingizni va uni tuzatish uchun nimalar qilish kerakligini aytarmikan?!

*Bir ko'ngli keng ayol mehribonlik uyidan jajji qizaloq asrab olibdi. Ayol unga g'amxo'rlik qilib yaxshi qarabdi va bolalar bog'chasiga joy-lashtiribdi. Kunlarning birida bog'chadagi boshqa bolalar qizni «yetimcha, asrandi», deb mas-xara qilishibdi (Aslida, bolalarning pok fitratida bunday masxaralash odati bo'lmaydi, oilasidan o'rghanib qiladi).*

Kechki vaqt qizni olgani onasi kelganida, qizaloq ko'zlarida jiqla yosh bilan onasidan so'rabdi: «Oyijon, asrandi nima degani?»

*Ona mehr to'la ko'zlari bilan qiziga qarab, shunday debdi: «Boshqa bolalar kabi onasining qornida emas, qalbida katta bo'lgan deganidir, qizim». Qizaloq quvonib ketib onasini quchoqlabdi.*

Nega uzoqni yaqin qiluvchi, og'irni yengil qiluvchi turli vositalar rivojlansa-da, insonlar tobora o'zini baxtsiz his qilmoqdalar? Nega insonlararo mehr-oqibat yo'qolmoqda? O'ylab ko'rganmisiz? Nega?

Tailandda maymunlarni tutish uchun ajoyib tuzoq qo'yish usullari bor. Uzun zanjirning bir

uchini daraxtga bog'lab, boshqa tarafiga kokos yong'og'i bog'lanadi. Kokosni kichkina teshib, ichiga shirinlik qo'yiladi. Maymun shu shirinlikning hidiga keladi. Qo'lini zo'rg'a kokos teshigiga tiqadi. Shirinlikni ushlagan vaqt qo'li musht holatida bo'lgani uchun tashqariga chiqarolmaydi. Ovchilar yaqinlashganida, maymun dovdirab qocholmaydi. Aslida, maymunni hech narsa ushlab turmaydi. U bu vaziyatda shirinlikni qo'yib, qo'lini kichkina teshikdan chiqarishi kerak edi. Lekin maymunlarda ochko'zlik kuchli bo'lgani uchun kamdan-kam maymunlar bu tuzoqdan qutulib qoladilar.

Bizlarni ham tuzoqqa tushirgan va qopqonda qolishimizga sabab bo'layotgan narsa bu zehnimizga o'rashgan hirs va ochko'zlik emasmi? Ellik yil avval ham insonlarda pul bor edi. Do'konlarda ehtiyojiga yetadigan o'nta mahsulot bo'lardi. Odamlarning puli esa o'nta mahsulotning beshtasiga yetardi. Ya'ni, ehtiyojining yarmini ololardi. Bugun ham insonlarda pul bor. Odamlarning puli esa ularning yuztasiga yetadi. Bu yuztasi ehtiyojidan ham ortiqcha. Lekin inson to'ymayapti, ehtiyoji bo'lmasa ham boshqa narsalarni ololmagan uchun o'zini baxtsiz his qilyapti.

*Qadim zamonda bir podshoh bo'lgan ekan.  
Katta mamlakat hukmdori va behisob xazina*

*egasi bo'lsa-da, o'zini hamisha baxtsiz his qilar-kan. Koshonasiga turli masxarabozlar-u sozanda-  
lar kelsa ham uning ko'nglini ko'tarolmas ekan.  
Podshoh bir kuni debdi:*

– *Uzoq tog'larda bir donishmand yashaydi.  
Uni huzurimga olib keling. Dardimga faqat u cho-  
ra topishi mumkin.*

*Mo'ysafid donishmandni olib kelishibdi. Pod-  
shohning dardini eshitib, o'ylab ko'rgan donish-  
mand:*

– *Shohim, sizni baxtli qila oladigan birgina nar-  
sa bor. U ham bo'lsa – mamlakatdagi eng baxtli  
odamni topib, uning ko'ylagini mukofot evaziga  
oling va uni kiying. Ana shunda baxtli bo'lish siri-  
ni kashf qilasiz va bir umr halovatda yashaysiz,  
– debdi.*

*Bir kiygan kiyimini qayta kiymaydigan, ming-  
lab kiyimlari bo'lgan podshoh bu gapdan juda  
hayajonlanibdi. Mulozimlarni mamlakatning  
har yeriga yuboribdi. Xizmatchilar butun davlat-  
ni aylanib surishtirsa, odamlar baxtli kishi deb  
faqat bir kishini ko'rsatishibdi. Mulozimlar o'sha  
odamni topishibdi. Ne ko'z bilan ko'rishsaki, eng  
baxtli insonning egnida kiyimi yo'q ekan...*

Bugun biz besh-o'n kiyimimiz bo'lsa ham,  
huzursiz, baxtsiz yashaymiz. Balki bir-ikki kiyimi  
bor, u ham yirtiq-yamoq insonlar bizdan baxtli-

roqdir. Lekin ularni hech kim ko'rmaydi. Chunki ko'zlar faqat mol-dunyosi bor odamlarni qidiradi. Ularga qarab o'rnak olish uchun hayotni musoba-qaga aylantirib, kimdir yo'q boyligini ko'rsatish uchun qarz olib shohona to'y qiladi, yana kimdir itdan suyak qarz bo'lsa ham, kerilib ulovda sha-har kezadi. Insonning qadri bir parcha kiyim-u-turli matohlar bilan o'lchanadi...

Ba'zilar noto'g'ri fikrlab, buni xalqimizning urf-odati va mentaliteti deb ataydi. Ajdodlari-miz bizning zamonlarda yashashganida ular bu gaplarni tan olarmidi? Menimcha, yo'q. Amir Temur bilan yonma-yon turib dunyoning katta qismini egallagan otalar, turmush o'rtog'i safar-ga ketganida, oila sha'ninigina emas, mamlakat-ni boshqarib, butun xalq sha'nini himoya qilgan Bibixonimdek onalar o'z hayotlarini bunday ar-zon baholashmagan. Har bir kunning qadriga yetishgan. Chunki ularning yashashdan maqsadlari bo'lган. Oramizda hamma aybni zamon o'zgari-shida deb hisoblaydiganlar bor. Aslida, o'zgargan narsa zamon emas! Chunki, ming yil avvalgidek qish ham o'z o'rnila, yoz ham, fasllar alma-shishda davom etmoqda. Davr o'zgarmagan. In-sonlarning zehni va saviyasi o'zgargan, xolos!

*Ikki yil avval yoz kunlarida dengizda dam olib qaytayotganimda yo'l chetida chalajon mushuk-*

*ka ko'zim tushdi. U biroz avval mashina oyoqlarini bosib ketganidan jarohatlangan holatda yotardi. Veterinarga olib bordim, muolaja qildi. Keyin davlat hayvonlar qo'riqxonasiga topshirdim. O'sha kuni kechki vaqt bir tanishim, mendan bi-roz yoshi kichik ikki yigit vazir o'rinxbosari bo'lib tayinlangani haqida xabar yetkazdi. «Siz yuribsiz, mana qarang, boshqalar nimalarga erishyapti?», dedi.*

*Unga javoban shunday xat yozdim.*

*«Bu yigitlarning mansab va mavqeyi darajasi mendan yuqoriligi aniq. Lekin bugun bir mushuk hayotini saqlab qolish menga nasib qildi. Sizningcha, bu hayotda qaysi biri muhimroq?»*

Boshqalar hayoti bilan o'z hayotingizni solishtirishingiz oqibatida yoki kalondimog' yoki baxtsiz bo'lasiz. Chunki atrofingizda hamisha xuddi sizdek insonlar bo'lmaydi. Yoki sizdan yomonroq yoki yaxshiroq sharoit va holatdagi insonlar bor. Eng yaxshisi, siz o'z hayotingizni yashang. Boshqalarning hayotini kuzataversangiz, taqlid qila boshlaysiz. Shunday qilib, turli kiyim-kechak va boshqa qimmatbaho narsalarni qarzga bo'lsa ham sotib olasiz. Aslida, baxtli bo'lismish uchun siz kim bilandir raqobatlashishingiz yoki kimgadir taqlid qilishingiz shart emas. O'z hayotingizdagi

bor narsalarni ko'ring, qadriga yeting va ichin-gizdagi baxtni his qiling.

To'g'ri yashash qanday bo'ladi? Men kimman? Nega men bu dunyodaman? Vazifam nima? Men xohlagan narsa aslida shumi? Nega buni qildim? Biz ko'pincha o'zimizga shu kabi savollarni bermasdan yashaymiz. Hayotni sarhisob qilmay, poygaga berilib, kimgadir taqlid qilib, kimdan-dir o'zishga intilib, bir kuni ortga qaraganimizda, uzun deb o'ylaganimiz – hayot yo'limizning anchasini bosib qo'yan bo'lamiz.

*Bir kishi psixolog huzuriga kelib, debdi:*

*– Pulim, mol-dunyoyim bor. Hamma narsam yetarli. Sog'lomman. Oilam va farzandlarim bor. Hayotimda hammasi yaxshi. Faqat doim o'zimni baxtsiz va g'amgin his qilaman. Shuning uchun yoningizga keldim. Menga maslahat bering, – debdi.*

*Psixolog u odamga sinchiklab tikilgancha debdi:*

*– To'g'risi, sizdagi bu holatga mening tajribam yetmaydi. Yo'ning narigi tarafiga o'tsangiz, ko'chma sirk kelgan. Kecha borib, maza qilib tomosha qildim. Ko'nglim chigali yozildi. Ayniqsa, masxaraboz yoqdi. Siz ham boring, albatta, ko'nglingiz yoziladi, – debdi.*

*Haligi kishi esa ma'yus javob qaytaribdi:  
– O'sha masxaraboz menman...*

Boshqa insonlarga baxtliroq, chiroyliroq, boyroq ko'rinish, gap-so'zdan qo'rqish oqibatida hayotimiz sirkka, o'zimiz esa masxarabozga aylanib qolmayapmizmi? Keraksiz, zarurati bo'limgan narsalar bilan hayotimizni to'ldirishimiz sababi shu emasmi?

Siz uchun eng qadrli bo'lgan uch narsa haqida o'ylang!

Xo'sh, siz uchun hayotda eng qadrli narsa nima?  
(Umid qilamanki, uy-joy, telefon, mashina xayolingizga kelmagandir.)

Bu hayotda siz uchun eng qadrlisi bu, avvalo, o'zingiz bo'lishingiz kerak. Siz qayerda, qachon va kimning oilasida tug'ilishingizni tanlay olmaysiz. Qayerda va qanday o'lishingizni ham siz belgila-maysiz. Ammo qayerda va qanday yashash sizning izmingizda. Uni bemaqsad sarf qilingan kunlar bilan to'ldirish ham, yashash maqsadingiz bilan har daqiqasidan unumli foydalanish ham o'zingizga bog'liq. O'z hayotingizni mazmunli o'tkazishga intiling. O'zingiz uchun qadrli bo'lgan bir hayotda yashang. Qadrlash avval o'zingizdan boshlanadi. Unutmang, o'zini qadrlamagan insonni boshqalar qadrlashi qiyin. Shuning uchun avval o'zingizdan boshlang. Xohlagan narsani yeb-ichish va kiyinish bu o'zingizni hurmat qilish ma'nosini bildirmay-



*Ba'zi insonlar narnvonning eng oxirgi pog'onasiga kelgani-da, noto'g'ri devorga chiqqanini tushunadi.*

**Kolin Alta**

di. Boshqalardan ustun bo'lish yoki boshqalarni solishtirib ulardan yaxshiroq yashash ham o'zini qadrlash degani emas. Aksincha, keraksiz va zararli bo'lgan narsalardan uzoqlashish, atrofdagi insonlar bilan mehr-oqibatli bo'lish o'zini hurmat qilishning asosiy belgisi. Agar siz o'z-o'zingizga hurmat ko'rsatmasangiz, vaqt o'tgach aslida o'zingiz xohlagan hayotingizni emas, odamlarning sizdan kutgan turmush-tarzi bo'yicha yashashingizga to'g'ri keladi. O'zingizni, hayotingizni qadrlang va yashashdan aniq maqsadingiz bo'lsin!

Siz hayotda baxtli yashash uchun devorga noto'g'ri narvonda chiqmayapsizmi? Agar haqiqatan ham baxtli bo'lishni xohlasangiz, uning shartlari bor. Ular quyidagilar:

- Boshqalarga yaxshilik qilmagan, muruvvatli bo'limgan, xayr-ehsonni sevmagan inson baxtli bo'lolmaydi.
- Durust va halol bo'limgan, boshqalarni aldagani insonning huzur-halovati bo'lmaydi.
- Bilimini rivojlantirmagan, dunyoqarashini kengaytirmagan, vaqtini bekorchi narsalar bilan o'tkazgan, ishlashga ishtiyoqi bo'limgan, bir ishni eplolmagan kishi ham baxtli bo'lolmaydi.

- Mehr bermagan va mehr ko'rmagan inson baxtli bo'lolmaydi.

*Bir ayol yumushlari bilan ko'chaga chiqib qarasaki, tashqarida uchta nuroniy otaxonlar turgan ekan. Ularga qarab: «Bu yerlarda musofir bo'lsangiz kerak. Marhamat, uyga kiring, mehmonimiz bo'ling», debdi. Qariyalar: «Xo'jayininigiz uydami?» deb so'rashibdi. Ayol: «Yo'q, u kishi ishda edilar», deb javob qilibdi. «Unda kirolmaymiz», debdi nuroniylar.*

*Kechki payt uyga kelgan eriga ayol bo'lgan voqeani aytib beribdi. Shunda eri: «Ularga kelganimni ayt va uyimizga taklif qil», debdi. Ayol tashqariga chiqib, nuroniylarni uyga taklif qilibdi. Shunda ular: «Uzr, biz uchalamiz bir uyga birgalikda kira olmaymiz», debdi. Ayol ajablanib: «Nega?» deb so'raganida, ulardan biri shunday debdi: «Bu kishining ismi Boylik, bu kishiniki Muvaffaqiyat, mening ismim esa Mehr. Siz xo'jayiningiz bilan maslahatlashib ko'ring. Qay birimizni taklif qilasiz?», debdi.*

*Ayol uyiga kirib, eriga hammasini aytibdi. Er bundan quvonib: «Ajoyib-ku, albatta Boylikni taklif qilamiz. Kelsin va uyimiz boylikka to'lsin», debdi. «Nega Muvaffaqiyatni taklif qilmayapmiz?» debdi ayoli. Shu vaqt ularning gaplarini*

*eshitib turgan jippi qizlari: «Mehrni taklif qilaylik, otajon. Shunda uyimiz mehrga to'lardi», debdi.*

*Oilaning boshlig'i: «Qizimizning aytganini qila qolaylik. Tashqariga chiqib Mehrni taklif qil. Bizing mehmonimiz bo'lsin», debdi. Ayol nuroniylarning oldiga borib, Mehrni uygaga taklif qilibdi.*

*Mehr uygaga qadam tashlar ekan, uning ikki sherigi ham ortidan ergashibdi. Shunda ayol ajablanib debdi: «Biz Mehrni taklif qilgandik, sizlar ham kirypsizlar. O'zingiz aytdingiz-ku, birimiz kira olamiz, deb». Shunda nuroniylardan biri shunday debdi: «Agar siz Boylikni yoki Muvaffaqiyatni tanlaganiningizda, boshqalar xonadonin-gizga kirmas edi.*

*Ammo siz meni – Mehrni taklif qildingiz. Men qayerga borsam Muvaffaqiyat va Boylik doim menga hamrohlik qiladi».*

Ko'p insonlar baxt va omad deb hisoblab, erishishga harakat qilgan, umrini sarflagan narsalar aslida nima ekanini o'ylab ko'raylik.

**Boyl**ik – muvaffaqiyat va baxt bilan chalkash-tiriluvchi eng muhim masalalardan biri. Ko'p odamlar boylik va baxt bir narsa deb o'ylashadi. Ko'proq pul topsa, o'zini muvaffaqiyatli deb hisoblaydi. Biroq, aslo bunday emas.

**Mol-dunyo va qimmatbahoh narsalar** – biz biron bir narsani xohlab va agar unga erishsak,

o'zimizni muvaffaqiyatli deb hisoblaymiz. Ammo bu mol-dunyo bizga davomiy emas, balki o'tkin-chi baxtni keltiradi. Aslida, insonda mavjud narsalarning hech biri uning o'ziga tegishli emas. Erishgan, qo'lga kiritgan mol-dunyosiga u faqatgina vaqtinchalik qorovul, xolos.

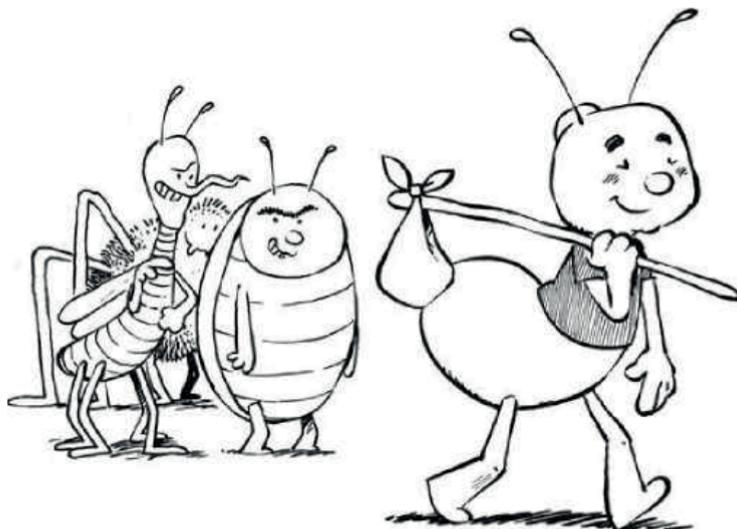
**Mansab, kuch-qudrat** – bu fe'l-atvori mustah-kam poydevor ustiga qurilgan va shaxsiyati kamol topgan kishilar uchun bir xazinadir. Pastkash odamlar uchun falokat vositasidir.

*O'qituvchi o'quvchilariga shishirilgan sharga har kim o'z ismini yozib kelishini aytdi. Ertasi kuni o'ttiz nafar o'quvchi darsga keldi. Sinfxona sharlar bilan to'lgan edi. O'qituvchi barcha sharlarni olib bir-biriga aralashtirdi. Keyin o'quvchilariga «Hamma o'z ismi yozilgan sharni uch daqiqa ichida olsin», dedi. Sinfxona g'ala-g'ovur bo'lib ketdi. O'quvchilar o'z ismi yozilgan sharni olishga intillardi.*

*Uch daqiqa o'tgach, faqatgina besh-olti o'quvchidan boshqa hech kim o'z ismi yozilgan sharni topa olmagan edi. O'quvchilar nafas rostlab olgach, bu safar o'qituvchi: «Endi har kim qo'lliga olgan sharni ismi yozilgan egasiga bersin», dedi. Bir daqiqa ichida har bir shar o'z egasini topdi. Shunda o'qituvchi:*

*– Hayot ham ana shunday. Hamma o'zini, aqlini yo'qotib, har narsadan, har yerdan baxt qidiradi. Lekin hech kim baxt nimada ekanini to-polmaydi. Bizning baxtimiz aslida bir-birimizning baxtimizdadir. Boshqalarga quvonch bering. Sizning baxtingiz ham o'zingizga albatta keladi, – debdi.*

Hayotingizni huzur va mazmunga to'la o'tkazish, har doim baxtli yurish uchun yashashdan maqsadingiz bo'lсин. O'zingiz xohlagan va undan zavq oladigan yashash maqsadini belgilab, uni qo'lingizdan kelganicha qadrlang va hayotingizning bezagiga aylantiring.



*Qonunlar va qadriyatlar insonlarni  
boshqaradi. Inson ularni emas.*

***Gerodot***

## QADRIYATLARINGIZ

---

*Dunyoda hamma baxtli yashashni xohlaydi. Lekin, sizni baxtli qiluvchi narsa bu kim ekanligingiz yoki nima qilganingiz emas. Sizning dunyoqarashingiz va qadriyatlariningizdir.*

*Deyl Karnegi*

Hayotda amal qiladigan qadriyatlaringiz bo'lsa, demakki, amalga oshiradigan ishlaringiz, tashlaydigan qadamlaringiz oson bo'ladi. Agar qadriyatlaringiz, maqsadingiz, orzuyingiz aniq bo'lmasa, qadam tashlashda, qaror berishda ikkilanasiz. Qayerga borishni bilmasligingiz hayotingizdagi ma'noni o'g'irlaydi. Chunki qayerga borishni bilmasangiz, ma'nosini, oqibatini tushunmay, duch kelgan yo'ldan yurishingiz mumkin.

*Bobo nabirasi Jamshid bilan sayrga chiqibdi. Shaharning sershovqin ko'chalarida yurishar ekan, bobo nabirasiga: «Qushlar sayrayapti, eshityapsanmi?», debdi. «Yo'q, eshitmayapman», debdi Jamshid. Yana yo'llarida davom etishibdi. Sokin xiyobondan o'tisharkan, bobo yana*

*so'rabdi: «Bolam, qushlarning sayrashini eshit-yapsanmi?» Jamshid bu safar qush tovushlarini eshitayotganini aytibdi.*

*Uyga qaytishar ekan, mahallaning gavjum bozoridan o'tishayotganida Jamshid bobosidan: «Shaharning shovqini ichida qushlarning sayrashini qanday eshitdingiz?» deb so'rabdi.*

*Bobo hamyonidan bir tanga olib, odamlar orasiga otibdi. Hamma insonlar yerga tushib jaranglagan tangaga qarabdi. Shunda bobo o'zining qilgan ishini hayrat bilan kuzatayotgan nevarasiga qarab shunday debdi: «Qushlarning ovoziga diqqatimni berib eshitdim. Kim biron narsaga qattiq e'tibor qaratса unga, albatta, erishadi».*

Qadriyatlariningizni anglab olmasangiz, ortidan intilganingiz pul va mol-dunyo siz uchun eng qadrлиси bo'lib qoladi. Qadriyatlar esa o'z qarorlarin-gizga ta'sir qilganidek, to'g'ri fikrlashingizga ham ta'sir qiladi. Hayotga nisbatan dunyoqarashin-gizni belgilaydi. To'g'riso'zlik, halollik, ishonchlilik, xushmuomalalik kabi sifatlarni shakllantiradi. Bu sifatga ega insonlar bilan bir oiladek yaqin bo'lasiz.

O'zbek oilasida dunyoga kelgan farzand ulg'a-yib katta bo'lganida ham uy-joy qilib uylanishiga uning oilasi yordam beradi. Bu holat g'arbliklar uchun biroz g'alati! Angliyalik qiz o'qishini davom

ettirish uchun oliyoh to'lovlari uchun oilasidan yordam so'raydi. Ota-onasi qiziga ajratgan meros hisobidan yordam ko'rsatishi mumkin, bu ular uchun oddiy holat, biz uchun esa biroz noodatiyoq. Yoki voyaga yetishi bilanoq farzandini ko'chaga chiqarib, «Aravangni endi o'zing tort», deyish g'arbliklar uchun odatiy holat bo'lsa, bizga odatiy emas. Xuddi bizning qadriyatlar ularga boshqacha ko'ringanidek. Shuning uchun g'arbliklarning qolipi, hayot tarzi va falsafasidan boshlab, yuqorida aytganimiz – omad haqidagi kitoblarigacha barcha narsalari siz-u bizga to'g'ri kelmaydi, hayotimizga foyda keltirmaydi. Shunday ekan, o'z qadriyatlariningizni milliy an'analar, mahalliy odatlar va diniy qadriyatlar asosida shakllantirishingiz kerak.

*Uzoq yillar qurilish korxonasida ishlagan xodim nafaqaga chiqish uchun ariza yozibdi. Rahbari*

*undan nafaqaga chiqishdan avval oxirgi bir uyning qurilishida bosh-qosh bo'lishini iltimos qilibdi. Xodim noiloj rozi bo'lib, qurilishni boshlabdi. Odatdagidek, arzon va sifati past mahsulotlar ishlatib,*

  
Ko'ngil g'ashligi va yurak siqilish chorasiszlik yoki ojizlikdan emas, yashashga chorlovchi biror narsa yo'qligidan.

*Pat Mesiti*

*uyni tezgina bitiribdi. Bitgan uyning kalitini rahbariga topshirish uchun oldiga kirganida, rahbar:*

*– Kalit sizda qolaversin. Bu uy sizga sovg'a edi.  
O'z uyingizni qurdingiz, – debdi.*

Qadriyatlarni oilam va bolalarim deb qaramang. Bu xatarli. Chunki vaqtি kelib o'z oilangiz manfaati uchun minglab insonlarning zarariga osonlikcha rozi bo'lisingiz mumkin. Siz butun xalqimizni bir oila deb qarang. Shunda siz atrofdagi insonlarga, qarindosh, dildosh, qadrondonlar ko'zi bilan qaraysiz.

**Hayotingiz davomida quyidagilarni doim yoda tuting:**

- O'zingizni qanday kashf qilasiz?
- Maqsadlaringizni qanday aniqlaysiz?
- Maqsadlaringizga erishish yo'lida qanday qadamlar tashlaysiz?

Birinchi bo'limda siz haqingizda gaplashdik. Aniqlashingiz zarur bo'lgan uch muhim manbaga to'xtaldik.

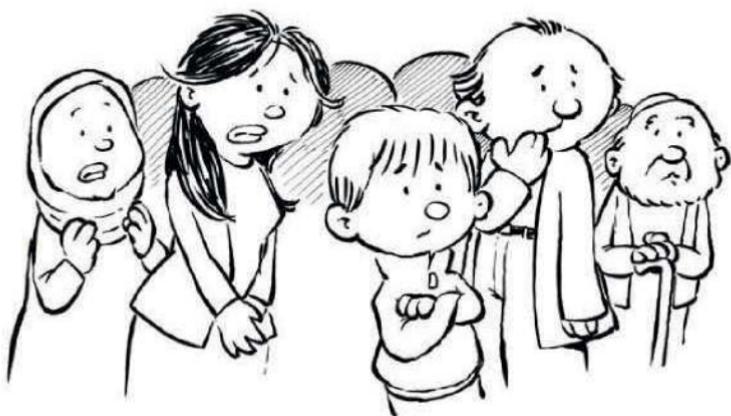
**KELAJAK ORZULARINGIZ** – qiyin damlarda sizni oldinga intilishingizga undaydi. Yorug'lik sochib, qadamlaringiz uchun sizga kuch beradi. Unga yetishish xayoli doim qaddingizni tik tutib yurishingizga yordam beradi. Hayotingizni yoritib, sovuq kunlarda issiqlik beradi. Aslida, ularning ro'yobga chiqishi muhim emas.

**YASHASHDAN MAQSADINGIZ** – faqatgina sizga tegishlidir. Hayotingizga mazmun bag'ishlaydi, oldinga intilishga undaydi. Sizni o'ziga chorlaydi. Amalga oshirgan ishlaringizdan zavqlanishni, mamnuniyat hissini orttiradi. Kelajak bilan bog'liq rejalaringizga yordam beradi. Butun umr hayotingizda muhim o'r'in egallaydi.

**QADRIYATLARINGIZ** – kundalik qarorlar va vazifalaringizni osonlashtiradi. Qadriyatlaringizga qanchalik sodiq bo'lsangiz, shuncha foyda. Ular, siz tashlayotgan qadamlarning to'g'riligini o'Ichaydi va nazorat qiladi.

O'zingizni bir imorat deb tasavvur qiling. Yashashdan maqsadingiz uyning poydevori, kelajak orzularingiz uyning tomidir. Qadriyatlaringiz esa ikkisini birlashtiruvchi pishiq g'ishtin devorlardir.

Umriziga nazar solsak, kuchli bo'ronlar ichidagi bitta qum zarrasimiz. Siz shunday imoratni shakllantirib qurolmasangiz, shamol qayerdan essa essin, sizni uchirib, duch kelgan tomonga uloqtiradi.



*Maqsadlarni aniqlab olish – tezroq  
intilishdan ham muhimdir.*

***Klarisi Lispektor***

## MAQSADLARINGIZ

---

*Yomon guman qiluvchi insonlar faqat qorong'i tunnelni ko'radi. Yaxshiliklarni umid qiluvchilar tunnelning oxiridagi nurni ko'radi. Hayotga haqiqat ko'zi bilan qaraganlar, tunnel va nur bilan birga kelayotgan poyezdni ham ko'radi.*

**Sidney Harris**

Iltimos, quyida belgilangan joyga kelajakdagi maqsadlaringizni yozing.

***Kelajak maqsadlaringiz***

Rahmat!

Birozdan so'ng beradigan ma'lumotlarimni o'qiganingizda, kelajakdagi maqsad deb yozganlaringiz aslida maqsad emas, niyat ekanligini ko'rasiz. Kelajakda erishishni istaganlaringiz, niyatdan kelajakdagi aniq maqsadlar ko'rinishiga o'tishi uchun zaruriy qoidalalar bordir. Kelajak maqsadlaringizni belgilayotganingizda doim ushbu qoidalarga diqqat qiling. Agar niyatlariningiz bu talablarga mos bo'lsa, u maqsadingizga aylanadi. To'liq mos bo'limasa niyat bo'lib qolaveradi.

- Zavqlantiruvchi
- Hamkor
- Mantiqlilik
- Aniqlik
- Erishiluvchi
- O'Ichovli — Vaqt
- // Mablag'
- Son

**ZAVQLANTIRUVCHI.** O'z oldingizga qo'ygan maqsadingizga erishganingizda, intilishlarimga, urinishlarimga, harakatlarimga yarasha arziydi, deyishingiz kerak. Agar belgilagan maqsadingizga erishishingiz sizni xursand qilmasa, barcha qilgan xatti-harakatingiz behuda ketgan bo'ladi. Bosh-qalarga zavq beruvchi maqsadlar, sizga mos kelmasligi va sizni baxtli qilmasligi mumkin. O'zin-

giz uchun belgilagan maqsadga erishganingizda: «Ha, men istaganim aynan shu edi», deyishingiz kerak. Lekin, «Eh, shuning uchun shuncha ter to'kib ovora bo'lganmidim», desangiz – bu yomon.

**HAMKOR.** Shaxsiy maqsadlaringizni belgilayotganingizda, o'sha maqsadingizga erishish yo'lida yoningizdagi sheriklarning fikrlarini hisobga olmasangiz, ularni o'z maqsadingizga hamkor qilmasangiz muvaffaqiyatsizlikka uchraysiz. Masalan, nafaqaga chiqqanimdan keyin tabiat qo'ynida yashayman, tog'-adirlar bag'rige joylashaman, deb maqsad qilasiz. Nafaqaga chiqqan vaqtingizda oilangizga qarab: «Qani, ketdik, mana endi hammamiz borib tog' bag'rida yashaymiz», desangiz, oila a'zolarining bunga rozi bo'lmasi-  
gi mumkin. Chunki, bu ularning fikri yoki niyati emas, bu – sizning maqsadingiz. Shuning uchun o'z oldingizga maqsad qo'yayotganingizda bosh-qalarning fikrini ham inobatga oling, maqsad uchun hamkor bo'ling.

**MANTIQLILIK.** O'zingizga maqsad belgilayotganingizda uning mantiqli ekanligiga e'tibor qaratishingiz shart. Zavqlantiruvchi va mantiqlilik o'rtasidagi farq shuki, maqsadning zavqlantiruvchi bo'lishidagi omil bu – o'zingizdir. Bunda sizning

ichki ovozingiz, ichki hislaringiz, o'z huzur-halovatingiz zarur hisoblanadi. Mantiqli bo'lishda esa tashqi ma'lumotlar va sabablar muhimdir.

**ANIQLIK.** Niyatingiz maqsadga aylanishida navbatdagi qoida bu – maqsadingizning aniq va tushunarli bo'lishidir. Masalan, men kelajakda katta odam bo'laman desangiz, bu yerda aniqlik yo'q, mavhumdir. Agarda, «men mebel ishlab chiqarish sohasida yirik korxona ochib, rahbar bo'laman», desangiz, bunda maqsadingiz aniq bo'ladi. «Kelajakda xorij davlatlarida o'qiyman», deyish niyatdir. «Yaponiyadagi Osaka universitetida o'qiyman», desangiz niyat maqsadga aylanadi. Niyatlarning maqsadga aylanishidagi qoidalaridan biri – maqsadingiz to'liq ta'riflangan va u yetarli darajada tushunarli bo'lishi, ya'ni aniqlik bo'lishi shart.

**ERISHILUVCHI.** Agar maqsadingiz siz erisha oladigan darajada bo'lmasa, bu faqatgina orzuligicha qolaveradi. Maqsadga yetisha oladiganingiz deganim, osonlikcha erishiladigan maqsadlar ma'nosida emas. Albatta, baland tepaliklarni belgilash yaxshi. Ammo judayam yuqori cho'qqilariga chiqishni maqsad qilsangiz, unga yetolmay qolganingizda o'zingizni baxtsiz va nochor hisqila boshlaysiz. Keyin esa tasalli bo'lsin deb,

zaruratingiz bo'Imagan matohlar bilan o'zingizni ovutishga urinasiz, boshqalar siz uchun yanada baxtli ko'rina boshlaydi. Erishib bo'lmaydigan maqsadlar sari intilgan inson bir oz muddatdan keyin o'zini beliga bog'langan tayoqning uchidagi sabzi orqasidan yurgan tegirmon eshagidek his qilishi mumkin.

Qadimda tegirmon toshlarini aylantirishda eshakdan foydalanib, uning beliga bir tayoq, tayoqning uchiga uzun ip bilan sabzi bog'lashar ekan. Bechora eshak sabziga yetaman deb kech-gacha tegirmon atrofida yurar ekan. Inson tabiat esa unday emas. Biroz muddatdan keyin, agar maqsadiga yeta olmasa qulog'i shalpayib bar-chasidan voz kechishi mumkin. Aynan nimalarga erishishingiz mumkinligini hech kim sizchalik bilmaydi baribir. Qaysi maqsadlarga erisha olishingizni faqatgina o'zingiz belgilay olasiz.

*Amerikalik 34 yoshli suzuvchi Florens Chedvik Katalina orollaridan Kaliforniya sohillarigacha bo'lgan 34 kilometr masofani to'xtamay suzib o'tgan ilk ayol bo'lishga qaror qilibdi. Bunga-cha u Mansh dengizining ikki qirg'oq orasini suzib o'tgan edi. Yozning chillasida okeanni sovuq va quyuq tuman qoplagan paytda tuman shu darajada ediki, yonidagi nazoratchilar bir-birlarining qayiqlarini zo'rg'a ko'rib turardi. Florens*

*akulalar hujumi va muzdek suv bo'lishiga qaramay, o'n besh soat suzdi. Yonma-yon qayiqda suzib kelayotgan uning murabbiyi va onasi uning qirg'oqqa juda yaqin qolganini aytishdi. Lekin Florens qat'iyatli va omadli suzuvchi bo'lsa-da, voz kechishini va o'zini suvdan chiqarishlarini so'radi. Chedvik 33 kilometrlik masofani suzib, qirg'oqqa bir kilometr qolganida suzishdan voz kechish sababini shunday izohladi: «Quyuq tu-man sababli qirg'oqni ko'rmadim. Ko'rganimda, yetib olardim».*

**O'LCHOVLI.** Maqsad belgilashda asosan uch yo'nalishdagi mezonlar belgilanishi shart: vaqt, makon va son. Qo'yan maqsadingizda vaqt cheklovi bo'lmasa, maqsad haqida gap ochish to'g'ri emas. Chunki biror ishni ikki yilda amalga oshirishingiz bilan yigirma yilda bajarishingiz orasida farq bor. Moddiy qiymat raqamlari ham yozilishi zarurdir. Bu mezonlarni belgilamasangiz, maqsadingiz o'z ma'nosidan uzoqlashib, niyat bo'lib qolib ketaverishi mumkin.

*Amerikaning Kanzas Universitetida bir tad-qiqot o'tkazish uchun bitiruvchi tala-balarga oq qog'ozlar tarqatildi. Talabalardan o'z oldilariga qo'yilgan maqsadlarini shu qog'ozga yozishlari so'raldi. Oradan 10 yil vaqt o'tganidan keyin*

*talabalarning universitetdagi ta’lim saviyasi va ularning 10 yildan keyingi hayotda erishgan muvaffaqiyatlari solishtirildi. Natija esa juda hayratlanarli edi. Darsdagi o’zlashtirishlari juda yuqori bo’lgan, lekin hech bir maqsadlarini qog’ozga yozolmagan talabalar ish faoliyatida ko’p yutuqqa erishishmagandi. Dars o’zlashtirishlari o’rtamiyona bo’lgan, lekin maqsadlarini qog’ozga aniq-tiniq qilib yozgan talabalar esa hayotda juda katta muvaffaqiyatga erishgan edilar.*

Hammamizning bu hayotda kelajak uchun rejalarimiz va turli xil istaklarimiz bor. Ushbu niylatlarni qanchalik ko’p aniqlashtirib maqsadga aylantirsak, betartiblik va beqarorlikdan qutulib, qiyin vaziyatlarga tushib qolishimiz ehtimali shunchalik kamayadi. Mazmunli va samarali umr uchun kelajakda aslida nimalarga erishishni istayotganimizni aniq bilishimiz kerak. Buni o’zingiz uddalashingiz va belgilashingiz lozim. O’z hayotingizga o’zingiz me’mor bo’ling.

*Germaniyalik bir professor yurtimizga sayohatga kelibdi. Qadimiy yerlarni aylanib yurib, hordiq chiqargani bir choxonaga kiribdi. Mehmonga xizmat qilib dasturxon tuzayotgan choxonachiga tikilib, professor yonidagi tarjimoniga debdi:*

– *Bu choyxonachidan so’rab ko’r-chi, bu joyning rivoji uchun keyingi 5 yilga nima rejasi bor ekan?*

*Tarjimon so’rabdi. Choyxonachi ajablanib, yelka qisib, «Bilmadim», debdi. Professor yana tarjimoniga:*

– *So’rab ko’r-chi, bu mehmondo’st insonning 10 yildan keyingi hayoti uchun nima rejasi bor ekan?*

*Choyxonachi:*

– *Bilmadim. Ha endi, yashasak ko’ramiz-da, – debdi xijolat bo’lib.*

– *Unday bo’lsa, 50 yildan keyinga belgilagan qanday rejasi bor, so’ragin-chi, – debdi yana tarjimoniga professor.*

– *Ey, hech qanaqa reja-peja yo’q. Nima olib ke lay mehmonga, oshmi, kabobmi, – debdi choyxonachi tajang bo’lib.*

*Shunda professor tarjimoniga debdi:*

– *Ish joyini rivoji bilan bog’liq hech qanday rejasi bo’lmasa, yaxshisi, bu yerni yopsin, – debdi.*



*Hayotning  
asl ma’nosi bilim  
emas, harakat-  
dadir.*

*I.V.Gyote*

Hayotimiz davomida qo’li- mizda maqsadlarimiz yozilgan qog’ozlar bo’lsin. Maqsadingiz bor bo’lsa, butun diqqatingiz va kuchingizni maqsadingiz yo’nalishi bo’yicha qaratib, oldinga intilasiz.

Insonlar hayotda faqatgina ikki xil ko'rinishda yashaydi.

***1. Hayotida ro'y bergan voqealarga nisbatan kurashib.***

***2. Maqsad belgilab, unga erishish uchun oldinga intilib.***

Birinchi ko'rinishga o'z hayotimdan misol kel-tiraman.

Sakkiz yildan buyon Vatanimdan uzoqda, xorij-da yashayman. Sakkiz yil avval hayotimda jiddiy tashvishli kunlar bo'lgan edi. Moddiy tarafdan har narsadan mahrum bo'lib, ustiga-ustak qarz-lar botqog'ida qolgandim. O'zimni qo'lga olib, hammasini qayta tiklab va yana barchasini iziga solib avvalgisidan ham yaxshiroq holatga kela olishimga ishonardim.

Faqat, atrofimdagi insonlar va ruhiy muhit intilishimga to'g'anoq bo'lgan eng katta to'siq edi. Shu sababli hammasini yangidan boshlash maqsadida uzoqlarga – boshqa davlatga ketdim. Keyinchalik o'ylab qarasam, hayotimda yangi sahifa ochishni o'z oldimga maqsad qilib emas, duch kelgan voqealarimga nisbatan kurashishim nati-jasida erishgan ekanman.

Ikkinchi ko'rinishga misol.

Rejissyor Piter Jekson mashhur «Uzuklar hukmdori» filmini suratga olish uchun vatani Yangi Zelandiyada tasvir maydonlarini yasatib, tayyorgarlikni boshlab yuboradi. Bu kino so'nggi yillardagi eng mashhur va yirik budgetli filmlardan biridir. Filmda bosh qahramon rolini o'ynash ko'p aktyorlarning orzusiga aylandi. Bosh qahramon Frodo obrazi uchun kastingda ikki yuzdan ortiq aktyorlar qatnashgan edi. Rejissyor va film tashkilotchilari uzoq vaqt o'tsa ham, qaysi nomzodni tanlash borasida aniq bir to'xtamga kelisholmadi. Elayja Vud ismli aktyor bu ikki yuzdan ortiq nomzodlar ichida yo'q edi. Lekin, bosh rolda o'ynashni astoydil xohlab, o'ziga maqsad qilib qo'ydi. U g'aroyib bir yo'l tutdi. Avval «Uzuklar hukmdori» kitobini o'qib chiqdi. Keyin esa asarning bosh qahramoniga mos liboslar topib, bir tasvirchini ijaraladi. Frodo obrazidan parchalar o'ynab, suratga tushirdi. Qayd qilingan «film»ni Yangi Zelandiyaga, Piter Jeksonga yubordi. Natijada, o'sha vaqtgacha tilga olsa arzigulik biror filmda o'ynamagan Elayja Vud bosh rolga munosib ko'rildi.

Mana ikki misol. Men, hayot to'lqini kelib urilganida cho'kmaslik uchun to'lqin yo'nalishida suzdim, deyishim mumkin. Elayja Vud bo'lsa, aniq

bir maqsad qo'yib, shu bo'yicha to'g'ri qadamlar tashladi. Agar o'sha ikki yuzdan ortiq nomzodning ichida oramizdagi insonlar bo'lganida, «No-haqlik bo'ldi, tanish-bilishchilik qilindi, soqqam yoki «tankam» bo'lganida men bu rolni o'ynash nari tursin, filmga o'zim rejissyorlik qilardim», deb ming'irlab yurardi.

Sirklardagi bahaybat fillar qanday o'rgatilishini bilasizmi? Juda oddiy. Filni kichik va kuchsizligida yerga qoziqlangan zanjirga bog'lashadi. Bu vaqt-da fil qanchalik urinsa ham, chiransa ham zanjirni uzolmaydi. Qoziqni ham yerdan qimirlatishga kuchi yetmaydi. Bora-bora kuchsizligini tushunib, o'zini urintirmay qo'yadi. Vaqt o'tib fil katta bo'lgach kuchli bo'lsa ham, o'sha kichkina bo'lib ko'ringan zanjirni uzishga va qoziqni sug'urishga kuchi yetmasligini o'ziga singdirgani uchun, shu holatga ko'nikib, harakat ham qilmay qo'yadi.

Ko'plab aqlli insonlar o'z zehnlarining kuchini chegara va devorlar bilan to'sib qo'yanlar. Ular-ga hamma narsa qiyindek ko'rindi. Biror narsaga erishish uchun pul, tanish-bilish yoki boshqa sabablar kerak, deb hisoblaydi. O'zlarining fikrlari ga sirkdag'i fil misoli asir bo'lib yashaydi. O'zlari chizgan chegaradan nariga aslo o'tolmaydi.

*11 yoshli yapon bolaning hayotdag'i orzusi dunyoga mashhur kurashchi bo'lish ekan. Lekin*

*bir falokatga uchrab chap qo'lini butunlay yo'qotibdi. Shunda u o'sha orzusidan voz kechibdi. Axir bir qo'l bilan qanaqasiga kurashchi bo'loladi? Shunday bo'lsa ham, oilasi uni bo'sh yurmasin deb Yaponiyaning mashhur dzyudo kurash ustasiga shogirdlikka beribdi. Ustozi bolaga bir qo'l bilan raqibini qulatish uslubini o'rgatibdi. Bola bu usulni tinmay mashq qilib puxta o'rganib olibdi.*

*Kunlarning birida ustozi:*

*– Yaqinda kurash bo'yicha musobaqa bo'ladi. Sen unda qatnashasan, – deganida bola ajablanib:*

*– Musobaqami? Bir qo'l bilan qanday qatnashishim mumkin? – deb hayratlanibdi.*

*– Senga ishonaman, o'rgangan usuling bilan bemalol qatnasha olasan, – debdi ustozi.*

*Vaqti kelib musobaqa boshlanibdi. Ustozi bolaga:*

*– O'zingga ishon, sen o'sha bilgan usulingdan foydalan, – deya dalda beribdi.*

*Bola kurash maydoniga tushib raqiblarini qisqa vaqtda birma-bir yerga qulataveribdi. Tezlik bilan finalga ko'tarilibdi.*

*Ustozi yana unga:*

*– Uslubingdan foydalan, albatta yutasan, – deb takrorlabdi.*

*Kurash maydoniga Yaponiyada dong'i ketgan kurashchi chiqibdi, qarasa, qarshisida mushtum-*

*dek keladigan va ustiga-ustak bir qo'li yo'q bola turibdi. Uni mensimagan bo'lib kulib yoniga ya-qinlashgan ekan, nima bo'lganini tushunmayoq, o'zini yerda chalpak bo'lib yotganini ko'ribdi. Bolakay musobaqaning g'olibiga aylanibди. Ustoz-shogird quvonch va hayajon bilan sovrinni qo'lga kiritib uyga qaytishar ekan, bola ustozidan so'rabdi:*

*– Ustoz, men bunga qanday erishdim? Mashq qilib, do'stlarim bilan kurash tushganimda, ular ko'nglim o'ksimasligi uchun yiqilib beryapti deb o'ylardim. Lekin, mana, hozir champion bo'ldim. Sababi nimada?*

*Ustozi jilmayib shunday debdi:*

*– Senda uch sir bor. Birinchisi – sen mashhur kurashchi bo'lishni o'z oldingga aniq maqsad qilib qo'yganding. Ikkinchisi – kurashda eng qiyin bo'lgan chirpirak qilib qulatish usulini to'liq va mukammal o'rganding. To'g'risi, men ham bu darajada eplolmayman. Uchinchisi esa – sening bu usulingga qarshi birgina himoya yo'li bor. U ham bo'lsa bu usulni qo'llaganning chap qo'lidan tutishi.*

O'z maqsadlaringizni to'g'ri va aniq belgila-sangiz, o'sha vaqtida hatto sizning kamchilik va nuqsonlaringiz ham xalaqit bermaydi. Aksincha, chap qo'li yo'q kurashchi kabi sizning kamchiligin-

giz maqsadingizga erishish yo'lida foydangizga xizmat qilishi mumkin.



Hayotingizdagagi eng katta to'siq bu – sizning bir-biriga ikki tomchi suvday o'xhash odatiy turmush tarzingizdir. O'z ustida doim ishlab, qobiliyatlarini shakllantirib, bilimlarini rivojlantira olmaydigan odam o'rni yo'q odam deganidir. Shakllanmaslik va rivojlanmaslik bu hayot jarayonidan uzoqlashish, qoliplangan bir muhitda yashash, muvaffaqiyatlarni chetga surish, o'z insonlik qadrini yo'qotish deganidir.



Bundan o'n besh yil burun paxta mavsumiga hasharga borganimizda, qishloq aholisi, «Hasharchilar kelgan ikki oy biz uchun juda mazmunli bo'ladi. Keyin esa yana bir xil zekarli hayot boshlanadi», degan edi. Bugungi kunda ularning turmush tarzi aynan o'sha holatda davom etayotgandir. Bunga shubham yo'q. Holbuki, behuda o'tkazayotgan vaqtini foydalanayotgan telefon va internetlaridan turli xorij tillarini o'rganishga sarflashi mumkin. Yangi-yangi izlanishlar uchun juda ko'p vaqt va imkoniyati bordir. Uzoq qishloqlarda yaylovda qo'y boqayotgan bolaning har yili bittadan til o'rganishiga kim yoki nima xalaqit beradi? Birgina ingliz tili lug'at kitobi yetarli buning uchun. Yaylovdag'i boladaki imkoniyat bor ekan, siz keng imkoniyatlar ichida o'n barobar, yuz barobar o'z ustingizda ishlashdan aslo erinmang. «Vaqt yo'q», deb o'zingizni aldaysiz. Vaqt emas, intilish va harakat qilish uchun xohish yo'q, aslida.

*O'qituvchi dars vaqtida katta bir shisha idishni stolning ustiga qo'yib talabalarga:*

*Barcha imkoniyatlarimizdan foydalanib maqsadlarni amalga oshira o'rganimizda, natijalardan hatto o'zimiz ham hayratga tushgan bo'lardik.*

**Tomas Edison**

*Har qanday in-  
son o'rganishni, izla-  
nishni to'xtatganida  
qarishni boshlaydi.*

*Genri Ford*

– Mana hozir sizlar bilan  
tajriba o'tkazamiz, – debdi.

Keyin xaltadan yirik  
toshlarni olib shisha idish-  
ning ichiga ustma-ust joy-  
lashtiribdi. Boshqa tosh  
sig'maydigan darajaga kelganida, o'qituvchi:  
«Idish to'ldimi?», deb so'rabdi. Hamma talaba-  
lar «Ha, to'ldi», deyishibdi. «To'ldi deb o'ylaysiz,  
shundaymi?» deb o'qituvchi idish ichiga mayda  
shag'al toshlarni solib idishning eng tepasiga-  
cha to'ldiribdi. Idishni chayqatgan ekan, tosh-  
lar joy-joyiga tushibdi. O'qituvchi yana so'rabdi:  
«To'ldimi?» Talabalar bu safar ikkilanib: «Yo'q,  
to'Imaganga o'xshaydi», deyishibdi. O'qituvchi:  
«To'g'ri», deb bir qop qumni olib idishning ichiga  
solibdi. Qum idishning hamma bo'sh qismini egal-  
labdi. O'qituvchi yana so'rabdi: «To'ldimi endi?»  
Talabalar yana bir ovozdan: «To'ljadi», de-  
yishibdi. O'qituvchi: «To'ppa-to'g'ri», deb chelak-  
da turgan suv bilan idishning ichini to'ldiribdi.  
Shundan keyin o'qituvchi: «Mana endi to'ldi. Bu  
tajribamizdan siz qanday xulosa oldingiz?» deb  
talabalarga yuzlanibdi.

*Bir talaba:*

– Kundalik rejamiz qanchalik to'la bo'lsa ham,  
har doim foydali boshqa ishlar uchun vaqt topsa  
bo'ladi, – debdi.

*O'qituvchi talabaning so'zlarini shunday davom ettiribdi:*

*– To'g'ri, lekin aytmoqchi bo'lganim faqatgina bu emas. Agar katta tosh bo'laklarini eng boshidan idishga qo'ymasangiz, keyin umuman qo'yolmaysiz.*

Siz o'zingizga savol berib sarhisob qiling, siz uchun hayotdagi yirik tosh bo'laklari nimalar? Ularni birinchi bo'lib idish ichiga joylayapsizmi? Yoki idishni suv va mayda qumlar bilan to'ldirib katta toshlarga joy qoldirmayapsizmi?

Afsuski, izlanishdan to'xtaganimiz uchun ko'pchiligidan yigirma yoshda qarishni boshlaymiz. Butunlay qotib qolganimiz uchun o'ttiz yosha o'lamiz. Yetmish yoshimizda tanamizni ko'mishadi. Hattoki bir asr avval bobolarimiz bilim olish uchun yuzlab kilometr masofani otta bosishgan bo'lsa-yu, bugungi davrda uyda o'tirib dunyodagi barcha tillarni o'rgana oladigan vaziyatda hech bo'lmasa uchta til bilmasligingiz – sizning kamchilicingizdir. Hayotingizda yangi izlanishlar qiling. Bir xil davom etayotgan turmush tarzingizga mazmun bag'ishlash o'zingizga bog'liq.

*Ikki kishi o'rmonda daraxt kesayotgan edi. Birinchi odam sahar uyg'onib daraxtlarni kesishni boshlar, bir daraxtni qulatib, ortidan boshqa da-*

*raxtni kesar ekan. U kun bo'yi dam olishga ham, tushlik vaqtı ovqatlanışga ham vaqt ajratmas- dan tinmay ishlar ekan. Kechki vaqt do'stidan bir-ikki soat o'tgach, ishini to'xtatar ekan. Ikkinci yigit esa ish davomida bir oz dam olar, kun qoraya boshlaganida uyiga ketar ekan. Shu holatda bir hafta ishlaganidan so'ng, ular qancha daraxtni kesganini hisoblay boshlashibdi. Sanashsa, ikkin- chi odam ancha ko'proq daraxt kesibdi. Birinchi odam achchiqlanib:*

*– Qanday qilib axir? Men ko'proq ishладим. Sendan oldin ish boshlab, sendan keyin tugat- gan bo'lsam. Lekin sening kesgan daraxtlaring ko'proq. Buning siri nimada? – debdi.*

*Shunda ikkinchi odam jilmayib:*

*– Hech qanday sir yo'q. Sen tinmay ishlayot- ganingda, men nafas rostlab boltamni charx- ladim. O'tkir bolta bilan kamroq kuch sarflab, ko'proq daraxtlar kesdim, – deb javob qaytaribdi.*



O'z ustimizda ishlashimiz bu ishimiz samaradorligi, bilimimiz rivoji uchun boltani charxlash deganidir. Hayotda o'z ustingizda ishlab, kamchiliklaringizni bartaraf qilish uchun o'z maqsadlaringizni quyidagi yo'naliislarni hisobga olgan holda belgilashingiz kerak.

- Sog'liq.
- Aloqalar.
- Mablag'.
- Hayotdagি rejalar.
- Rivojlanish.
- Ish.
- Turmush hayoti.
- Sog'liq: yomon odatlar, salomatlik tartibi, vazn va boshqalar.
- Aloqalar: oila, qarindosh-urug', do'stlar, tanishlar bilan qiladigan o'zaro munosabatlar va ularga ajratiladigan vaqt.
- Mablag': topiladigan pul mablag'i va qilinadigan xarajatlar.
- Hayot rejalar: vaqt rejasi, kayfiyat boshqaruvi va kundalik rejalar.
- Rivojlanish: iqtidor, qobiliyat, imkoniyatlarni rivojlantirish va kelajakda yuqori pog'onalarga chiqishga yordamchi bo'ladi-gan bilim va malakalarga ega bo'lish.
- Ish: ish faoliyati bilan bog'liq rejalar, erishishga intilinayotgan mavqeyi, faoliyat

qilinadigan yo'nalish, nafaqaga chiqish uchun rejalangan yosh.

- Turmush hayoti: turmush qurish, qiziqishlar, o'zi uchun ajratiladigan vaqt, zavqlanib yashash uchun qilinadigan ishlar.

Maqsadlar hayotingizning har jihatdan shaklanishi va rivojlanishi uchun juda muhimdir. Oq qog'oz va qalam olib hech kim sizni bezovta qilmaydigan qulay muhitda qayta-qayta kelajak maqsadlaringiz haqida o'ylang. O'ylagan har bir fikringizni yozing. Moliyaviy maqsadlar, shaxsiy maqsadlar, munosabatlarga oid maqsadlar, sog'lig'ingiz bilan bog'liq va boshqa maqsadlar. Barchasini, xayolingizdan o'tgan nimayiki bo'lsa, hammasini yozing. Tugatganiningizda, qarasangiz, qog'ozga ko'pgina maqsadlar yozgan bo'lasiz. Ular orasida eng muhim bo'lganlarini ajrating. Maqsadlaringiz siz erishadigan darajada bo'lish bilan birga, siz o'z ustingizda ishlab, o'rganishингиз kerak bo'lgan hunar va bilimlarni talab qiluvchi qiyinchilikda bo'lishi kerak. Erisha olmaydigan o'ta murakkab maqsadlarni qo'yishingiz oqibati sizda umidsizlik, tushkun kayfiyat va o'zingizga bo'lgan ishonchsizlikni keltirib chiqaradi. E'tibor bering: oldingizga qo'ygan maqsadlaringiz qiyin va erishiladigan bo'lishi zarur.

Har bir maqsadingiz uchun «Nega bu maqsad-ni tanladim? Bundan menga nima foyda bor?» degan savolni bering. Maqsadingiz samarali va foydali bo'lishiga aniq e'tibor qarating.

Birinchi bo'limda biz siz bilan o'zligingiz va hayot falsafangiz, yashashdan maqsadingiz, orzu-xayollaringiz va qadriyatlaringiz haqida suhbat qurdik. Ikkinci bo'limda esa kelajagingiz haqida gaplashdik. Maqsadlaringizni qanday belgilaysiz, niyatlar maqsadga aylanishi uchun qaysi qoidalarga mos bo'lishi kerak?

Uchinchi va oxirgi bo'limga keldik. Bu bo'limda siz va kelajagingizga olib boruvchi yo'l haqida suhbat quramiz.

Xo'sh, bu maqsadlarni qanday amalga oshirasiz?

Bu hayotda muhim bo'lgan narsa kimdandir ustun bo'lish yoki kimdandir o'zib ketish emas. Muhimi, ham o'zingizga, ham jamiyatga, ham tabiatga foydali bo'lgan baxtli va zavqli bir umr kechirishdir. Siz va kelajagingiz orasidagi yo'l nurli bo'lishi uchun to'rt asosiy talabni bajarishingiz kerak. Agar siz ularni to'g'ri va tartibli bajara olsangiz, yo'lingiz doim yorug' va oydin bo'ladi. Ular sizni har yiqilganingizda qo'lingizdan tutib, qo'llab yuradi. Men ular haqida to'xtalib o'tayotganimda, har biri uchun alohida o'zingizga o'zingiz savol bering: «Bu menda qanchalik bor?»

Maqsadlaringizga olib boruvchi yo'lda yurish vaqtida quyidagi bosqichlardan o'tasiz:

Har bosqichning uch ildizi bor. O'z maqsadlaringizga erishishda ularni bajarishingiz shart bo'lgan asosiy talablardir. Hayotda bilim, murommala va uddaburonlik kabi xislatlarning juda foydali o'rni bor. Faqat ular maqsadingizga erishish uchun qo'shimcha foya keltiradi. Maqsadga erishish yo'lida eng asosiysi ular emas. Keyingi sahifalarda eng asosiy xislat va sifatlarga to'xtalamiz. Har biri uchun «Bu menda qanchalik bor?» deb so'raganingizda, javobingiz qoniqarli bo'lmasa, o'z ustingizda ishlab, o'zgarishingizga to'g'ri keladi. O'zgarishlar haqida xalqimizda: «Sut bilan kirgan jon bilan chiqadi», degan maqol bor. Siz bu maqolni qanday tushunasiz? Inson yomon fe'lini o'zgartira oladimi?

Amerika tadqiqotchilarning fikriga ko'ra, agar inson xohlasa, hatto qarigan chog'ida ham fe'lini, xarakterini 12 foizga o'zgartirishi mumkin ekan.

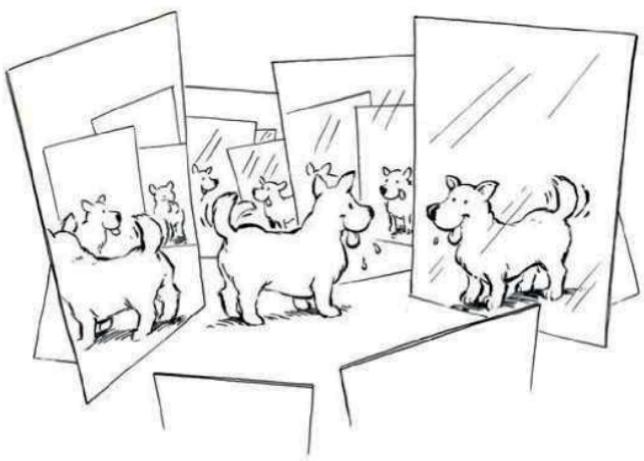
Demak, boshlaymiz.

*Hindistondagi baland tog'larning cho'qqisi-da «Ming ko'zguli saroy» nomli qal'a bor ekan. Kunlarning birida bir it tog'ga chiqib, o'sha qal'aning zinapoyalarini birma-bir bosib saroya kiribdi. Saroyning mingta ko'zgusi bor xo-*

*nasiga kirib qarasa, qarshisida mingta it turibdi. Qo’rqib, darrov tuklarini hurpaytiribdi, dumini yig’ib, hurkitish uchun tishlarini ko’rsatgancha irillay boshlabdi. O’sha mingta it ham tuklarini hurpaytirib, dumini yig’ib, qo’rqinchli tishlarini ko’rsatibdi. It dahshatga tushib, saroydan qochganicha chiqib ketibdi. Shu vaqtdan boshlab butun dunyoni qo’rqinchli, yirtqich itlarga to’la deb ishona boshlabdi.*

*Oradan vaqt o’tgach, boshqa bir it tog’ga chiqib, o’sha qal’aning zinapoyalarini birma-bir bosib saroya kiribdi. Saroyning mingta ko’zgusi bor xonasiga kirganda mingta it turganmish. Ularni ko’rib quvonibdi. Dumini likillatgancha quvnab u yerdan bu yerga sakrab, itlar bilan o’ynay boshlabdi.*

*Bu it saroydan chiqqanida butun dunyo qadron va quvnoq itlarga to’la ekaniga ishondigan bo’libdi.*





## IJOBİY FIKRLAŞH

---

Yon sahifaga diqqat qiling. Nima ko'ryapsiz?

Yoningizdagilardan ham iloji bo'lса, bu sahifa-da nima ko'rishayotganini so'rang. Ko'pchilikning aytadigan gapi «qora nuqta» bo'lishi tabiiy. Asli-da esa katta oq sahifaning ichida kichkinagina bir nuqta xolos! Ko'zimiz oq qog'ozning mingdan bir qismini egallagan faqat qora nuqtani ko'rdi. Hayotda ham doim shunaqamiz, to'g'rimi? Ak-sarimizning bu hayotda qiladigan ishi, katta oqlik ichida kichkinagina qora nuqtalarni ko'rish. Eng qizig'i, chiroyli davom etayotgan turmushimizda ro'y bergen kichik ko'ngilsizlikni butun hayotimiz ustiga qora bulut qilib, qoplاب olamiz.

*Ota jajji qizchasi bilan o'ynar ekan, undan so'rabdi:*

- Oyingning ko'zlarini rangi qanaqa?
- Oq-qora, – debdi qizaloq.
- Qizim, ko'z oq-qora bo'lmaydi. Yoki qora, yoki ko'k, yoki jigarrang bo'ladi.

*Shunda qizcha oshxonaga borib, onasini qo'li-dan yetaklab kelib, debdi:*

– *Siz kattalar ko'zlardagi bu oqni ko'rmaysiz-larmi?*

Hayot haqidagi savollarga ko'pincha to'g'ri javoblarni bolalar berishadi. Hali hech narsa ko'rmanidan emas, ularning hayotga qarashlari beg'ubor, sof bo'lganidan. Biz esa ulg'ayganimiz sari hayotimizda asosan qora nuqtalarni ko'ramiz. Hayot sizning qarashlaringiz va fikrlaringizni turmushingizda aks ettiradi. Hayotga ijobiy qarasangiz, hayotingiz ham yaxshilanayotganini ko'rasiz.

*Bir donishmand yonida shogirdi bilan ko'cha-da birga ketishar edi.*

– *Hamma joyda jimjitlik, tinchlikmi? – deb so'rabdi shogird.*

– *Jimjitlik demagin, hech narsani eshitolmayapman degin, – debdi donishmand.*

Hayotga qanday qarashingizni shu savollar orqali sinab ko'ring. Gullarning tikani bormi yoki tikanli novdaning guli bormi?

Piyolaning yarmi bo'shmi yoki yarmi to'la? Yarmi to'la desangiz bu ham kam. Chunki yarmi to'la piyola aslidan ikki baravar kattadir! Fikrlashingiz harakatingizga, harakatingiz esa hayotingizga aylanadi. Ijobiy tomonlama fikrlasangiz, hayotingiz ham yaxshilanaveradi.

*Uzoq qishloqda yashovchi bolakay bobosining yonida o'tirib nariroqda talashayotgan ikki itni kuzatardi. Itlardan biri oq, biri qora edi. Bu bahaybat ikki it bobosining yonidan aslo uzoqlashmasdi. Qiziquvchan bolakay bobosidan so'radi:*

– *Bobo, nega doim bu ikki itni birga boqasiz? Nega birini rangi qora, biriniki oq?*

*Bobo kulib, nevarasining boshini silagancha debdi:*

– *Ular men uchun ikkita timsol, o'g'lim.*

– *Qanday timsol? – qiziqibdi bolakay.*

*Yaxshilik va yomonlikning timsoli. Aynan hozir ko'rib turganingdek ichimizda hamisha yaxshi va yomon fikrlar bir-biri bilan kurash olib boradi. Ularni kuzatar ekanman, doim shu haqida o'ylayman. Shu sababli doim ularni yonimda olib yuraman, – debdi bobo.*

*Bola shunda, agar kurash bo'lsa, biri g'olib bo'lishi kerak, deb o'ylabdi va bolalarcha savol beribdi:*

– *Unday bo'lsa bu kurashda kim g'olib bo'ladi?*

*Bobo ma'noli tabassum bilan nabirasiga qarab:*

– *Qaysi birimi, bolajon? Men qay birini ko'proq parvarish qilsam o'sha g'alaba qozonadi, – debdi.*



Siz ijobjiy fikrlarni parvarish qiling. Shunda mi-yangizda yomon tushunchalarga joy bo'lmaydi. Salbiy fikrlar miyada bor bo'lsa, yaxshi tushun-chalar ustidan g'olib bo'ladi. Ikkisining orasida nozik chiziq bor. Qaysi biri hayotga qarashingizda ko'proq joy egallasa, ikkinchisi uchun kam joy qoladi. Bag'ri kenglik oz bo'lsa, toqatsizlik oshadi, do'stlik kam bo'lsa, dushmanlik ko'payadi. Siz ijobiy bo'lganlarini ko'paytirishga harakat qiling.

*Argentinalik mashhur golf ustasi Robert de Vinchenzo bir turnirda qatnashib g'alaba qozonibdi. Mukofotni olgach, muxbirlar bilan suhbat o'tkazibdi. Ketish uchun avtoturargohga bor-*

*ganda yoniga g'amgin qiyofada bir ayol kelibdi. Ayol sportchini g'alabasi bilan tabriklagach, chaqalog'ining og'ir ahvolda ekanini va kasalxona uchun to'lashga puli yo'qligini aytib, yig'labdi.*

*Ayolning so'zidan ta'sirlangan Robert shu zahoti hamyonidan chek daftarchasini olib, katta miqdorda mablag' yozib, ayolga tutqazar ekan: «Umid qilamanki, tez orada chaqalog'ingiz tuza-lib ketadi», debdi.*

*Kelasi hafta Robert golfchi do'stlari bilan ko'rishganida, ulardan biri: «Avtoturargoh nazoratchisi aytgandi, o'tgan hafta sening yoningga bir ayol kelganmish va u bilan gaplashib-san», deganida Robert: «Ha to'g'ri, kelgan edi», deb tasdiqlabdi.*

*– Shunaqami? Unday bo'lsa eshit. U ayol g'irt yolg'onchi va muttaham ekan. Umuman, bolasi ham yo'q. Seni boplab aldabdi.*

*Robert ajablanib:*

*– Demak, hech qanday o'lim to'shabida yotgan go'dagi yo'q, shunaqami?*

*– Yo'q albatta. Bu gaplar bilan u seni laqillatgan.*

*– Bu xabar hafta davomida eshitgan eng quvonchli xabarim bo'ldi, – debdi Robert sevinib.*

Ayni derazadan tashqariga qaragan ikki odam: biri ko'chadagi balchiqni, ikkinchisi esa osmonda-

gi yulduzlarni ko'rardi. Siz o'z hayotingizga yaxshi tomondan qarang va shunday bo'lishga intiling. Chunki hayotingizga nimani chaqirsangiz o'sha keladi. Hayotidan, turmushidan nolib yuruvchi odamlarni kuzating, boshidan o'tkazgan voqealarining ko'pi o'z hayotiga qarashlari va o'z xatti-harakatlarining oqibatidir.

Sizda ham xuddi shunday...

*Bir xonadonda yong'in bosqlanibdi. Uydagi erkaklar ishda edi. Ayol uyiga zudlik bilan kirib beshikdagi chaqalog'ini qutqarib chiqibdi. Alan-gaga qaramay ichkariga kirib kichik o'g'ilchasi-ni ham olib chiqibdi. Olov shiddati ko'paysa-da, yana kirib mushugini olib chiqibdi. Takror uyga kiribdi, bu safar hech narsasiz chiqibdi. Yana kiribdi, lekin quruq qo'l bilan chiqibdi. Hech narsa qutqarmasa ham ayol ichkariga kirib chiqarmish. Odamlar buning sababini so'rashibdi.*

*Shunda ayol: «Qaynonam tashqariga chiqmoq-chi. Uning yo'lini to'syapman», debdi.*

Qissadan hissa shuki, yon atrofga mehrmuhabbat bilan qarang. Atrofdagi insonlarga nisbatan bag'ri keng bo'ling. Odamlarga bag'ri keng bo'lsangiz, har qanday kulfatda sizni birinchi bo'lib qutqarishadi. Agar yomon fe'lli bo'lib, odamlar sizdan hayiqib tursa, ularni qo'rqtib tur-

sangiz, yong'in bo'Imagan vaqtda izzat-hurmatda bo'lasiz, lekin boshingizga kulfat tushganda sizga kim yordam beradi, bilmadim.

*Meksikaning ba'zi qishloq hududlarida issiq va muzdek buloq suvlari bir-biriga yaqin joydan oqib chiqarkan. Bir kuni o'sha qishloqqa sayyoohlar boribdi. Tarjimon ularni aylantirib yurib buloq bo'yida kirlarini yuvayotgan ayollar haqida gapira boshibadi: «Ayollar kirlarini oldin bu issiq buloqda yuvishadi. Keyin yonidagi sovuq buloqda chayishadi». Sayyoohlar bu holatni ko'rib: «Bu qishloq ayollariga maza ekan. Tabiat qo'ynida yashashadi, uning ustiga kirlarini yuvish uchun ham tabiiy sharoitlar bor», deb havas qilishibdi.*

– Sizlar havas qilayotgan holatga bu ayollar shukr qilmaydilar, – deb so'zida davom etibdi tarjimon, – ular har kir yuvganlarida: «Muzdek va qaynoq buloqni bergen Xudo, sovun ham bermaydimi?» deb nolishadi.

Hayotingizni salbiy fikrlar bilan to'ldirsangiz, imkoniyatlar va ne'matlarga ham noshukrchilik bilan qaraysiz. O'zingizda bor narsalarni ko'ra olmaysiz. Bu o'z-o'zidan baxtsizligingizga sabab bo'ladi. Hayot sizning qaysi tomondan qarashingizga qarab o'zgaradi. Turmushingizdagi o'zgarish sizning hayotga qarashingizga bog'liq. Tashqariga

qarab hayotni nopol deb aytgan odamlarning aslida derazalarini chang bosgan bo'ladi.

*Bir odam shifokorga murojaat qilib: «Ayolimning eshitish qobiliyati pasaygan. Faqat o'zi buni hech tan olgisi kelmayapti. Nima qilsam bo'la-di?» deb so'rabdi. Shifokor javob beribdi: «Eshitish qobiliyatining qay darajada og'irlashganini bilish uchun, boshqa tarafga qarayotganida avval besh metr naridan turib gapirib ko'ring. Agar eshitmasa ikki metrdan, yana eshitmasa yarim metrlik masofaga yaqinlashib gapirib ko'ring. Keyin natijani menga aytarsiz», debdi.*

*Eri uyiga qaytibdi. Qarasa, ayoli qozon kavlash bilan band. Shifokor aytgandek besh metrdan turib gapiribdi:*

- Onasi, bugun nima ovqat?*
- Javob yo'q. Ikki metr berida turib:*
- Onasi, bugun nima ovqat?*
- Yana jimlik.*

*Bir qadam yaqin turib:*

- Onasi, bugun nima ovqat?*
- Ayol orqasiga o'girilib, eriga qarab:*
- Qayta-qayta palov deb turibman-ku, eshitmadizmi? – debdi.*

Hayotda o'z kamchiliklaringizni ko'rmaslik, ko'rishga harakat qilmaslik har noxush holatda

boshqalarni ayblashingizga sabab bo'ladi. Natijada, xatolaringiz ham, noxushliklar ham ko'payaveradi. O'z nuqsonlaringizni qidirish, ko'rish, tuzatish esa sizni komillikka yetkazadi va hayotingizni mazmunli qiladi. Boshqalarning mingta aybini ko'rib, ayblastirish sizga biror foyda bermaydi. O'zingizdagagi bitta kamchiligingizni ko'rish, sizni qadrli inson qiladi.

*Bir xonadonda qaynona va kelin orasida doim kelishmovchilik bo'larkan. Nizolar shu darajaga boribdiki, oxiri bir kuni kelin giyohlar sotuvchi qarindoshiga borib dardini aytibdi. «Uni faqat o'ldirib qutulishim mumkin. Iltimos, menga yordam bering», debdi.*

*Yoshi ulug' sotuvchi unga bir hovuch kukun berib: «Bu bir oyda sekin ta'sir qiladigan zahar. Buni har kuni qaynonangning ovqatiga oz-ozdan aralashtirib ber. Lekin doim chiroyli muomala qil, tabassum bilan gaplash, murosali bo'lgin. Shunda u zaharlayotganidan shubhalanmaydi», debdi.*

*Kelin qaynonasidan shunchalik bezgan ekan-ki, sotuvchi aytganidek qilibdi. Qaynonasining har taomiga o'sha kukundan qo'shar va shirin muomala qilar ekan. Oradan bir necha kun o'tib kelin yana o'sha giyohlar sotuvchi qarindoshiga borib: «Bergan zaharingizni ta'sirini kesuvchi bi-*

*ror dori bering, iltimos», debdi. Sotuvchi sababini so'ragan ekan, ayol unga javoban: «Zaharlayot-ganimni sezmasin deb qaynonamga doim yaxshi muomalada bo'ldim. Hozir qaynonamning menga nisbatan munosabatlari o'zgarib xuddi mehribon onamdek bo'lib qoldilar. Endi u kishini o'lishlarini xohlamayman», debdi. Sotuvchi ayol chiroyli tabassum qilib, «Senga bergen kukunim aslida oddiygina tuz edi. Shu bir hovuch tuz bu-gungacha qanchadan-qancha odamlarning orasini tuzatdi-ya», debdi.*

O'z xato va kamchiliklarimizga qaramay, bosh-qalarning aybi bilan band bo'lganimiz uchun fe'lrimiz tor, ko'nglimiz qattiq bo'lib ketmayaptimi? Ikir-chikir arzimas tashvishlar bilan hayotimizni loyqalatmayapmizmi?

O'tgan yilning ilk kuz oylarida 25 yoshi- li bir shoira qiz bilan tanishib qoldim. Umurtqa



pog'onasi bolaligida shi-kastlanib, shifoxonada davolanish uchun Anqara kelgan ekan. Menden O'zbekistonda asarlari se-vib o'qilayotgan bir turk yozuvchisini topishimni iltimos qildi. O'sha yo-

*Ko'rish qobiliyati bo'lgan, lekin hayotga ijobiy ko'z bilan qaray olmagan insondan so'qirroq odam yo'q.*

*Helen Keller*

zuvchi bilan ko'rishish uning orzusi ekan. Xabar olib har telefon qilganimda, shoira qiz kasalxona ko'riklaridan bo'sh vaqtida turli ziyyaratgohlarda: goh ancha masofa uzoqlikdagi Jaloliddin Rumiy ziyyaratgohida, goh boshqa viloyatlardagi qadam-jolarda ekanini aytar edi. Men bu orada u istagan yozuvchini ham topdim. Yozuvchi bilan ko'rishish uchun kasalxonadan ancha uzoqdagi Bursa shahriga ham bordi. Bu shoira qiz siz-u biz kabi o'z oyoqlari bilan emas, nogironlar aravachasida yurardi. Uning yashashga bo'lgan ishtiyoqi, g'ayrati ni ko'rib, oyligim kam, uyim tor, mashinam eski, telefonim oddiy, burnim puchuq, bo'yim past, sochim kam, deydiganlarga hayron bo'lib qarayman. Keng dunyo hayotini bunchalik tor, mayda, arzon qilib olmaslik kerak.

O'sha shoira qiz bugun oramizda yo'q endi, Xudo rahmat qilsin. Lekin siz yashayapsiz, hayot-dasiz va arzimas narsalardan nolib yurmasdan, hayotga kengroq qarang, o'zgaring.

Ko'chaga chiqib odamlar bilan suhbatlash-sangiz, hammaning dard-u hasrati bor. Kimdir nohaqlikdan, kimdir qimmatchilikdan, kimdir buzilgan munosabatdan, yana kimdir boshqa narsalardan noliydi. Sizda faqatgina ikki yo'l bor. Ulardan faqat bittasini tanlay olasiz: yo butun kunni qorong'i xonada o'tkazasiz, yo tashqaridagi



*Nolib yashash ertangi kun tashvishidan bিrор narsa kamaytirmaydi. Faqatgina bugungi kunning kuchini va mazmunini tugatadi.*

**Jozef Kronin**

quyosh yorug'iga chiqasiz...

*Bir kishi o'g'li bilan tog'-u toshlar orasida ketishayotgan ekan. Bola to'satdan qoqilib tushib, «A-a-a» deb qichqirib yuboribdi.*

*Shunda tog'lardan «A-a-a» degan tovush eshitilibdi. Bola hayron bo'libdi. Qiziqib yana baqiribdi: «Kimsiz?» Unga javoban: «Kimsiz?» degan ovoz kelibdi.*

*Bolaning jahli chiqib, «Siz qo'rqaqsiz», deb qichqiribdi. Tog'dan ovoz kelibdi: «Siz qo'rqaqsiz». Hayratga to'lgan bola otasidan nimalar bo'layotganini so'rabdi. Shunda otasi: «Seni qadrlayman», deb baqiribdi. «Seni qardlayman», degan ovoz kelibdi.*

*«Sen ajoyibsan», deb baqiribdi ota.*

*Yana javobiga «Sen ajoyibsan», degan tovush eshitilibdi.*

*Bola haligacha nima bo'layotganini tushunmay hayron kuzatar ekan. Shunda ota o'g'liga qarab debdi:*

*– Odamlar buni aks sado deb ataydi. Aslida, bu hayotimiz ko'zgusidir. Hayot doim sen ber-*

*gan narsalarni o'zingga qaytaradi. Hayot bu xatti-harakatimizning ko'zgusidir. Mehr xohlasang, ko'proq mehrli bo'lishing kerak! Oqibat xohlasang, ko'proq oqibatli bo'lishing kerak! Hurmat xohlasang, insonlarni ko'proq hurmat qilishing kerak! Odamlar sabrli bo'lishini xohlasang, o'zing ko'proq sabrli bo'lishing kerak! Bu qoida hayotimizning bir bo'lagi va hammaga tegishlidir. O'g'lim, shuni unutma, hayot tasodiflardan iborat emas. Hayot bu – sen qilgan ishlarning ko'zgusidir!*

Hayot sizga tug'ilganingizda, tug'ilgan kuningizda berilgan eng katta sovg'adir. Agar siz uning qadriga yetolmasangiz, hech bo'limganda unga loyiq bo'lishga harakat qiling. Atrofga nazar tashlang. Odamlar bu ajoyib sovg'ani qanday buzib tashlashganini ko'ring. Siz g'am-tashvish deb noblib-kuyinayotganlaringiz aslida muammo emas. Tarixni o'jisangiz, hattoki uch ming yil oldin bitilgan toshdagi qadimiylar yozuvlarda ham yashash og'irligi va narx-navo qimmatligi haqida yozilgan. Bugun siz nimalardan tashvish qilib, o'zingizni qiyayotgan bo'lsangiz, xuddi o'sha narsalarni besh yuz yil avval yozilgan asarlarda ham uchratamiz. Hayotdagi qora nuqtani emas, katta oq sahifani ko'ring. Hayotingizdagi yorug'likni ko'rish uchun

siz albatta zulmatli kunlarni ko'rishingiz shart emas. Siz mazmunli yashashga loyiqsiz! Shunday yashashga intiling. Hayotga ijobiy va chiroyli qarang, qadrdonim. Chunki, boshqacha qarashga aslo haqqingiz yo'q.



*Aslingizni tan oling – shu yetarli. O'z aslingizdan  
mamnun va baxtli bo'lmas ekansiz, ega bo'lgan  
matohlar bilan baxtli bo'lomaysiz.*

***Genri Bergson***

## SHAXSIYAT

---

*Qanchadan-qancha insonlar o'zining  
asl qiyofasidan boshqacharoq  
ko'rinishga harakat qilib butun  
umrini fido qiladi.*  
**Richard Uilkins**

*Tanaffusdan so'ng talabalar shovqin-suron ko'tarayotgan xonaga o'qituvchi kirib keldi. Talabalarga bitta-bitta qarab chiqib, doskaga katta qilib, 1 raqamini yozdi.*

– *Diqqat qilinglar, bu shaxsiyatdir. Ya'ni, siz ega bo'lisingiz kerak bo'lgan eng muhim narsa,*  
– dedi.

*Keyin 1 ning orqasidan 0 ni yozdi.*

– *Bu esa omad. Muvaffaqiyatlar 1 ning yonida 10 bo'ladi. So'ng ketidan yana 0 ni yozib, dedi:*

– *Bu tajriba. 10 bo'lgan holatda tajriba bilan 100 bo'ladi. Nollar shu kabi kengayib ketaveradi. Qobiliyat, reja, mehr va boshqalar har yangi nol bo'lib shaxsiyatni o'n baravar boyitib boraveradi.*

*Shundan so'ng o'qituvchi qo'li bilan ilk yozilgan bir raqamini o'chiradi. Shunda doskada faqat nollar qoladi. Shunda o'qituvchi:*

*– Agar shaxsiyatningiz bo‘lmasa, qolganlari-ning qiymati qolmaydi.*

*Talabalar bu gapning ma’nosini tushunib, sukunatda darsni tinglay boshlashdi.*

Mustahkam va kuchli shaxsiyat umr yo‘lin-gizdagi eng katta chirog‘ingizdir. Shuni aniq biling, hayotdan zavqlanib yashashingiz va muvaf-qaqiyatlarga erishishingizda durust shaxsiyatningiz aql-zakovatingizdan ham muhimroq. Bugun aqlli insonga emas, halol va to‘g‘ri insonlarga ehtiyoj bor. Chunki, atrofga qarang, hamma joyda aqlli odamlar to‘lib-toshib yotibdi. «Buni aldasammi-kan, shuni chuv tushiray, bundan o‘g‘irlay, porani qanaqasiga olay», deydigan bilimdonlar hamma sohada ko‘p. Fikrimni noto‘g‘ri deb hisoblasangiz, mulkni talon-toroj qilish, odam savdosi, pora va boshqa jinoyatlar bo‘yicha dunyoda qaysi o‘rin-da ekanimizga qarang. Biz muvaffaqiyatlarga haqiqatan ham erishishni istasak, jamiyatimiz rivojlanishini xohlasak, ishonzhli va mustahkam shaxsiyatga ega bo‘lishimiz kerak.

*Bir odam hafta davomida ishlab dam olish kunini mazmunli o‘tkazish uchun hovliga chiqib kitob varaqlay boshladi. Shunda kichik o‘g‘li yo-niga kelib:*

– Otajon, bugun bog'ga aylangani olib boring,  
– deb iltimos qildi.

– Albatta olib boraman, o'g'lim. Faqat senga  
bir vazifa beraman. Uddalasang, keyin ketamiz, –  
deb, bir kitobdan dunyo xaritasi sahifasini yirtib,  
mayda-mayda bo'laklarga bo'ldi. Keyin ularni  
o'g'liga berib: – Mana shu xaritani yig'ib tiklagin,  
keyin albatta olib boraman, o'g'lim, – debdi.

O'g'il ishtiyoy bilan xarita parchalarini olib  
xonasiga kirib ketibdi. Ota esa bu parchalarni  
geografiya o'qituvchilari ham tiklashiga ancha  
vaqt ketsa kerak, degan xayol bilan kitob o'qish-  
da davom etibdi.

Oradan o'n daqiqa o'tgach, o'g'li otasining yo-  
niga yugurib kelib:

– Mana, otajon, yig'ib bo'ldim. Endi bog'ga  
ketamizmi? – debdi.

Ota ajablanib qarasa, o'g'li haqiqatan dunyo  
xaritasini to'g'ri shaklda yig'ibdi. O'g'lidan buni  
qanday tez uddalaganini so'raganida, u shunday  
javob beribdi:

– Menga berilgan xarita bo'laklarining orqa  
tarafida inson rasmi bor edi. Inson shaklini  
yig'ganimda dunyo xaritasi o'z-o'zidan butun  
bo'ldi.

Biz insoniyligimizni, shaxsiyatimizni tiklasak,  
dunyo o'z-o'zidan yaxshilanadi, tiklanadi. Tani-

gan-bilganlaringizni bir elakdan o'tkazib ko'ring. Unchalik aqlli bo'limgan, lekin ishonchli kishilar, juda aqlli, ammo ishonchsiz odamlardan ko'ra yaxshiroq ekanini ko'rasiz. Ularning hayoti huzur-halovatga to'la. Erishgan natijalari, hurmatlari ham yuqori. Chunki ular ishonchlidir. Ular yonidagi do'stlarini, yelkadoshlarini, hamkorlarni, iymonini sotmaydi. Bugun Vatanimizning aqlli va qobiliyatli insonlardan ko'ra ko'proq to'g'riso'z, halol va ishonchli insonlarga ehtiyoji bor.

*Bir odam baland binoning tomida ish qilaturib, bexosdan oyog'i toyib, pastga qulay boshlabdi. Shunda chorasizcha: «Ey Xudo, meni qutqar, bir marta imkon ber. Endi ichmayman, chekmayman, yomon yo'lga yurmayman, yordam ber, iltimos...» deb nido qilibdi. «Gup» etib yerga tushibdi. Qarasa, bir uyum somonlar ustida yotganmish. O'rnidan turib, ust-boshini qoqar ekan: «Eh, odam qo'rqqan vaqtida har narsani valdirayverarkan-da», dermish.*

Ba'zi insonlar hech o'zgarmaydi. Goh o'zgargandek ko'rinsa-da, bu o'tkinchi bo'ladi. Yuzaki o'zgargandek bo'lib, ko'p o'tmay yana asl holiga keladi. Chunki ular o'zlarini chin dildan o'zgartirishga ehtiyoj sezmaydilar.

Xato va kamchilik-larini ko'rmaydi. Yoki barcha yomon fe'l va sifatlari bilan o'zlarini sevadi. Dunyodagi eng yaxshi inson deb faqat o'zini hisoblashadi. Ularga butun dunyo odamlari yig'ilib yordamlashsa ham foydasiz.

*O'z asl shaxsiyatidan  
boshqa odamdek bo'lib  
ko'rinishga harakat qilib  
yashashlikdan ortiqroq  
baxtsizlik yo'q.*

*Angelo Patri*

Odamlarga nazar soling, o'z aslicha ko'ringan va rol o'ynamayotgan nechta inson bor ekan? E'tibor bersangiz, hamma qandaydir rol o'ynayotgan bo'ladi. Kimningdir soch turmagi, kimningdir yurishi, kimningdir turishi, kimningdir so'zlashuv uslubi o'ziniki emas. Mashhur, boy, obro'li qaysidir boshqa odamdan ko'chirilgan ular. Qiynalib bo'lsa ham, hammaga ko'z-ko'z qilish uchun eng qimmat telefon olamiz, taqinchoqlar, kiyim-kekchaklar... O'zimiz chin dildan bularni xohlabmi? Yo'q, faqatgina rol uchun. Sizda ham shunday, to'g'rimi? Doim aslingizdek, ichingiz va tashin-giz bir bo'lishning iloji bormi? Menimcha, qiyin. Chunki atrofdagi insonlarni, reklama, kino, internetni kuzatib zehningizga singdirilgani shu – faqatgina kiyagan kiyimingiz, qo'lingizdagi telefon, taqqan soatingiz, foydalangan buyumlaringiz va mashinangiz darajangizni belgilaydi. Ota-onan-



*Sizda bor bo'lgan narsalar, sizning qanchalik boy ekanligingizni belgilamaydi. Aksincha, nimalarga muhtojligingiz, savyangizni va darajangizni belgilaydi.*

**Aflatun**

giz oddiy ishchi bo'lib, sizni asrab-avaylab, mashaqqatlar bilan chiroqli tarbiyalagan bo'lsa ham, buning hech ahamiyati yo'q. Kiyimingiz, matohingiz arzon bo'lsa, siz ham arzimassiz!

Sizning yangi telefon ishlatalishga ehtiyojingiz yo'q. Lekin oxirgi chiqqanini olish uchun urinib, chiranasiz. Olishga qurbingiz yetmasa o'kinib, o'zingizni baxtsiz his qilasiz. Shuni unutmang, yangi chiqqan buyum va kiyim sizni baxtli qilolmaydi. Xursand bo'lib yurishingiz mumkin, to navbatdagi yangisi chiqqunigacha. Sizni o'zingiz sezmagan holatda kimo'zar poygasiga targ'ib qilishadi. Siz esa bu hiylaga uchib, faol qatnashasiz. Poyga tugab, ortga qaraganingizda, umringiz bekor ketganini ko'rasiz. Aslo bu hirs o'yinlariga aldanmang. Insonlarning e'tiborini tortish, ularga yoqish, ulardan ustun ko'rinish uchun bebaho hayotingizni qurban qilmang.

Atrofingizga qarang, internetdagi siz havas qilgan insonlarga qarang, filmlarda ko'rsatilayotgan porloq dunyoga qarang, qanchadan-qancha kiyimlar, soatlar, sumkalarni ko'rasiz. U matohlar-



ning ichida odam deyishga arziydiganlari bormikin?

Hayotingizni internetdagi odamlar, mashhurlar yoki film va serial qahramonlariga taqlid qilib o'tkazayotgan bo'lsangiz, bu o'zligingizni yo'qotganingiz bilan barobardir. Chunki ularga taqlid qilyapsizmi, demak, ulardek ya-shash tarziga ko'nikyapsiz. Ulardek kiyinyapsiz, yeb-ichyapsiz, ulardek fikrlayapsiz. Shunday qilmasangiz o'zingizni yaxshi his qilmaydigan holga kelgansiz. Odamlar talab qilgan, ularga yoqqan, ular hurmat qilgan, ular olqishlagan o'sha rollarni o'zingizga loyiq bilib yashashingizning oqibati falokat. Tashqi ko'rinishni muhim hisoblab ko'z-ko'z qilishga undovchi olamingiz sizni yeb bitiradi. Shuning uchun aslingiz bo'ling. O'zingizdan uyalmang. O'z kamchiliklaringiz ustida izlaning va doim boringizcha yashang. Sizning tashqi ko'riningiz va buyumlariningiz uchun hurmat qiluvchilar, sizning yuqori natijalarga erishishingizga yordam bermaydi. Insoniyligingizni, aslingizni ko'ra oladiganlar va qadrlaydiganlar bilan birga bo'ling.

*Shunday insonlarni ko'rdim ustida ki-yimi yo'q. Shunday kiyimlarni ko'rdim, ichida insoni yo'q.*

*Jaloliddin Rumi*

Bu hayotda hamma narsa pulga bog'liq emas. Urimiz faqat pulga bog'lanib qolgan emas.



*Pul hamma eshik-larni ochadi, deydigan insonlar pul uchun har narsaga tayyor bo'la-di.*

*Jorj Sevil*

Atrofingizda turli insonlar bor. Ba'zilari juda ayyor, us-tingizdan hatlab o'tib bo'lsa ham yuqoriga intiladi. Ular yonidagi do'stini, sherigini, hatto qarindoshlarini ham aldab chuv tushiradi.

Ularning maqsadi faqatgina pul. Pul ularning hayotdagi eng muqaddas narsasiga aylanib ulgur-gan. Bu yo'lda turli qiyofalarga kiradi. Qoshlari-ning tagidan ochko'zlik qaynab turadi.

Yana shunday odamlar borki, sizdan foyda, manfaat kelib turguncha va pulingiz bo'lguncha sizning qadrdon do'stlaringiz bo'lib turishadi. Gaplaringizni ma'qullab, maqtab, sizni juda yax-shi ko'rishadi. Sizdan manfaat tugagan vaqtda yoki qiyin kunlaringizda sizni tark etishadi...

Siz doim aslingizcha qoling. Sizga baxt, omad, yutuq bo'lib ko'rinyotganlar aslida nima ekanini mulohaza qiling. Aslo o'zingizni boshqa insonlar bilan solishtirmang. Agar o'zingizni boshqalar bi-lan solishtirib yashasangiz, oqibatida yo baxtsiz bo'lasiz yo o'zingizni juda seuvuchchi. Chunki har doim atrofingizda sizdan yaxshi sifatlarga yoki siz-dan yomonroq sifatlarga ega insonlar bo'ladi.

*Bir kishining uyida televizor ishlamay qolibdi. Ta'mirchini chaqirtirishibdi. Ta'mirchi kelib, televi-*

*zorning qopqog'ini ochganida, ichida mayda non ushoqlari va suv tomchilarini ko'rishibdi. Albatta, buni kim qilgani aniq: oilaning besh yoshli sho'x qizi qilgan. Ota qizini urishmay, so'kmay, chiroyli usulda buning sababini so'rabdi. Qizaloq ekran-da o'ziga tengdosh bolalarni och-yalang'och ko'rghanidan keyin oshxonadan non olib, uni may-dalab, televizorning orqasidagi teshikdan tash-lagan ekan.*

Bolalikning asl beg'uborligi, g'am-tashvish nima ekanini bilmaslikda emas, balki aslicha kulib, boricha yig'laganida! Ichki yaxshi-yomon hislarini yashirmaganidadir. Biz kattalar esa vaqt o'tgan sayin o'z ustimizda ishlab, shaxsiyatimizni shakllantirishni emas, ko'proq rol o'ynashga berilib ketganmiz. O'zingizga turli shu kabi savollarni bering: «Badavlat inson bilan ko'chada non sotayotgan insonga bir xilda muomala qila-sizmi?», «Mansabdor bir inson bilan ko'chalar ni obod qilayotgan farrosh orasida qanday farq bor?», «O'sha lavozimdan ketgan bo'lsa-chi?», «Do'st-qarindoshlaringizdan birortasining yuziga kulib, uch qadam nari ketsa, boshqalarga aybini gapirdingizmi?» O'zingizni sarhisob qilib ko'ring.



Bugungi kunda eng ko'p rol o'ynab, ko'z-ko'z qilishga keng imkoniyat qayerda? Ijtimoiy tarmoqlarda! Bugun internet rivojlanganidan so'ng, bu sizga yanada osonlashdi. Oila a'zolarni, yegan ovqatini, sport mashg'ulotini, ta'tilini, zeb-ziynatini, kundalik hayot-u hatto cho'milishi-gacha bemalol ko'z-ko'z qilish oddiy hayot tarzi-ga aylanib qoldi. Bu hol rasmlarga ko'zi tushgan ota-onasiz farzandlarning, farzand ko'rolmay ezilgan onalarning, yordam kutgan muhtoj va no-

gironlarlarning diliga og'ir botmasmikin, ko'ngli vayron bo'lmasmikin, nima deb o'ylaysiz?

*Ipakchilik bilan shug'ullanuvchi oilaning farzandi bo'lgan bola ipak qurtlarini parvarishlash, boqishdan ham ko'proq ularni kuzatishga qiziqardi. Bahorni kutar va ipak qurtlar qanday pilla qilishini tomosha qilardi. Ipak qurtlari pillani yorib chiqarkan, ularning chiranib qiynalishini ko'rib juda achinar ekan. O'g'lining bu achinishinga ko'zi tushgan ota shartta qaychini olibdi. Ipak qurti tashqariga chiqishini qiyinlashtirayotgan tolalarni kesibdi. Keyin g'alati holat yuz beribdi. Ipak qurti ko'p o'tmay o'lib qolibdi. Shunda ota o'g'liga qarab shunday debdi:*

*– O'g'lim, bu qurt pilladan tashqariga to'siqlarni yorib chiqayotganida sarflayotgan kuch-quvvatti sababli tanasidagi zaharlarni chiqarib yuboradi. Agar bu zahar tanasidan chiqmasa qurt o'ladi. Qiynalishi, chiranishi orqali tanasi pishadi, kuchga to'ladi va qanotlari rivojlanib, kapalak bo'lib uchadi.*

*Insonlar ham yanada kuchli, yanada chidamli, yanada irodali bo'lishi va o'z maqsadlariga yetishi uchun ro'parasidan chiqqan qiyinchiliklar bilan kurashib ulg'ayadi, shakllanadi, rivojlanadi va kuchli bo'ladi. Agar insonlar hamma orzu-umi-*

*diga oson erishsa, fe'l-tabiatи zaiflashib, ichida ni-malardir jonsiz bo'lib qolganini his qiladi.*

Kuchli va mustahkam shaxsiyat shakllanishi uchun yaqin do'stlaringiz, ayniqsa, oilangizning katta mehnati va yordami kerak bo'ladi. Chunki o'zingiz birdaniga qaror berib, ertasigayoq kuchli shaxsiyatga ega bo'lib qolmaysiz. Xuddi ipak qurti pilladan chiqishi kabi biroz vaqt kerak bo'ladi. Ishonchli va qat'iyatli shaxs bo'lib yetishishda boshqalarga taqlid qilmasdan aslingizni saqlagan bo'lishingiz juda muhimdir.

*Donishmand oldiga o'z ustida qattiq ishlayot-gan bir yigit kelibdi. U tinmay gapirar, barcha olgan bilimini bitta-bitta aytib maqtanar, ko'p narsalar qo'lidan kelishini tushuntirishga harakat qilardi.*

*Donishmand yigitning hamma gaplarini sabr bilan eshitib, keyin shunday debdi:*

*– Rosa harakat qilganing ko'rinish turibdi.*

*Hayot va insonlar bilan bog'liq ko'p narsa o'r ganibsan. Lekin, shuncha aytgan gaplaringni hech biri o'zingniki emas. Hammasi bosh-qalarning tushunchalari va fikrlari. Sen uni turli insonlardan eshitib yodlab olgansan. Har aytgan gaplaring ortida boshqa odamlar turibdi.*

*Yigit xijolat bo'lib boshini egibdi. Nima deyishni, nima qilishni bilolmay qolibdi. Ketaymi, shu yerda turaymi, deb ikkilanib atrofga talmovsirabdi. Shunda, yonlaridagi hovuz chetida turgan qurbaqaga ko'zi tushibdi. Yigit ko'zlarini bilan uni kuzatar ekan, qurbaqa suvga sakrashi bilanoq «op-pa», deb yubordi. Donishmand jilmayib debdi:*

*– Mana, nihoyat, o'zingga tegishli so'z ayting. Ana endi davomi kelishi mumkin.*

O'z fikringizni shakllantiring. Ko'proq kitob o'qing. Rasm chizish yoki uycha qurish kabi xobilarga odatlaning. Hayot haqida tajriba orttiring. Dunyoga kengroq nazar tashlang. Dunyo faqat siz yashayotgan mahalladan iborat emas. Kuchli va mustahkam shaxsiyatning bo'lsin. Eng asosiyisi, ruhim bormikin deb o'ylamang. Siz shundoq ham ruhsiz. Tanangiz, ko'rinishingiz haqiqiyimi, shu haqda qayg'uring!

*Agar ichingizdan «sen rasm chizolmaysan»  
degan ovozni eshitsangiz, hech narsaga parvo  
qilmay rasm chizing. Shunda o'sha ovoz o'chadi.*

***Vinsent van Gog***

## IJODKORLIK VA IXTIROCHILIK

*Yutuqlarga erishgan barcha insonlar,  
tirishqoqlik bilan qulay muhitni qidirgan,  
topolmagach, uni o'zları vujudga keltir-  
gan kishilardir.*  
**Bernard Shou**

Ijodkorlik va kashfiyotchilik boshqalarga nisbatan o'zgacha qarash va fikrlashni talab qiladi. Aynan shu qobiliyat sizning qiyinchilikda yo'l topib muammolarni hal qilishingizda foyda beradi. Har bir inson hayoti davomida sinovlar sababli boshi berk ko'chaga kirib qolganida, Arximed kabi «Evrika!» deb yangi yo'l, usul va chora topishga harakat qilishi uning iste'dodi, ijodkorligi va kashfiyotchiligidan daradir. Bu qobiliyatingiz orqali yangi usul va qadamlar bilan muvaffaqiyat va samaradorlikka erishasiz.



*Ijodkorlik va kashfiyotchilik qobiliyatim oldidagi eng katta to'siq bu – oлган ta'limimdir.*

**Albert Eynshteyn**

Bolalardagi ijodkorlik qobiliyatini qanday yo'q qilinayotganiga misol keltiraman. Masalan, biz bolani bog'chaga beramiz. Tarbiyachi unga rasm chizishni vazifa qiladi. Bola daraxtlarni osmonga, bulutlar ustida qilib chizadi. Shunda tarbiyachi, osmonda daraxt bo'lmasligini uqtiradi. Bolakay endi osmondagi gullarni chizadi. Tarbiyachi bu safar ham gullarni yerda o'sishini aytadi va shunday chizish kerakligini uqtiradi. Bola gullarni yerga chiza boshlaydi. Gullarga bu safar ko'z, burun va og'iz chizadi. Tarbiyachi yana gullarda ko'z, burun, og'iz bo'lmasligini tushuntiradi. Gullarning qanday bo'lishi kerakligini chizib ko'rsatadi. Bir cho'p, cho'pni ustida to'rtta dumaloq va ikkita yaproq chizadi.

O'sha kundan boshlab bola doim bir xil gulni chizishda davom etadi. Chunki unga qolip belgilanib qo'yildi. Bola endi chegaradan chiqolmaydi.

*Bog'chada tarbiyachi hamma bolalarni yig'ib, katta oq qog'oz o'rtasiga bir qora nuqta chizibdi.*  
*Keyin:*

- *Bolalar, bu nima? – deb so'rabdi.*
- *Qorda yurgan chumoli...*
- *Xamir ustidagi qiyma...*
- *Shakarga qo'ngan pashsha...*

*Bolalar mактабга qatnay boshlabdi. Oradan uch yil o'tgach, yana katta oq qog'ozga bir nuqta chizib bolalardan so'rashibdi.*

*Bolalar bir ovozdan jo'r bo'lib:*

*– Qog'ozda nuqta bor! – deyishibdi.*

Ta'lim mamlakatning rivojlanish darajasini belgilaydigan juda muhim vositadir. Dunyodagi ba'zi davlatlarda, bir xil fikrlovchi insonlarni yetishirish uchun ilk ta'lim davridan boshlab harakat qilinadi. Bugungi davrga kelib, dunyo ta'lim tizimi ma'lumotlarni saqlab qoladigan bilim omborini emas, fikrlovchi, muhokama qiluvchi, tanqid qiluvchi, ijodkorlik va ixtirochilik xususiyatlarini shakllantirishga e'tibor qarata boshladi. Biz ham rivojlangan davlatlar qatoridan o'rin olishni xohlasak, maktablarimizdagi ta'lim tizimini isloh qilishimiz, bolalarga ma'lumotlarni yodlatish va ularni test tizimi bilan qoliplash o'rniga ularning ijodkorlik, ixtirochilik qobiliyatlarini shakllantirishga diqqat qaratishimiz kerak.

Aslida, ta'larning eng muhim vazifasi ham bolalarning ijodkorlik va ixtirochilik qobiliyatini rivojlantirish, jamiyatga foyda beradigan va o'z imkoniyat, qobiliyatlarini eng yuqori darajada shakllanishida yordam berishdir.

Italiyada boshlang'ich sinfga qatnaydigan bolalarga to uch yilgacha asosiy diqqat-e'tibor uning o'qish va yozishiga emas, aksincha, bolalarning o'ziga nisbatan ishonch va mustaqil fikrlashini shakllantirishga qaratiladi.

Norvegiya maktablarida sakkizinch sinfgacha o'quvchilarga baho qo'yilmas ekan. Chunki har bir bolaning o'ziga yarasha turli yo'nalishda qobiliyatlari bor. Ularni aniqlamay, shakllantirmay turib, umumiyl qolipda baholash ularning zehni rivojlanishidan voz kechish deganidir. O'ylab ko'ring, balki shuning uchun san'atdan to sanoatgacha barcha sohalarda ular kashf qiluvchi va ishlab chiqaruvchi, biz esa iste'molchi va ko'chiruvchi bo'lib qolgandirmiz?

*Bir eshiknining qulfini arra bilan kesayotgan o'g'rini yoshi ulug' qariya ko'rib qolib:*

*– O'g'lim, nima qilyapsan? – deb so'rabdi.*

*O'g'ri:*

*– Skripka chalishni mashq qilyapman, – debdi.*

*Shunda qariya ajablanib:*

*– Skripka mashqingda ovoz chiqmayapti-ku, – deganida, o'g'ri shunday debdi:*

*– Bu skripkada ovoz keyinroq chiqadi.*

Ta'llim tizimining ta'siri ham keyinroq ko'rnadi. Bugungi kunda jamiyatda nimayiki kam-

chilik ko'rsangiz, sababini o'quv masalasi bilan bog'lashingiz to'g'ri bo'ladi. Keyingi hayotimiz farovonligi uchun avvalo bugun ta'lim tizimini yaxshilashimiz kerak. Ta'lim faqatgina aniqlangan ma'lumotlardan tashkil topmasligi kerak. Aniq ma'lumot va ularni yodlash bilan bolalarga ta'lim berilsa, ularning ijodkorlik va tasavvur qilish qobiliyati yo'q qilinadi. Ta'lim dasturlarida, imtihonlarda birinchi navbatda, aniq fan va matematika kabi sohalarga ko'proq e'tibor qaratilmoqda. Bu bilan aql va bilim darajasining eng katta mezoni bo'lgan ijodkorlik va ixtirochilik qobiliyati vaqt o'tishi bilan pasayadi. Shuning uchun insonlar hayoti davomida duch kelgan muammolarni hal qilishda oddiy yechimlarni ham qoliplangan dunyoqarashi sababli ko'rolmaydigan holatga kelib qoladi.

*Bir bola do'konga tuxum olish uchun kiribdi.  
Sotuvchi bolaga mayda-mayda tuxumlarni tanlab beribdi. Bola sotuvchiga debdi:*

*– Nimaga menga eng kichik tuxumlarni tanlab beryapsiz?*

*– Ko'tarib ketishingga oson bo'lsin deyman-da, jiyan, – debdi sotuvchi.*

*Bola tuxumlarni olib, sotuvchiga kamroq pul berib chiqib ketayotsa, ortidan sotuvchi baqiribdi:*

- Hoy, bola. Bergan puling kam-ku!  
– Sanashingizga oson bo'lsin dedim-da, amaki...

Insonlarga aniq ma'lumotlarni singdirish targ'ibot deb ataladi. Insonlarning ijodkorlik va kashfiyotchilik qobiliyatlarini shakllantirib bilim o'rgatish usuli esa ta'limdir. Maktablarda o'zgarib turuvchi ma'lumotlarni targ'ib qilmay, ulardagi kashfiyotchilik va mustaqil fikrga ega bo'lishni shakllantira olsak, jamiyatdagi barcha muammolar o'z yechimini topa boshlaydi. Bunday ulg'aygan inson kim nima desa og'ib, aldanib qolmaydi. O'zini, tanasini, iymonini, Vatanini sotmaydi. O'z xalqini va Vatanini ongli ravishda idrok qilib sevadi. Vatanparvarlik shiorlarini tilida yodlab, pora oluvchi, yomonlik qiluvchi insonlarga o'xshamaydi.

Ikkinci jahon urushidan keyingi davrga qaraylik. Urush tugaganda, biz g'oliblardan edik. Yaponiya va Janubiy Koreya mag'lub, xonavayron vaziyatda edi. Bizning maktablarda o'sha davr avlod vakillariga boshqacha bilim berilgan. Men tengi avlod esa maktablarda umuman boshqacha ta'lim olgan. Bugungi maktab o'quvchilari yana ham boshqacha ma'lumot yodlayotganiga ishonchim komil. Bizda turli avlod vakillari o'z davrida olgan bilimlar bo'yicha, qaysinisi to'g'riliqi ustida tortishib yurgan bir vaqtida, ikkinchi jahon urushi-

ning mag'lub davlatlari ta'lim tizimini yoshlarning ijodkorlik va kashfiyotchilik iqtidorlarini shakllantirishga qaratgani uchun ham dunyoda yetakchi o'ringa chiqib oldi. O'ylab ko'rib o'zingiz ham solishtiring. Yetmish yil avvalgi vayronalar-u qashshoqlikdagi Yaponiya hamda Janubiy Koreya va ularning bugungi kuni.

*Bo'taloq onasidan so'rabdi:*

- *Onajon, nega bizda o'rakchlar bor?*
- *Cho'l jaziramasida suvsizlikka bardosh berishimiz uchun.*
- *Oyi, nega bizning tuyoqlarimiz bunchalik keng?*
- *Oyoqlarimiz qumga cho'kmasligi uchun.*
- *Oyi, nega bo'ynimiz bunchalik uzun?*
- *Cho'lda olis masofalarni ko'ra olishimiz uchun.*

*Bo'taloq o'ylanib qoldi. Birozdan keyin yana so'radi:*

- *Onajon, unda biz bu hayvonot bog'ida nima qilib yuribmiz?*

Bugungi kunda atrofimizda ko'plab qobiliyatli va zehnli shunday insonlar borki, hayvonot bog'idagi tuyalar kabi o'z mutaxassisliklari to'g'ri kelmaydigan boshqa sohalarda xizmat qilib yu-



*Miya tananing a'zosi si-fatida yaxshi shakllangan va unga to'g'ri yo'nalishda ta'lif berilishi – mukammal darajada ekilgan urug'ning yuz barobar ortig'i bilan hosil berishi kabitidir.*

**Julian La Metri**

rishibdi. Balki o'z sohasi va yo'nalishida faoliyat yuritganda jamiyatga ko'proq foyda keltingan bo'larmidi?!

Ta'lif uslubimiz sabab bugungi yosh-

larda juda kuchli xotirada saqlash va yodlash qobiliyati shakllandı. Lekin o'ylab ko'ring, o'z fikriga ega bo'lish, fikrini ifodalash, kashfiyotchilik, omma oldida gapirish, o'ziga ishonch masalalari bo'yicha ta'larning hissasi bo'ldimikin?

Biz o'z aqlimizni to'g'ri shakllantirib, yo'naltira olsak, tezda dunyodagi eng taraqqiy etgan davlatlardan biriga aylanamiz. Chunki yurtimizdagи insonlarning aql salohiyati yuksak. Bir tarafdan, to'rt fasl o'z o'rnidagi kelishi sababli miyamiz doimiy faollikda bo'ladi. Yana boshqa tarafdan mintaqamiz Buyuk Ipak Yo'lining savdo markazi bo'lgani uchun odamlarimiz uddaburon. O'zim bilgan holda, "bizdagi bu ne'matdan to'g'ri va unumli foydalanaylik, bog'chadan boshlab bolalarimizni, bo'lajak eng kuchli olimlarimizni ijodkorlik va ixtirochilikka qaratilgan usul va dastur orqali shakllantiraylik, tarbiyalaylik", demoqchiman. Siz foydalanayotgan transportdan tortib

to oddiy piyolagacha bo'lgan har narsani ixtiro qilib, dunyodagi jiddiy o'zgarishlarni qilgan kishilar aynan ijodkorlik va kashfiyotchilik qobiliyatiga ega kishilar bo'lganligini unutmaylik.

*Bir bemor ko'p yillar davomida ikki qo'lini bir-biriga ishqalab kunini o'tkazar va hech kim bilan gaplashmas ekan. Hech kimga e'tibor bermay faqat shu ishini davom ettirar ekan. Psixiatr Aylin Radomisli bemorning qo'liga bir bo'lak loy beribdi. Bemor o'zi sezmagan holda loydan bir shakl yasab qo'yibdi. Keyin turli haykalchalar yasay boshlabdi. Kasali ham tuzala boshlabdi.*

*Demak, har bir insonda yashirin ijodkorlik qobiliyati bo'ladi.*

Masalalarga chora va yechim topish hamma sohada kerak. Bunda sizga ijodkorlik va ixtirochilik qobiliyatingiz yo'l ko'rsatadi. Sizning ijodkorlik darajangiz aqliy zakovat va hissiy zakovat bilan chambarchas bog'liq. Miyadan yanada samarali foydalanish, miyaning ijodiy qobiliyatlarini ochib berish muhim.

Miyaning mo'jizaviy dunyosi o'n ikki milliard



*Shu aniqliki, bolani erkin va o'z xohishi bilan biror narsa qilishdan to'sishimiz oqibatida uni qo'rqaq, qul darajasiga tushiramiz.*

*Mishel de Monten*

asab hujayralaridan iborat. Miya hujayralarining bir-biri orasidagi faol bog'lanishlar dunyodagi barcha telefon tizimidagi aloqalarga nisbatan 1300 – 1400 marta ko'pdir. Bir narsa haqida fikrlaganingizda yoki o'ylaganingizda miyada yuz ming kimyoviy reaksiyalar ro'y beradi.

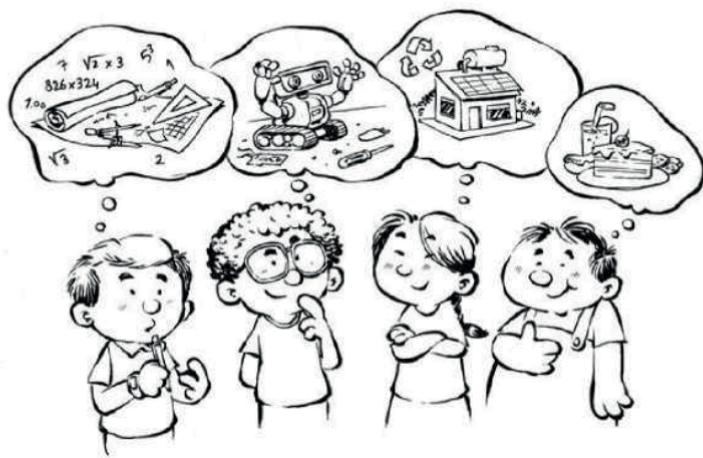
Dunyo tinchlik va farovonlikka erishish uchun yangicha usuldag'i ixtiro va ijodkorlikka moslashgan, har bir o'quvchini alohida shaxs sifatida shug'ullanuvchi ta'limga ehtiyoji bor. Chunki yozuvchi yoki bastakorlik qobiliyati bilan tug'ilgan bir o'quvchi matematika bilan o'zini yo'qotadi. Katta matematik bo'ladigan olim-o'quvchining zehn saviyasi tarix bilan pasayadi. Ta'limga har bir qobiliyatli o'quvchiga alohida munosabatda bo'lmasa, jamiyatda chalkashliklar vujudga keladi. Ba'zi oz sonli o'quvchilar hayoti davomida o'zini shakllantirib, rivojlanishi hisobga olinmasa, asosan, ko'pchilik bu chalkashlikdan o'zini yo'qotadi va bir umr o'zini baxtsiz his qilib yashaydi.

Yoshi katta insonlar ham o'zini bolalardek tutib, muammolar girdobida ko'milib yotishi, nochorligi balki shundandir. Siz o'zingizdag'i har doim yordam beruvchi va sizni qo'llab turuvchi ijodkorlik va kashfiyotchilik qobiliyatlariningizni qanday rivojlantirishingiz mumkin? Buning uchun:

- Oldingizdagи har bir mavzu va masalaga qiziqing.
- Har bir mavzu va masalani surishtiring va to'g'ri yoki noto'g'ri ekanini tekshiring.
- Turli tajribalar o'tkazishga harakat qiling. Masalan, oshxona ham siz uchun ajoyib laboratoriya.
- Tasavvur va fantaziyalarga vaqt ajrating. Ajoyib fantaziyalaringizni so'z bilan ifodalashga harakat qiling.

Zehningizni rivojlantiring. Yangiliklarga, yangi fikrlarga chanqoq bo'ling. Yangi fikrlar va yangi ishlar kashf qilib, undan foydalanishga intiling. Xuddi shu xususiyatga ega do'stlar bilan birga bo'lishingiz sizga juda foydali. Turlicha qarash va fikrlarga ega insonlar bir joyga yig'ilganida ajoyib kashfiyotlar va fikrlar ijod qilinadi. Har kuni siz foydalanayotgan narsalar qachonlardir kimningdir kashfiyoti va fikri bo'lgan. Kecha in-sonlar eshitganida kulgan, kalaka qilgan yoki g'alati tuyilgan ixtirolarning bugungi hayotimizda faol o'rni bor.

Ijodkorlikning chegarasi yo'q. Ijodkorlik va kashfiyotchilik bir umr yorug'lik taratuvchi, sizga turli holat va muammolarda oddiy va ajoyib yechimlar ko'rsatuvchi yashirin qobiliyatingizdir.



*Hayotda eng zavqli ish – boshqalar «eplolmay-san», degan ishlarini amalga oshirishdir.*

***Uolter Beyjgt***

## MATONAT

---

*Varrak shamol yo'naliishi bilan emas,  
shamolga qarshi tura olgani uchun  
yuqoriga ko'tariladi.*  
***Uinston Cherchill***

Hayotning eng qiyin fursatlarida insonga kuch bag'ishlaydigan narsa bu matonatdir. Matonat ruhiyat bilan bog'liq. Agar ruhiyatingiz kuchli bo'lsa hech narsadan qo'rwmang! Aksincha, ruhiyatingiz nozik, zaif bo'lsa, dunyoga mashhur Angliyadagi Oksford universitetini bitirsangiz ham, Bill Geytsning shaxsan o'zi sizga seminar o'tib bersa ham, talabalik vaqtida «Facebook» dasaturini tuzib, shu orqali bugun 60 milliard dollar dan ko'proq boyligi bo'lgan Mark Sukerberg sizga muvaffaqiyat haqida barcha sirlarini aytsa ham – befoyda! Birinchi qiyinchilikdayoq hammasidan voz kechib, hayotda oldingizga qo'ygan maqsadlaringizga hech qachon erisholmaysiz. Chunksi, matonatsiz inson birinchi qiyinchilikdayoq to'xtaydi. Intilish, urinish, chora topish o'rniga, o'tirishni tanlaydi. Tashqaridan sizni har qancha

qo'llab-quvvatlashsa ham, asl irodali ruhiyat insonning ichida shakllanadi, pishadi. Umrimiz davomida har birimizning albatta sinovli, qiyin kunlarimiz bo'ladi. O'sha kunlarni yengib o'tisha sizga eng ko'p yordamchi bo'ladigan narsa bu – sizning kuchli, irodali ruhiyatningiz va mato-natingizdir.

Ko'pincha, insonlar amalga oshirayotgan ishlarida kichik to'siqqa duch kelganida, hammasidan voz kechishga moyil bo'ladi. Aslida, qilinishi kerak bo'lgan asosiy ish – shashtidan qaytmay jasorat bilan davom ettirishdir. Muvaffaqiyatli insonlar ning boshqalardan ajralib turadigan sifati aynan shu yerda. Ular maqsadlariga butun diqqatlarini qaratib, shijoat bilan harakat qilishadi. Yo'lidan chiqadigan har qanday to'siq ularning yanda ko'proq intilishlariga sabab bo'ladi. Masalan, yangi tug'ilgan toychoq oyoqqa turishga harakat qiladi. Kuchsiz oyoqlari tufayli yiqiladi va yana turadi. Bu holat



*Turli muammolar sabab umidsizlikka tushsam, xarsangtosh ustasini kuzatar edim. Usta qo'lidagi asbob bilan toshni yuz marta ursa ham tosh o'sha holatda turar, hatto biror yeri darz ketmas edi. Bir yuz birinchi marta zarba bergenida tosh ikkiga bo'linib ketardi. Shunda tushunardimki, toshni parchalagan oxirgi zarba emas, undan avvalgi yuz zarbadir.*

*Jeykob Riss*

bir necha bor davom etadi. Shundan so'ng, toychoq asta-sekin yura boshlaydi. Keyin chopqir tulporga aylanadi. Xo'sh, agar toychoq o'sha ilk kunlaridan taslim bo'lib, maqsadidan voz kechsa nima bo'lardi? Bir umr yurolmaydigan bo'lib qolardi. Demak, bu hayotda muhimi yiqilmaslik emas, qoqilib yiqilganidan keyin yana qayta tura olishdir.

*Nafaqaga chiqqan Sanders ayoli bilan hamma puliga yo'l bo'yida oshxona ochib faoliyatlarini boshlashibdi. Ularning o'ziga xos taom retsepti bor edi. Biroz vaqt o'tgach, o'sha hududda yangi katta yo'l qurilibdi. Haydovchilar o'sha yo'ldan foydalana boshlagani uchun, oshxonaga hech kim kirmay qo'yibdi. Shundan so'ng Sanders ayliga: «Qo'llimizda shu ovqat retseptidan boshqa hech narsa qolmadi. Men oshxonama-oshxona aylanib chiqay. Balki kimgadir bu retsept yoqsa, har sotgan taomidan qisman pul olishga keli-shardim», debdi.*

*Sanders oshxonalarni birma-bir aylanar va har bir kirgan oshxonani daftarchaga yozib borardi. U mingta oshxonaga kirgan bo'lsa-da, ijobiy nati-jadan darak yo'q edi.*

*Sanders yana davom etadi. Bir ming o'n to'qqizinchidagi oshxonada taomining ta'mini tatib ko'rishni so'raydi. Sanders tayyorlab bergen*

*taom oshxonasi egasiga yoqadi va ular birgalikda ish boshlaydilar.*

*Sanders bu – KFS logotipida ko'rganingiz – ko'zoynak taqqan cho'qqisoqol kishidir.*

O'zingizni Sanders o'rnila tasavvur qilib ko'ring. Balki uning o'rnila siz bo'lganingizda, nari borsa yuzinchi oshxonaga borganingizda qo'l siltab, ishingizdan voz kechishingiz mumkin edi. Ammo qariyaning qat'iyat bilan kurashishi va intilishi dunyoga mashhur minglab restoranlarning tashkil topishiga sabab bo'ldi.

*Elektr lampasini kashf qilgan Tomas Edisondan so'rashibdi:*

*– Siz to lampochkani kashf qilguningizcha 700 ta tajribangiz muvaffaqiyatsiz o'tgan ekan, shundaymi?*

*Edison ularga:*

*– Ular muvaffaqiyatsizlik emas edi. Aksincha, ular muvaffaqiyat yo'lidagi muhim qadamlar bo'ldi, – debdi.*

Kundalik hayotda hamma insonlar muammo-larga duch keladi. Inqirozga uchraydi, yaqinlaridan ajraladi yoki boshqa salbiy voqealarni boshidan o'tkazadi. Aslida eng muhimi, bunday holatlarda charchamay, maqsaddan voz kechmay, tik

turib, to'xtatmasdan davom etishdir. Omadsizlik bu – muvaffaqiyat uchun tashlangan birinchi, balki eng muhim qadamdir. Shu sababli, salbiy natijalar sizni qo'rqiitmasligi kerak. Aksincha, bu sizning kuchingizga quvvat qo'shishi va har bir qadamingizni yoritib turishi kerak. Eng yaxshi ta'lif hayotdagi xatolaringizdan ijobiy saboq olishdir. Qilingan xatolar va muvaffaqiyatsizliklar sizni ulg'aytiradi va tajribangiz ortishiga hissa qo'shadi. Shuning uchun xato qilib, omadsizlikka uchrashdan qo'rwmang. Unutmang, siz qarshin-gizdagi to'siqlardan keyin, albatta, yutuqlarga erishasiz va u sizga osonlikcha erishilgan muvafiqiyatdan ko'ra ancha qadrliroq bo'ladi.



*Xulosa qilishga shoshilmang. Shunda boshqalardan farqingiz bo'ladi. Hayotning kichik qiyinchili-giga qarab, katta hayot haqida xulosa chiqarishdan ehtiyyot bo'ling. Xulosa aqlning to'xtash bosqichidir. Xulosa – qilganingizdan so'ng, aqlning fikrlashni to'xtatadi, shu sababli rivojlanish ham to'xtaydi. Aslida esa, umr yo'ilidagi safar hech qachon tugamaydi. Bir eshik yopilsa, boshqasi albatta ochiladi.*

*Lao Szi*

Har bir insonning hayotida musibatli va og'ir sinovli kunlar bo'ladi. Bu xuddi yugurish marafonidagi yigirma oltinchi kilometr ga o'xshaydi. Uzoq masofaga, 42 kilometr bo'yicha

yugurishda qatnashuv-chilarning ko'pchiligi, yigirma oltinchi kilometrga kelganida charchab, marraga intilishdan voz kechadi. Agar siz o'sha nuqtani yengib o'ta olsangiz marraga bemalol borasiz. Yugurish musobaqasida ishtirokchilarning ko'pi o'sha yigirma oltinchi kilometrda davom ettirishdan voz kechadi. Marraga kim yetgan bo'lsa hammasi og'ir, qiyin, azobli nuqtani yengib o'tganlar bo'ladi.

Qadimda bobolarimiz uzoq masofani piyoda qanday bosib o'tishganini bilasizmi? Yo'lda juda charchashganida, bir og'ir toshni qo'llari bilan yelkasida tutib olib, shu holatda yurishda davom etishar ekan. Bir qancha masofa yurishgach, toshni yerga tashlab, yo'lda davom etishgan, bu bilan go'yo yo'Ining qolgan qismi oson kechgan.

*Futbol bo'yicha besh karra jahon championi bo'lgan Braziliyada sportchilarning tayyorgarlik mashg'ulotlari qayerda o'tishini bilasizmi? Qumli maydonlarda! Nafaqat yugurish, balki yurish ham bir qadar qiyin bo'lgan qumli maydonlarda yugurib, to'p tepishga o'rgangan futbolchilar, chimli maydonlarda qushdek yengil harakat qilishiadi.*

*Hayot bizga qorong'i bo'lib ko'rinishi – qiyinchiliklarning ko'pligidan emas, kuchimiz ozligidandir.*

*Pyer Kornel*

Qiyinchiliklar hayotingizdagи muhim va qadrли bosqichdir. Muammo va tashvishlардан xulosa qilishni eplasangiz, qiyinchiliklar siz uchun dono muallim kabitidir. Qiyinchilikdan xulosa chiqarolmasangiz, u siz uchun doim sizni do'pposlaydigan, lekin siz hech narsa o'rganmaydigan o'qituvchiga aylanadi. Achinarlisi, siz har safar o'sha darsga kirishni xohlamaysiz.

*Bilimdon bir duradgor bo'lgan ekan. Unga doim hamma narsadan shikoyat qilib yuradigan yigit shogird tushibdi. Shogird har qadamda, hatto arzimas mayda muammolardan ham noliyeverar ekan. Hayot u uchun go'yo baxtsizlik, tashvish va muammolardan iborat edi.*

*Bir kuni duradgor shogirdini bozorga tuz sotib olish uchun yuboribdi. Odatdagidek, shogird bu ishni ming'irlab-to'ng'illab bajaribdi.*

*Duradgor tuzdan bir hovuch olib bir piyola suvga solib aralashtiribdi. Keyin shogirdiga qarab:*

*– Endi bu suvni iching, – debdi.*

*Shogird hayron qolibdi. Qanday qilib bir piyola tuz solingan suvni ichsin? Ammo ustoziga bo'lgan hurmati uchun piyoladagi suvdan bir ho'plab qo'yibdi.*

*– Xo'sh, mazasi qanday ekan? – so'rabdi duradgor.*

*– Juda sho'r, – deya javob beribdi shogird.*

*Duradgor jilmaygancha shogirdini buloq bo'yiga olib boribdi. Bir hovuch tuzni buloqqa tashlab, shogirdiga undan suv ichishini buyuribdi. Shogird buloq suvidan chanqog'ini qondirgancha ichibdi.*

– *Bu suvning mazasi qanday? – deb so'rabdi duradgor.*

– *Juda yoqimli, – debdi shogird.*

– *Tuzning mazasi keldimi? – debdi duradgor.*

– *Yo'q, umuman tuz ta'mini his qilmadim, – debdi shogird.*

*Shunda duradgor shogirdiga hech qachon unutmaydigan saboqni beribdi:*

– *Hayotimizdagи muammolar tuzga o'xshaydi. Oz ham, ko'p ham emas. Tashvishlar miqdori har doim bir xil. Faqat uni qabul qila olishni bilish lozim. Muammo va qayg'ular qarshisida ko'nglingni keng qil. Piyola bo'lishdan voz kech va buloq bo'lishga harakat qil. Ana shunda muammolaring orqasidan keladigan chiroyli natijalarni ko'rasan.*

Farzandni qiyinchiliklardan qo'rmas, matonatli va chidamli qilib tarbiyalash ota-onalarning muhim vazifalaridan biridir. Nima deb o'ylaysiz, bugungi kunda katta hayot davomida turli sinnovlardan o'tish uchun farzandlarda irodali ruhiyat shakllantirilyaptimi?



*Farzandingizni har  
narsadan asrab-avay-  
lasangiz, u oddiy qiyin-  
chilikni ham yengish-  
ga ojiz bo'lib qoladi.*

*Frank Herbert*

Biz – bolajon xalqımız. Bu bilan faxrlanamız. Aslıda esa farzandlarımızda irodali va chidamli ruhiyat shakllanishi yo'lida aynan shu sifatımız to'sqinlik qiladi. Bolam deb, kichiklikdan farzandlarımızni qoshiq bilan o'zimiz ovqatlantirib, oliyohda o'qishidan to ishga kirgunicha yordam berib, uy-joyidan to uylanishiga-cha ta'minlab beramız.

O'ylab ko'ring, balki rivojlangan davlatlarda farzandlardagi o'z-o'zini eplash ko'nikmasi sababli ular barcha sohada yanada yuqorilab borayotgandir?

Atrofqa qarasangiz, bolaligidan qiyinchilik bilan ulg'aygan insonlar bugun hayotda yuqori mavqeda ekanligini ko'rasiz. Boshqalarga nisbatan erishgan yutuqlari ko'proq ularning.

*Qadim zamonda, bir mamlakat podshohi bor ekan. Podshoh o'g'il ko'ribdi. O'g'lini juda yaxshi ko'rар ekan. Bir kuni olimlarni yig'ib: «O'g'lim, hech qachon o'zini baxtsiz his qilmasligi uchun biror narsa o'ylab topping!» deb farmon beribdi. Olimlar ko'p o'ylab, nihoyat, sehrli tugmacha ix-tiro qilishibdi. Podshohga borib: «Sevimli podshohimiz, o'g'lingizning qorniga bu tugmachani joy-*

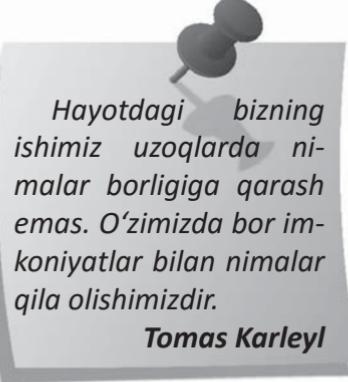
*lashtiramiz. Har safar shahzodamiz zerikkanida, o'zini baxtsiz his qilsa tugmachani soat yo'naliishi bo'yicha buraydi. Shunda vaqt oldinga o'tib qoladi va shahzoda hech qachon baxtsiz bo'lmaydi», deyishibdi.*

*Podshoh bundan juda xursand bo'libdi va barcha olimlarni mukofotlabdi.*

*Uning sevimli o'g'li, shahzoda, qachon zeriksa, o'zini baxtsiz his qilsa, qornidagi tugmachani soat yo'naliishi bo'yicha aylantirar va baxtsizlik nimaligini bilmasdan yashashda davom etardi.*

*Xalq qanchadir muddatdan keyin podshohning yonida soch-soqoli oppoq qariyani ko'rishibdi. Atrofdagi odamlar podshohdan izzat ko'rayotgan qariya kimligiga qiziqishibdi. So'rab-surish-tirishganida bir odam debdi: «Bu nuroniq qariya har zerikkanida vaqt ni oldinga suruvchi shahzodamizdir».*

O'zingizga va farzandingizga yaxshilik qiling. Moddiy holatingiz har qancha yaxshi bo'lmasin, farzandlariningiz biror narsaga erishish uchun mehnat va mashaqqat bosqichidan o'tishi kerakligini o'rgating. «Men qiyaldim, farzandim qiyalmasim», deb ularni avaylasangiz, har qancha bilim va tarbiya bergen bo'lsangiz ham, katta hayot yo'lida ojiz qilib qo'yasiz. Ojiz vujudga har qanday kasallik oson yuqadi.



*Hayotdagি bizning ishimiz uzoqlarda nimalar borligiga qarash emas. O'zimizda bor imkoniyatlar bilan nimalar qila olishimizdir.*

*Tomas Karleyl*

*Bir mashhur millioner o'z o'g'liga xat yozar ekan, shunday debdi: «O'g'lim, boksning yaxshi tomoshabini bo'lgandan ko'ra, yomon bokschchi bo'lib ringga tush. Kaltak yesang ham mayli. Muhimi kurash!»*

Hayotni ko'pincha chetdan turib tomosha qilamiz. Umr esa o'tib bormoqda. Siz odatlanib qolganingiz bir-biriga o'xshash kunlar sizga har qancha shinam tuyilsa ham ichkariga, haqiqiy hayotga qadam tashlang. Shundagina turli fursatlar va imkoniyatlar oldingizdan chiqadi. Ichin-gizdagи jasoratni uyg'oting. Agar vijdonli va insofli bo'lsangiz, eng kamida vijdonsizlarchalik jasur bo'lishingiz kerak. Yolg'onchilar va muttahamlar jasurlik bilan yashaydilar. Siz to'g'ri inson bo'lib, nimadan qo'rqsiz?

Qo'rquv, shubha va xavotirlar atrofingizni o'ragan devorlardir. Bu hayotda katta yutuqlar va muvaffaqiyatlarga erishishni istasangiz, bu devordan tashqariga, ichida o'zingizni qulay his qilgan hayotingizdan umrning gavjum ko'chasi-

ga qarang, shundagina tajribangiz ortadi. Lekin sizni muvaffaqiyatlarni to'sadigan quyidagi fikrlar chalg'itmasin:

- Bu ishim o'xshamaydi;
- Buni qilishga pul yo'q;
- Buni oldin hech kim amalga oshirmagan;
- Bunga tayyor emasman;
- Qanaqa bo'larkin...

Muvaffaqiyat sizning oldingizga kelmaydi. Siz uning oldiga intilib, kurashib borasiz. Bu yo'l davomida har xil qiyinchiliklarga uchraysiz. Dush kelingan har qanday qiyinchilik sizni hayotga yanada yaqinlashtiradi. Ming marta qilingan nasihatdan bitta musibat afzal, degan gap bejiz emas.

*Mashhur rus yozuvchisi Fyodor Dostoyevskiy 28 yoshida Chor Imperiyasiga qarshi bir yig'ilish o'tkazgani uchun qo'lga tushadi. U o'lim jazosiga hukm qilinadi. Tunda uni qamoq hujrasidan olib chiqib, ko'zlarini bog'liq holda o'lim hukmi bajarildigan joyga olib kelishadi.*

*«O'q ot» degan buyruq berilishiga bir nafas qolganida asl hukmni e'lon qilishadi:*

*«To'rt yillik qamoq jazosi».*

*Oradan yillar o'tib Strefan Sveyg do'sti Dostoyevskiy haqida shunday yozadi:*

*«To'rt yildan so'ng qamoqdan chiqqanida, sog'lig'i ancha yomonlashgandi. Lekin yashashga bo'lgan zavqi juda katta edi».*

Ko'zingizni yuming va Dostoyevskiy boshidan o'tkazgan o'sha og'ir daqiqalarni tasavvur qilib ko'ring. Balki, o'zingiz uchun muammoga aylan-tirgan, kattalashtirgan oddiy, mayda-chuyda va arzimas tashvishlaringizni unutarsiz.

Xitoyliklar bambuk daraxtining urug'ini eki-shadi. Uni besh yil davomida o'g'it va suv bilan parvarishlashadi. Naqd besh yil shu ishni qili-shadi. Bu vaqtgacha hatto kichik novda bo'lma-gan bambuk oltinchi yilda sekin una boshlaydi. So'ng bir necha haftada yigirma yetti metrga yetadi.

Siz ham vaqt kelganda, albatta g'alaba, yutuq va natijaga erishasiz. Bunga hamisha ishoning va doim qat'iyat bilan intiling. Unutmang, mu-vaffaqiyatga o'zingiz xohlagan paytingizda emas, sinov va qiyinchiliklardan o'tib, unga munosib bo'lganingizda erishiladi. Asosiysi, siz unga yetishishingizga ishoning.

*Qadimda bir badavlat savdogar bo'lib, uning katta tijorati va ko'plab xizmatchilar bo'lgan ekan. Kunlarning birida savdogarning tijorat yuklari ortilgan karvonga yo'lda qaroqchilar hujum qilib, karvonini talabdi, mollarini olib, karvonboshini o'ldirishibdi.*

*Savdogar qiyin vaziyatda qolibdi. Qora kunlar kelganini his qilib, uzoqlarga bosh olib ketibdi. Qanchadir yo'l yurgach, oldidan bir bog' chiqibdi. Bog'ning egasi bilan tanishib, boshidan o'tgan voqealarni aytib beribdi. Shunda bog' egasi: «Bog'imning mana shu qismi senga. O'zing parvarishla. Hosili ham senga. Yiliga bir tonna meva beradi», debdi. Savdogar minnatdorchilik bildirib, daraxtlarni parvarishlay boshlabdi. Hosil vaqt kelibdi. Butun bog'dagi daraxtlar meva beribdi. Lekin aynan savdogarga ajratilgan daraxtlarda birorta meva yo'q ekan.*

*Savdogar parvarishlab, o'g'it va suvini kanda qilmay bog'ga yaxshilab qaray boshlabdi. Ikkinchi yili yana hamma daraxtlar meva bersa ham, unga ajratilgan daraxtlarda bitta ham meva yo'q edi.*

*Savdogar mehnat qilishda davom etib, uchinchi yili ham bog'ni parvarishlay boshlabdi. Shu yili bog'ning unga ajratilgan qismi uch tonna meva beribdi.*

*Savdogar bog'ga, daraxtdagi mevalarga qarab, xursand bo'lib, bog' egasiga minnatdorchilik bildiribdi va xayrlashibdi. Bog' egasi ajablanib: «Uch yil mehnat qilding. Mevalarni terib olmay-sanmi?», deb so'raganida, savdogar unga: «Rahmat, men kerakli tajribani o'rgandim. Endi nima ish qilsam ham baroridan kelishiga ishonaman», debdi.*

Umr yo'lida hatto jarlikka yiqilganingda ham, bir kun albatta u chuqurdan chiqishning yo'li to-piladi. Tunning zulmatli qismi, tong otib quyosh chiqishidan darakdir. Muhimi, matonat bilan kurasib, albatta, bunga ishonishingiz kerak.

Hayotda kuchli va kuchsiz insonlarning farqi shundaydir:

Kuchli	Kuchsiz
Uddalay olishiga ishongan kishi	Uddalay olmasligiga ishongan kishi
Yangi g'oyalar o'ylab topadi	Bahonalar o'ylab topadi
Yechimlarni sanaydi	Muammolarni sanaydi
Qanday amalga oshirishni o'laydi	Nega bajara olmasligini o'laydi
To'siqlarni imkoniyat deb qaraydi	Imkoniyatlarni to'siq deb qaraydi
Vaziyatlarni shakllantiradi	Vaziyatlar shakllanishini kutadi
Piyolaning to'lgan qismini ko'radi	Piyolaning to'lмаган qismini ko'radi

«Hayotda tashqi omillarning ta'siri yo'qmi?», deyishingiz mumkin. Albatta, hayotingizda tashqi ta'sirlarning ham o'rni bor. Harakatlariningiz, intilishlaringizni orttirib, o'z qobiliyat va iqtidorингизни to'g'ri taqsimlab foydalansangiz, har sohada tashqi ta'sirlarga ehtiyojingiz kamaya boshlaydi. Sizning intilishingiz va g'ayratingiz kamaygani sari, harakatsiz, rejasiz bo'lганингиз сари ташки та'sirlarga ehtiyojingiz ko'пая boshlaydi.

Ichki omillar	Tashqi omillar
Shaxsiyatingiz	Imtiyozlar
Ijobiy fikrlaringiz	Omad
Ixtirochililingiz	Tanish-bilish
Matonatingiz	Tasodiflar

- Sizga kimdir, hayotingni to'liq o'zing belgilaysan, tashqi ta'sirlarning hech qanday hissasi yo'q, desa ishonmang.

- Yana kimdir sizga, hayotda hamma narsa faqat taqdirga, tasodifga, omadga bog'liq, desa unga ham ishonmang.

- Siz o'zingizni dengiz o'rtasidagi bir qayiq deb tasavvur qiling. Hech qimirlamay, harakat qilmay turaversangiz, shamol va to'lqinlar, ya'ni tashqi ta'sirlar, hayotingizni xohlagan ko'yga solib, sizni duch kelgan tomonga sudrab ketadi. Agarda siz manzilni to'g'ri belgilab, eshkaklarni eshib, qat'iyat bilan harakat qilsangiz albatta sohilga yetasiz.

*Bir qayiqchi eshkaklarining biriga «ishonch» va ikkinchisiga «mehnat» deb yozib qo'ygan ekan. Ko'rganlar undan bu yozuvning ma'nosini so'raganida, shunday izohlarkan:*

*– Daryodan narigi sohilga o'tishim uchun har ikki eshkaklarga ehtiyojim bor. Mehnatsiz ishonch*

*bilan yoki ishonchsiz mehnat bilan manzilga yetib bo'lmaydi. Agar bittasidan foydalansam bir joyda aylanib turaveraman...*

Insonlarni ikki guruhgaga ajratish mumkin:

- Hayoti turli izlanishlardan iborat bo'lganlar;
- Hayoti turli bahonalardan iborat bo'lganlar.

Insonlarga qarang. Ular orasida, meni hech kim qo'llamaydi, pulim, tanishim yo'q, deb yurganlar bormi?

Eng oson ish har narsaga bahona topishdir. Bahona atrofdagilarni ayplash ko'rinishida ham bo'lishi mumkin.

O'z kuch-g'ayrati bilan harakat qilib, intilishlari bilan natjalarga erishganlar ozmi?

Bahona – bu kuchsizlarning ishi!

Siz esa ojiz emassiz! Buni belgilovchi narsa sizning intilishlaringizdir.

Men uchun ota-onam hech narsa qilmadi, qarindoshlarim meni qo'llab-quvvatlamadi, degan gaplarni ko'p eshitgansiz. Ota-ona va yaqinlar sizga yordam berishga majbur emas. Siz o'z hayotingizni o'zingiz shakllantirib, o'zingiz erishishingiz kerak.

Yon atrofimizda qorong'i-likdan nolib, undan norozi bo'lib yuruvchi odamlar ko'p. Menimcha, bugungi kunda,



*Qorong'i likdan  
norozi bo'lib, undan  
noliguncha o'zing  
bir sham yoq.*

*Konfutsiy*

siz faqat sham yoqib yoritishingiz kamlik qiladi. Boshqalarga ham sham yoqishni o'rgatishingiz kerak. Pastdan yuqoriga chiqayotganda qiyinchilikka uchraysiz, bu tabiiy. Maqsad va muvafaqiyatning baland cho'qqisiga erishganingizda ortda qolgan qiyinchiliklarning lazzatini his qilasiz. Barcha istagan narsangizga tezda erishmaganingizga, armonlaringiz borligiga shukr qiling. Har istagingiz amalga oshaverganida nima bo'lardi?

*Ilk avtomobillar ishlab chiqarishni yo'lga qo'ygan zavod egasi Genri Fordning o'g'li, «Fiat» zavodlari egasi Jianni Agnellining o'g'li badavlat oilada dunyoga kelgan. Ularning oilasida farzandlar uchun hamma narsa muhayyo qilинганди. Barcha imkon va sharoitga ega edilar. Orzu qilgan, xohlagan hamma narsasiga erisha olardilar. Shunga qaramay, ikkalasi ham, biz tengi yoshga kelganida, o'z joniga qasd qilishgan.*

Sizni hayotga, yashashga undab turuvchi narsa bu – orzularingiz, harakatingiz va intilishingiz oqibatida erishilgan natijalardir.

Hayotingizni qadrli qiluvchi jihat esa yashashdan maqsadingizdir.

Og'ir kunlarda sizga yo'l ko'rsatib, sizni qo'llab-quvvatlagan, zavqli umr beruvchi narsa bu – kelajak orzularingizdir.

Hayotingiz bilan bog'liq qarorlaringizni yengil-lashtirgan, sizga insoniylik sifati beruvchi narsa bu – siz amal qilgan qadriyatlariningizdir.

Barcha harakatlaringizni natijaga olib borishni ta'minlaydigan narsa bu belgilagan maqsadingiz va xohishingizdir.

Bular orasidagi yo'lda sizni bardam-baquvvat yurishingizga madad beruvchi to'rtta xususiyatingiz bo'lishi kerak:

- shaxsiyatingiz;
- ijobiy fikrlaringiz;
- ijodkorligingiz;
- matonatingiz.

*Yaxshi tilaklar bilan,  
hamisha omon bo'ling!*



## XOTIMA

---

Vatanimdan uzoqda yashar ekanman, mamlakatimizda bo'layotgan har bir yangiliklarni kuzatishga harakat qilaman. Tanishlardan, do'stlardan o'zgarishlar haqida so'raganimda, mamlakatimiz qurilishlar bilan obod bo'layotganini aytishadi. Bugungacha ko'p davlatlarda bo'ldim. Men uchun biror davlatning rivojlanishini belgilovchi omil bu – ko'priklar, baland binolar yoki yuqori texnologiyadagi shaharlar emas. Men mamlakat rivojini bolalar o'limining kamligiga nisbatan belgilayman.

UNICEF xalqaro bolalar tashkilotining rasmiy ma'lumoti bo'yicha, 2018-yili respublikamizda besh yoshga to'Imagan bolalarning o'limi 22 mingdan ko'p qayd qilinibdi. Shuncha norasida bolalar vafot etgan! Yaponiya aholisi 126 million dan ortiq. Ulardagi bu raqam har yili 2500 nafar ekan. Yaponiyaning aholisi bizning aholidan to'rt barobar ko'p. Boshqa davlatga qarasak, masalan, Janubiy Koreya. O'tgan yili 3 mingga yaqin besh yoshgacha bo'lgan bolalar o'limi qayd qilingan.

Bizdagi raqam nega ocharchilikda yashayotgan Afrika davlatlaridagi kabi yuqori? Nega?

Rahbarlarning, boshqaruvdagi insonlarning aybi deysizmi?

Yo'q, unday emas! Vazir-u hokimlarning hammasi Janubiy Koreyaga yoki Yaponiyaga borib u davlatni boshqarsa ham, ularning rivojlanishini to'xtatolmaydi.

Minglab bolalarning o'limiga hammamiz mas'ulmiz. Barchamiz aybdormiz. Mast holatda ulov boshqargan haydovchi aybdor, puli yo'qligi uchun bemorlarga qaramagan shifokor aybdor, soliqdan qochuvchi savdogar aybdor, iste'mol mahsulotlarini yaroqsiz qilib ishlab chiqarayotgan tadbirkor aybdor, chorvasini sun'iy semirtigan fermer aybdor, poraxo'r xodimlar aybdor, o'quvchilarining bilim olishiga emas, diqqatini kiyinish va intizomiga qaratgan o'qituvchilar aybdor! Ya'ni siz-u biz, hammamiz aybdormiz. Chunki o'z vazifamizni chin dildan bajarmaymiz.

Ikkinchi jahon urushidan so'ng Janubiy Ko'reya va Yaponiya vayron bo'lgan edi. Rahbarlar o'z xalqiga murojaat qilib, davlatning rivojlanishi uchun ulardan yordam so'ragan edi. Biror kishi qolmay, butun xalq zeb-ziynatidan tortib, hatto nikoh uzugigacha topshirgan ekan. Sizdan Vatanimiz rivoji uchun ma'lum muddat hozir olayotgan

maoshingizning yarmini har oy davlatga o'tkazish so'ralsa nima qilasiz? O'ylab ko'ring!

Sportchi bo'lsangiz, pul mukofoti va sovg'alar berilmasa ham Vatan sha'nini ko'tarish uchun fidokorlik qila olasizmi? Bir kun sizga ko'chalarни supurish topshirilsa, astoydil xalqim uchun, Vatan uchun deb shu ishni bajara olasizmi?

Boshqalar mas'uliyatli bo'lganda, boshqalar insofli bo'lganda, boshqalar halol bo'lganda emas, har bir inson, men va siz, o'zimiz shaxsan bu sifatlarga ega bo'lishga intilganimizda va bo'lganimizda rivojlanamiz...

O'zimizni, insonlarni, tabiatni, Vatanimizni qadrlaylik!

*17-sentabr, 2019-yil.*



Sanjar IKRAMOV

1988-yil Toshkent shahrida tug'ilgan. Uchtepa tumanidagi 283-maktabni tugatgach, 2003 – 2006 yillarda Toshkent tumani Ijtimoiy-iqtisodiyot kollejining «Bank ishi» yo'nalishida tahsil olgan.

2011-yilda Abdulla Qodiriy nomidagi TDMIning «Kutubxona-axborotlashtirish faoliyatini boshqarish» fakultetini bitirgan.

2005-yilda o'tkazilgan «Kelajak Ovozi» ko'rik-tanlovining «Ijtimoiy loyihalar va Biznes

reja» yo'nalishi bo'yicha Respublika g'olibligini qo'lga kiritgan.

2003 – 2006-yillar davomida «Qizil Yarim Oy» jamiyati faol ko'ngillisi bo'lgan.

2005 – 2006-yillarda «Kamolot» YoIH seminar-treninglarida trener sifatida faoliyat yuritgan.

Ayni paytda tadbirkorlik faoliyati bilan shug'ul-  
lanadi.

P.S.: Fikr va mulohazalar uchun:  
[sanjarkhoj@gmail.com](mailto:sanjarkhoj@gmail.com)

Ommabop nashr

**SANJAR XO'JA  
QADAM**

Muharrir  
Ma'mura QUTLIYEVA

Badiiy muharrir  
Xakan DEMIR

Rassom  
Faruk ARSLAN

Sahifalovchi  
Nigora UMARQULOVA

Texnik muharrir  
Hilola A'ZAMOVA

«Yosh kuch» nashriyoti  
Toshkent shahri, Sodiqov-13  
Litsenziya raqami: Al № 001. 20.07.2018-da berilgan.

Bosishga 19.12.2019-da ruxsat etildi.  
Bichimi 84x108<sup>1/32</sup>.  
Bosma tobog'i 4,5. Shartli bosma tobog'i 7,56.  
Garnitura «Calibri». Ofset qog'oz.  
Adadi 1000 nusxa. Buyurtma № 34  
Bahosi kelishilgan narxda.

«Yosh kuch press» MCHJ da chop etildi.  
Toshkent, Shayxontohur tumani, Ipakchi ko'chasi, 258-uy.  
***Murojaat uchun telefonlar:***  
Nashr bo'limi: (98) 360-11-50; (94) 647-32-33

## ***QAYDLAR UCHUN***

---

---

## ***QAYDLAR UCHUN***

---

---