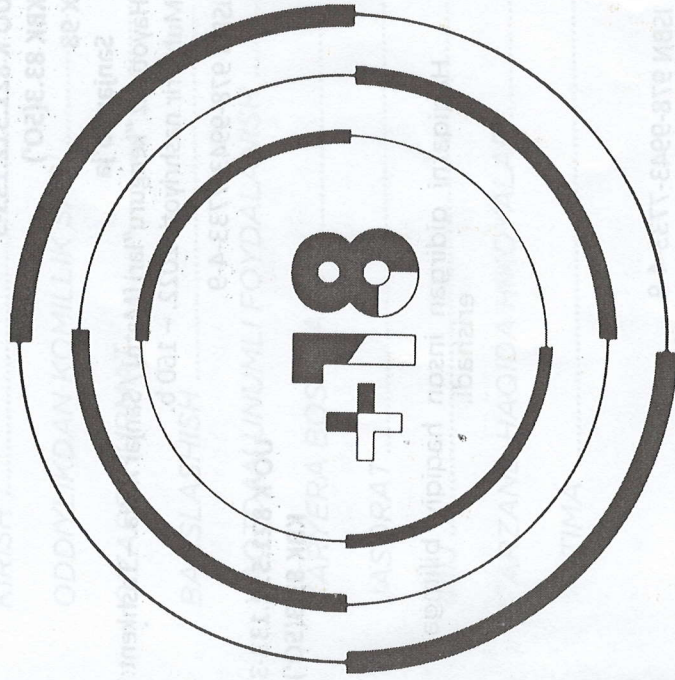


SANJAR XO'JA



HAYOTIMIZ "KENGURU" LARI

Matritir hasbriyoyu



WUOFI UNIVERSITY

INFORMATION RESOURCE  
CENTER

Toshkent - 2022

Inventory number 000 1578



## MUNDARIJA

KIRISH .....	7
ODDIYLIKDAN KOMILLIK SARI .....	15
O'ZARO HURMAT .....	37
BAHSLASHISH .....	53
VAQTDAN UNUMLI FOYDALANISH .....	77
KARYERA BOSHQARUVI .....	89
JASORAT .....	107
IMIJ .....	117
FARZAND HAQIDA HIKOYALAR .....	131
XOTIMA .....	154

UO'K 821.512.133-3  
KBK 83.3(50')  
X 98

Sanjar Xo'ja

Hayotimiz "kenguru"lari [Matn] / Sanjar Xo'ja. – Toshkent:  
Muharrir nashriyoti. 2022. – 160 b.

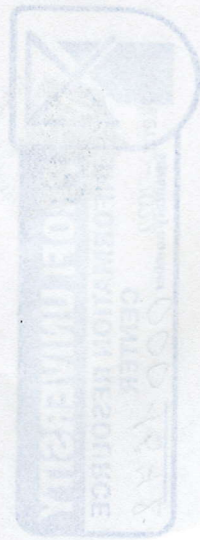
ISBN 978-9943-7733-4-9

UO'K 821.512.133-3  
KBK 83.3(50')

Haqiqatni qidirgan inson haqiqiy bilimga  
erishadi.

ISBN 978-9943-7733-4-9

© Sanjar Xo'ja.  
© «Muharrir nashriyoti»,  
Toshkent, 2022.





## KIRISH

### *Nega kitob bunday nom berdim?*

250 yil avval bir ingliz sayohatchisi Avstraliyaga borgan edi. Qit'ani aylanib yurar ekan, ilgari hech ko'rmagan g'alati bir hayvonga ko'zi tushadi. Bu hayvonga qiziqib mahalliy kishi (aborigen)dan "bu nima?" deb so'raydi. Mahalliy kishi esa "Kangru" ("Kangaroo") deb javob qaytardi. Sayohatchi bu hayvonning rasmini chizib, mamlakatiga qaytganida hammaga ko'rsatib, yangi kashf qilgan hayvonini ta'riflab berdi. Shu kishi sabab ko'plab davlatlar qisqaca vaqtda "kenguru" haqida ma'lumotga ega bo'ldi va shu nomda atay boshlashdi.

Keyinchalik Avstraliyaning mahalliy tilini o'rganishga borgan tilshunos, bu hayvon nomi boshqa so'z bilan ifodalanishini aniqlagan. Aslida, "kenguru" degani "seni tushunmadim" ma'nosini berar ekan!

Hammamiz oiladan, yon-atrofdan, kattalardan ko'rib o'rganganlarimizga amal qilamiz. Sababini, ma'nosini, o'tmishini surishtirmay o'zlashtirib olaveramiz, kundalik odatlarimizga aylanib ketaveradi. Yomon tarafi ularning mo-

*Jamiyat mehr-muhabbat bilan  
birlashadi, adolat bilan yashaydi,  
halol mehnat orqali omon qoladi.*

**Abu Nasr Farobiy**



hiyatini bilmasak-da, "to'g'risi shu" deb qabul qilamiz, shunga ko'nikib qolganmiz. Aslida, kundalik hayotimizga ziyarlik bilan nazar solsak, bir talay "kenguru"larni ko'ramiz. Masalan,

manmanlik va kibрни - o'ziga ishonch;

bor puliga to'y qilishni - o'zbekchilik;

buzuqlikni - erkaklik;

qo'pollikni - mardlik;

beparvolikni - tinchlik...

kabi yuzlab atamalar bilan ifodalaymiz.

Inson 18 yoshga to'lgach, voyaga yetgan deb ataladi. Shuning uchun ko'p huquqlarga ega bo'ladi. Ulardan eng muhimi, mamlakatni kim boshqarishi, kimlar qonun chiqarishini belgilovchi - saylovlarda ovoz berish huquqidir. Men faqatgina umriga yil qo'shilganlarni emas, tafakkur, tahlil va "kenguru"larni ko'raolgan insonlarni voyaga yetgan deb hisoblayman. Chunki, bugun turli va farqli ma'lumotlar ko'p. Ular orasidan haqiqatni qidirish, izlash va so'roqlash qiyin. Buni faqatgina voyaga yetgan aql egalari uddalaydi. Ushbu kitob hayotimizdagi bir talay "kenguru"larni payqashda foydali bo'ladi degan umiddaman.

“

Bolalar biz aytgan so'zlardan ko'ra ko'proq qadamimizga diqqat qiladi. Keyin o'sha qadam izlarini bosib, ortimizdan keladi”.

**Shotland maqoli**



### ***Nega bu kitobni yozdim?***

Internet hayotimizning muhim ehtiyojiga aylandi. Internet - chegara, cheklovlari bo'lmagan alohida bir dunyo. Deylik, ijtimoiy tarmoqlarda qaysidir inson, qaysidir xodim yoki qaysidir rahbarning yo'l qo'ygan katta-kichik salbiy xatti-harakati keng muhokama qilinadi, ko'pchilik o'sha insonni qoralaydi. Bunday vaziyatda ko'pincha tez xulosa yasaymiz, tez hukm chiqaramiz, oson ayblaymiz. Men doim shunday degim keladi: "Biz bekorga shu odamdan g'azablanyapmiz. Nega deysizmi? Ularni ta'lim-tarbiya nomi bilan yillar davomida o'qitgan o'qituvchilari jamiyatga, insonlarga, tabiatga hurmat ruhida saboq bersa, shakllantirsa, o'rgatsa edi; dars vaqtini qanday bo'lsa ham tezroq o'tkazish uchun ma'lumotlarni yodlatib, dars tugagach, uyiga yugurmasa edi; oylikdan oylikkacha kun sanamay o'z ustida ishlasa edi; butun g'ami forma va davomat bo'lib, maktabni do'konga aylantirmasa edi; tekshiruvchilar uchun ko'zbo'yamachilik qilib, o'quvchilarning zehni buzmasa edi; kasbiga "harakat qilsam ham, qilmasam ham bir xil oylik, harna ishim bor-ku", demay fidoyilik qilsa edi...

Bunday o'qituvchilar qo'lida ta'lim olgan bolalar katta bo'lganida mas'ul lavozimda ishla-

ganida o'sha o'qituvchisidan ko'rganini, o'rgan-ganini amalda qo'llaydi. Pora, qog'ozbozlik va soxta imij. Bunday ko'zbo'yamachilik xuddi usti chiroyli yaltiroq qog'oz-u, ichi qurtlagan shirinlikka o'xshaydi. Qiziqib olasiz, ichini ochgach, tashlab yuborasiz...

Nihol yerga noto'g'ri ekilsa, katta bo'lgani sa-yin qiyshayib o'saveradi. Farzandiga to'g'ri tar-biya beruvchi ota-onalarning, avvalo, o'zlar tar-biyalangan bo'lishlari kerak, ya'ni o'qituvchilari bolalikdan ularga to'g'ri tarbiya bergan bo'lishi kerak. O'qituvchining saviyasi yaxshilansa, ja-miyat ham yaxshilanadi. Shuningdek, siz bilan biz o'zimizni o'zimiz isloh qilishimiz kerak. Agar turmush sharoitimiz va davlatimiz rivojlanishini xohlasak...

*O'zbekistonlik bir guruh qishloq xo'jaligi xo-dimlari malaka oshirish uchun Niderlandiyaga safar qilishibdi. Seminarlar tugagach, mezbon-lar ularni bir qishloqqa olib borishibdi. Qishloq-ning o'rtasida katta sisterna bor ekan. Ham-yurtlarimiz bu sisternaning ichida nima borligini so'rashibdi. Mezbon esa: "Qishloq aholisi har-kuni sog'gan sutini olib kelib, o'lchab, sisterna-ning ichiga solib, keyin ro'yxat daftariga ismla-rini va solgan sutlarining miqdorini yozib keti-shadi", - debdi.*



Hamyurtlarimiz: "Buni kim nazorat qilib turadi?" - deb so'rab hayron bo'lib.

"Hech kim nazorat qilmaydi, nazoratga hojat ham yo'q", - debdi mutaxassis.

Hamyurtlarimiz: "Ha, unda miqdorini qo'shib yozsa-chi? Sutning o'rniga suv qo'shib qo'yishsa-chi", - deb qayta so'rabdi.

Hayron bo'lgan mezbon:

- Nega qo'shib yozadi? Qanday qilib "sut" degan yozuv turganida suv soladi? Hamma biladi sut solinishini, - debdi.

Hamyurtlarimiz: "Hamma bilishi mumkin, lekin hech kim nazorat qilmayapti-ku. Suv o'rniga suv solib qo'yishsa-chi?" - deb qayta savol berishibdiniman nazarda tutayotganlarini tushuntirmoqchi bo'lib.

Shunda gollandiyalik ajablanib, yana boshqatdan tushuntiribdi:

- Qarang, ustiga katta qilib "sut" deb yozilgan. Sut solish kerakligini hamma yaxshi biladi. Bilib turib nega suv solishsin, ular ahmoq emas-ku!

Ular baribir bir-birlarini tushunolmabdilar.

Chunki gollandiyaliklar "Nega chalkashishadi, ular ahmoq emas-ku, suv bilan sutning farqiga borishadi-ku!" deb fikrlayapti.

Hamyurtlarimiz esa: "Hech kim nazorat qilmas ekan, aniq sutning ichiga suv aralashtiradi bular", - deb o'z fikrlarida qat'iy turibdilar.

Ikki ham o'zicha haq.

Gollandiyalikning nazarida, hiyla qilgan ahmoq hisoblanadi.

Hamyurtlarimiz esa halollikka ishonqiramay qarayapti.

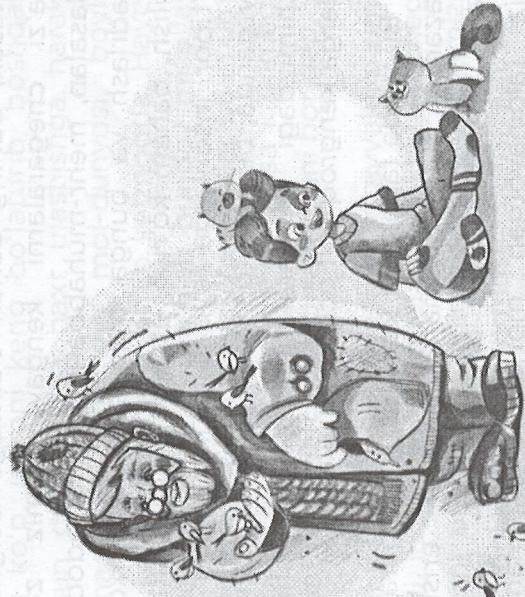
Bu yerda kim haq? Kim nohaq? Aniq ko'rib turibdi: biz o'zgarishimiz kerak. O'qishni boshlaganingiz mazkur kitob birgalikda o'zgarish niyati bilan yozildi. Kitobda aynan siz bilan maktab davridanoq bilishimiz kerak bo'lgan, lekin bizga o'rgatilmagan, hayotimizda zarur bo'lgan mavzular haqida suhbatlashamiz.

3-dekabr, 2019-yil



BIRINCHI BO'LIM

ODDIYLIKDAN KOMILLIK SARI



Sen ham bir dunyosan.  
Sen o'zgarsang, sen sababli  
dunyo ham o'zgaradi.

Osho



### HAYOTDA BAXTLI VA ZAVGLI YASHASHIMIZ UCHUN TO'SIQLAR BOR

Sezganmisiz, hayotimizda turli chegaralar bor. Bu chegaralar bizning zehnimizda va fikrlash doiramizdadir. Agar ertangi kunimiz bugundan ham yaxshiroq bo'lishini, hayotimizni mazmunliroq o'tkazishni xohlasak, yanada shakllanib, o'z ustimizda ishlab, rivojlanib, yangi marralarni zabt etishni istasak, buning uchun o'zimizga belgilagan ba'zi chegaralarni kengaytirishimiz zarur. Masalan, mehr-muhabbatli bo'lish, sadoqatni qadrlash va bunga munosiblik, g'amxo'rlik qilish, baham ko'rish, atrofda qilarga hurmat-e'tibor, insonlarga foydali bo'lish, qisqa qilib aytganda, bu hayotda bor bo'lib yashashning ichimizdagi chegaralarini kengaytirishimiz, ularga kengroq yo'l ochishimiz kerak.

Bu yerda faqatgina ichki hissiy chegaralarni nazarda tutmoqdaman. Qancha erishsak ham tugamaydigan, to'lmaydigan istaklar, biz talpinayotgan mol-dunyoga, mansab-martabaga ega bo'lish maqsadi va shu yo'ldagi xatti-harakatlar bizni baxtli qilolmaydi. Hammasi o'tkinchi, hammasi so'lib, xazon bo'lishga mahkum. Buni ich-ichimizdan tushunamiz, anglaymiz, lekin yana hashamatlarga aldanib,

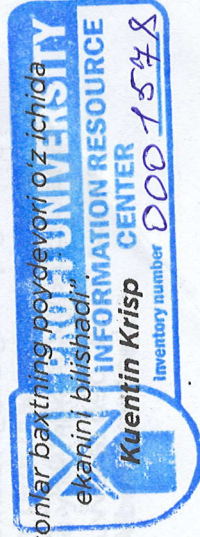
intilaveramiz. Aslida, bizni to'laqonli baxtiyorlik hissigga erishtiruvchi narsa - insoniy sifatlar bilan amalga oshirilgan ishlar va ular ortidan keladigan ma'naviy huzurdir.

Topayotgan pulimiz, minayotgan mashinamiz, yashayotgan uyimiz bizga bu hayotda xursandchilik, mamnunlik, qoniqish hissini berayotgan bo'lishi mumkin. Lekin haqiqiy baxt - hayotda qancha insonlarga quvonch va shodlik ulasha olganimiz bilan o'lchanadi. Qo'li uzun, puli ko'p, imkoni keng bo'laturib, boshqalar uchun quvonch va baxt ulashishga harakat qilmagan insonlarning mol-dunyosi, boyligi ko'kka sovriilib, yo'q bo'lib ketmoqda. Hayotimizda, atrofimizda ko'plab bunday misollarni ko'ryapmiz. Saxovat va yaxshiliklar bilan umri ni to'ldirayotgan insonlarning esa kutilmagan lutflar bilan daromadi ortayotgani bor gap.

Shuni aniq bilishimiz kerakki, avvalo, o'zimizdagi, ichki dunyoyimizdagi cheklov va chegaralarni olib tashlaganimizdagina hayotimizda farovonlik va baxtli turmushga erishamiz.

“

Aqlli insonlar baxtning poydevori o'z ichida ekanini bilishadi.





### • Hikoya •

Oliyoghni endigina bitirgan kursdoshlar yozgi ta'tilda ustozini ko'rgani borishibdi. Miriqib suhbatlashishar ekan, suhbat mavzusi hayotda duch keladigan qiyinchiliklar va tashvishlarga borib taqaldi. Shu vaqt talabalarni sharbat bilan mehmon qilmoqchi bo'lgan ustoz oshxonaga borib, grafinda sharbat bilan birga yonida sharbat quyish uchun chinni, shisha, kardon, temir va boshqa turli har xil idishlar olib kelibdi. Qo'lidagini dasturxonaga qo'ygach, hamma o'ziga idish olibdi. Shundan keyin ustoz talabalariga yuzlanib, debdi:

- Menimcha, sizlar ham ahamiyat berdingiz  
- qimmat bo'lib ko'ringan barcha idishlar olindi. Arzon va oddiy idishlar qoldi. O'zingiz uchun eng yaxshisini xohlashingiz tabiiy hol. Qizig'i shundaki, barcha tashvish va muammolaringizning negizi ana shunda. Aslida, idishlar sharbatning sifatiga hech qanday ta'sir ko'rsatmaydi. Hammangiz sharbat xohlayotgan edingiz, idish emas. Shunday bo'lsa-da, eng yaxshi idishga intildingiz. Keyin esa biringizning qo'lingizdagi idishlarga qaradingiz.

Mana endi hayotni "sharbat", pul va hayotdagi mavqeni esa "idish" deb tasavvur qiling. Idishlar

sharbat uchun bo'lganidek, pul, mansab va buyumlar ham hayot uchundir. Biz tanlagan idishlar yashayotgan hayotimizning mazmunini, sifatini belgilamagani kabi uni o'zgartirmaydi ham. Ba'zida idishlarga diqqatimizni qaratib, sharbatning ta'mini totishni unutamiz. Sharbatning lazzatini his qiling. Eng baxtli insonlarga qarasangiz, ular har narsaning eng yaxshisiga ega emas. Shunchaki, ular har narsaning ta'mini eng yaxshi holatda totishadi. Oddiy yashang. Bir-biringizga nisbatan bag'rikeng bo'ling. O'zaro hurmatli va oqibatli bo'ling. Tortinmay, yashirmay, ikkilanmay seving.

”

Baxtli bo'lib yashashni xohlasangiz, hayotingizni biror maqsadga bog'lang. Insonlarga yoki matohlarga emas”.

Albert Eynshteyn



**NIYATLAR HAGIDA**

Hayotdagi eng asosiy niyatingiz nima?  
Deyarli hammamizning hayotda uch asosiy niyatimiz bor:

- Baxtli bo'lish.
- Muvaffaqiyat qozonish.
- Yaqinlar bilan, yaxshi ko'rgan insonlarimiz bilan iliq munosabatda bo'lish.

Biz bugungi kunda bu uch asosiy niyatni, afsuski, tashvishlar manbaiga aylantirdik. Muvaffaqiyatga erishsak, baxtli bo'lamiz, pulimiz ko'payib, boy bo'lsak insonlar orasida qadr, izzat-hurmat topamiz degan tushuncha zehnimizga o'rnashgani uchun va hozircha bu maqsadlar amalga oshmagan sababli doimo o'zimizni baxtsiz his qilamiz. Aslida, o'tkazayotgan har bir daqiqamiz, har bir soniyamiz ichida baxt yashiringan.

Hamisha to'y qilish, uy qurish va shu kabi kelajak g'am-qayg'usi bilan yashayotganimiz uchun o'tayotgan umrimizning daqiqalari, hatto soniyalaridan zavqlanishimiz qiyin. Eng avvalo, o'zimizni ichimizda baxtli his qilishimiz kerak. O'zimiz o'zimizni ardoqlashimiz, qadrlashimiz kerakki, boshqalarga ulashgan

quvonchlarimiz bilan bu baxt yanada ko'paysin. Ichki ruhiyatimiz boshqa holatda bo'lsa, tashqi hayotda muvaffaqiyatga erisholmaymiz. Biz o'z ishonchimizda, o'z hislarimizda muvaffaqiyatni his qilishimiz kerak. Shunda muvaffaqiyat tashqi hayotda haqiqatan ham amalga oshadi. Biz o'zimizda bor bo'lgan narsalarni va o'z qobiliyatlarimizni ko'ra olganimizda mavjud keng ichki imkoniyatlarimizni his qilamiz. Shunda muvaffaqiyat shunchaki bir vosita bo'lib qoladi. Baxtli va muvaffaqiyatli insonlar bilan muloqot qilgan boshqalar ham o'z-o'zidan ularning muhiti, ularning kuchli ijobiy quvvatidan to'laqonli bahramand bo'lishadi. Dunyoqarashini shu zaylda shakllantirgan, o'zgartirgan insonning ham oila muhiti, ham ish faoliyati, ham ijtimoiy hayotining har bir daqiqasi yanada jozibali va chiroyli bo'ladi.

“

Eng baxtli inson - boshqalarning quvonchidan baxtiyor bo'lgan insondir”.

**Gyote**



### • Hikoya •

Donishmand shogirdlari bilan suhbatlashib o'tirarekan, ularning yoniga bir savdogar kelibdi. Hamyonini olib, donishmandga uzatibdi.

- Bu nima? - deb so'rabdi donishmand.

- Ichida besh yuz oltin dinor bor. Buni o'zingizga va shogirdlaringizga sarflarsiz, - debdi.

- Bundan tashqari o'zingizda yana oltin bormi? - deya so'rabdi donishmand.

- Albatta. Ko'p oltinim bor.

- Yana ham ko'proq oltiningiz bo'lishini xohlaysizmi?

Savdogar: "Albatta, xohlayman", - deganidan so'ng donishmand shunday debdi:

- Unday bo'lsa, berayotgan bu oltinlaringizni qaytarib olib ketavering. Chunki siz bizdan ko'ra ko'proq muhtoj ekansiz.

“

Insonning saodati - boshqalarning saodatiga to'sqinlik qilmay baxtli bo'lishidir”.

**Genri Xakslı**

### BU DUNYODA NEGA BORMIZ?

Ba'zan bu dunyoda nega yashayotganimiz haqida o'ylab qolasizmi? Ayniqsa, muammolar ketma-ket qarshingizdan chiqqanida, reja va maqsadlarga erishish yo'lida qiynalganda, orzular amalga oshmaganida yanayam ko'proq bu savol o'ylantirib qo'ysa kerak, shundaymi?

*Xo'sh, bu dunyoda nega yashayapmiz?*

Muvaffaqiyatga erishish, boy bo'lish, baxtli yashash, yaxshi ko'rgan va yaqin insonlarimiz bilan birga bo'lish uchun bu dunyoda yashayapmiz degan tushunchalar bizni doim turli umidlar bilan ushlab turadi. Holbuki, yuqoridagilar dunyoga kelishimiz sabablari bo'lmasligi mumkin. O'zimizdagi yashirin qobiliyatlarni kashf qilib, ularni shakllantirib, o'z aslimizni topib, bizni muvaffaqiyatga yetaklaydigan sohalarda faoliyat yuritib, boshqa insonlarga xizmat qilish uchun bu dunyoda mavjud ekanimizni negadir juda oz kishilar anglaydilar. Chunki jamiyatdagi insonlar, omma targ'ib qilgan, bolaligimizdan ongimizga singdirilgan tushunchalar - doimo oldinda bo'lish, chiroyli yashash, hammaning havasini keltirish va hamisha yanayam ko'proq narsalarga ega bo'lish hissi bizni asl yashash maqsadimizdan uzoqlashtiradi. Hayotida asl



yashash maqsadiga erishmagan, ichki ovozigina quloq tutmagan insonlar shuning uchun katta daromad topsa ham, moddiy holati yaxshi bo'lsa ham, farovon hayotiga qaramay, baxtsizdirlar.

Yon-atrofdagi, jamiyatdagi insonlarda bu tushuncha va hayot tarzi odatga aylanib qolgan. Odatga aylangan muhitdan tashqariga chiqish esa insondan jasorat talab qiladi. Shu sababli ko'plab insonlar baxtsiz bo'lsa-da, ichki ovozigina quloq solmaydilar, o'rganib qolgan o'sha hayot tarzini davom ettiradilar. Hozirgi holati asliyati, fitrati emasligini tushungan, anglagan, yashashdan maqsadini belgilagan va bu maqsad sari qadam tashlagan insonlar esa, balki oz pul topar, ammo ular hayotda baxtli va huzur-halovat ichida yashaydilar.

Masalan, uzoq qishloqlarda yerga ekin ekib, olgan o'zginaga hosili bilan kun kechiruvchi, shu hayotidan qoniquvchi insonlar bilan suhbatlashganmisiz? O'ta sodda, samimiy ko'zlari chaqnab turadi. Ularning qanday qilib bunchalik samimiy va baxtli yashashi ba'zilarimiz uchun tushunarsiz. O'z aslini topgan insonlar "Men kimman?", "Bu dunyoda qanday maqsadim bor?" deb so'ramay, o'tayotgan umridan qoniqish hosil qilib, intilib baxtli va zavqli umr o'tkazadilar.

## • Hikoya •

Katta yoshli mushuk dumini bilan o'ynayotgan kichik mushukdan so'rabdi:

- Nega dumingni quvlayapsan?

Kichik mushuk:

- Mushuk uchun baxtli bo'lish eng yoqimlidir. Baxt esa dumim ekanini bildim. Dumimni quvaveraman, quvaveraman... Oxiri uni tutgan vaqtida baxtni tutgan bo'laman, - deb o'ynashda davom etibdi. Katta yoshli mushuk jilmayib, shunday debdi:

- Yoshligimda men ham sen kabi baxt mening dumim ekaniga ishonardim. Yillar o'tishi bilan tushundimki, qachon uni quvsam, u mendan uzoqlashar, e'tibor bermasdan o'z ishim bilan band bo'lsam, u ortimdan kelar ekan.

“

Insonlar burnining ustidagi ko'zoynagini takror-takror qidirgan parishonxotirlar kabi baxtni qidirib yuradilar”.

**Gustave Droz**



### O'ZGARISHNI BIZ XOHLASAK, O'ZGARMAYOTGAN KIM?

O'zingizdagi ko'nglingiz to'lmagan ba'zi jihatlarni o'zgartirishni istaysiz, shundaymi? Masalan, kimdir xushqomat bo'lish uchun parhez qilish yoki sport bilan shug'ullanishni xohlaydi, kimdir yanada bilimli bo'lish uchun kitob o'qish, qo'shimcha darslar olish, kimdir yanada tashabbuskor, kimdir yanada faol bo'lish niyatida. Barchamiz o'zimizdagi o'zgartirishimiz kerak bo'lgan kamchiliklarimizni bilamiz. Yoki qilmaslikka qaror qilib, o'zimizga qayta-qayta so'z berilgan yomon odatlarimiz bor. Hayotda yanada baxtli, yanada zavqli yashashimiz uchun yoqtirmagan jihatlaringizni o'zgartirishimiz kerak degan fikrdamiz. Lekin bajarishga kelganda doim keyinchalik amalga oshirish niyati bilan muallaq qilib qo'yamiz. Biz o'zgarishni xohlayotgan bo'lsak, xo'sh, unda o'zgarishni xohlamagan kim?

Aslida, so'ralishi kerak bo'lgan savol shu bo'lsa kerak. Ichimizda bir tomonda o'zgarish uchun tirishayotgan va bir tomonda eski holatimizni saqlash uchun ko'ndirishga urinayotgan mexanizm ishlaydi. Yomon sharoitlar, noqulay muhit, notinch turmush va yoqimsiz ish faoliyatini faqatgina odat bo'lib qolgan

uchun davom ettiraveramiz. Zehnimiz biz o'rgangan muhitdan tashqariga chiqishni xatarli bo'lishi mumkin deb o'ylashga majburlaydi va mavhumlik qo'rquvini yuzaga keltiradi. Shu sababli turli bahonalar toptirib, sizga qanchalik yoqmasa ham, odatlanganingiz eski holatga ko'nikip, o'zingizga qayta-qayta so'z berilgan yomon odatlardan voz kechmasligingiz uchun boshqa imkoniyatlarni vujudga keltiradi. Agar o'z hayotingizni o'zgartirishga bo'lgan harakatingiz yuzaki va yengil bo'lsa, unda eski holatini davom ettirish qat'iyati kuchliroq bo'ladi. Dunyoda, jamiyatda, yon-atrofdagi o'zimizga yoqmagani narsalar bor bo'lsa, avval o'zimizni sarhisob qilishimiz kerak. Shuningdek, o'zimizning qat'iyatimizga nazar solishimiz lozim.

Hamma o'zgarish tarafdori bo'lsa, unda o'zgarishni xohlamagan kim?

“

*Baxt-saodatni ehtirolardan emas, o'z qalbingizdan qidiring. Baxtning manbai tashqarida emas, ichimizdadir”.*

Lev Tolstoy



### • Voqea •

XVIII asrda yashab o'tgan mashhur fransuz mutafakkiri va yozuvchisi Volterning o'quvchilik yillarida shunday voqea sodir bo'lgan ekan. Bir kuni adabiyot darsida sinfga eshak kirib qolibdi. O'quvchilar eshakni urib-tepib sinfdan chiqarishga harakat qilishibdi. Holatni kuzatib turgan adabiyot o'qituvchisi o'quvchilaridan eshak mavzusiga aloqador insho yozishlarini so'rabdi. Volter o'z inshosida ozgina so'zlarni yozib, eng yuqori bahoni olibdi.

Volterning inshoni qanday yozgani bilan qiziqayotgan bo'lsangiz kerak, to'g'rimi?! U yozgan jumlar quyidagicha edi: "U o'ziga o'xshaganlar oldiga keldi, lekin o'ziga o'xshaganlar uni qabul qilmadi".

Volter do'stlarining xatti-harakatlarini noto'g'ri baholadi, ularga nisbatan oqilona yozilgan bu jumlada o'zini ham tanqid qilgan edi.

“

O'rinni tanqid aqlli insonlarni kuchli qiladi, ahmoqlarni esa g'azablantiradi”.

**Napoleon Bonapart**

Dunyoni o'zgartirmoqchi bo'lsangiz, avvalo, o'zingiz yaxshi bilgan ishni amalga oshira oladigan ishonch bilan boshlang. Bajarolmasangiz, o'zingizni o'zgartirishga harakat qiling.

...

Ikki jihat sizni millionlab insonlardan ajratib turadi:

1. Muammoga emas, yechimga hissa qo'shish.
2. Hayotga va har narsaga yangi (o'ziga xos, betakror, o'zgacha) qarash bilan yondasha olish.

“

Haqiqiy baxt – borliqning yaratilish hikmatini anglagan holda Yaratganga yo'nalib, unga ishonish, ilohiy olamni tafakkur qilishdir”.

**Abu Ali ibn Sino**



### O'ZIMIZDAGI O'ZGARISHLARDAN JAMIYAT O'ZGARISHIGACHA

Har bir insonning dunyoqarashi ma'lum bir darajagacha chegaralangan. Kimdadir bu chegaraning hududi keng, kimdadir tor. Biz olamni ana shu chegaralangan dunyoqarashimiz bilan kuzatamiz. Ko'pincha bo'layotgan hodisalarga noroziligimizni ifodalab, kamchiliklar haqida aytamiz. Xo'sh, bu kamchiliklar qanday bartaraf bo'ladi, ularni kim tuzatishi kerak deb o'ylaysiz? Ko'pchiligimizning tushunchamizda dunyoni o'zgartirishi kerak bo'lgan insonlar rahbarlar, siyosatchilar, tashkilotlar va shunga o'xshash muhim mavqedagi, jamoatchilik nazaridagi shaxslardir. Biz o'zimiz xohlagan hayotda yashaylik, lekin o'zgartirishlarga kelganda esa, butun mas'uliyat va javobgarlikni boshqalarning yelkasiga yuklash yoqimli va oson, shundaymi? Aslida, bu dunyoda yashayotgan har birimizning kichik hajmda o'z atrofimiz, katta hajmda esa butun insoniyat va dunyo oldida javobgarligimiz borligini juda kamchiligimiz anglaymiz. Biz turli o'zgarishlar bo'lishini xohlaymiz, biroq ularni amalga oshirishni boshqalardan kutib, mas'uliyatni boshqalarga yuklaymiz. O'zimizdan bosh-

langan o'zgarishlarning to'liqlanib, atrofga tarqalishi va qisqa vaqtda ta'sir hududi kengayishi mumkinligini unutyapmiz. Amalga oshgan kichkina yaxshiliklar qanchalik ko'p insonlarni o'z ichiga olishi, bu yaxshiliklar xayolimizga kelmagan darajada uzoq yergacha tarqalishini tasavvur qilishning o'ziyoq bizni hayratga soladi. Demak, kichik intilishlar katta o'zgarishlarni vujudga keltira oladi. Shu sababli, hayot siz uchun yashab bo'lmaydigan darajada og'irlashib ketgan bo'lsa, bunda sizning ham hissangiz borligini tan oling. Ko'rib ko'rmaslikka olingan salbiy holatlar, sababli bugun biz yashayotgan dunyo sarosima va vahima ichida qolib ketdi. Har birimiz atrofimizda sodir bo'layotgan noxush holatlarga, adolatsizliklarga ko'z yumganimiz sababli ana shunday muhit ichida yashayapmiz. Atrof-muhitning ifloslanishi va hatto daraxtlarning kesilishiga befarq bo'lganimiz uchun buzilgan ekologik muhit o'zimiz, atrofimizdagilar, yaqinlarimizni turli kasalliklarga giriftor etmoqda. Kimningdir ochko'zligiga beparvo bo'lganimiz uchun bugun ocharchilikdan qiyalayotgan yoki o'layotgan millionlab bolalar bor. Aytib, bu voqealar oldida o'zimizni qanday qilib oqlaymiz? Yana mas'uliyat va aybni boshqalarga yuklabmi?



Avval har birimiz butun borliqqa nisbatan javobgar ekanimizni his qilib, qaysi masalada ziyrak va diqqatli bo'lsa, qaysi salbiy holat bizga chuqur ta'sir qilsa yoki qaysi ehtiyojlarni qondira oladigan imkon va qobiliyatimiz bo'lsa, o'sha sohaga yo'nalishimiz kerak.

Xulosa o'rnida aytmoqchimanki, avval o'zingiz va atrofingiz, keyin esa insoniyat uchun harakat qilishingiz kerak. Birgalikda harakat qilishimiz kerak!

“

Sizda ro'y bergan ijobiy o'zgarishlar bilan dunyo yanada yorishadi!”

Ramana Maxarshi

• Hikoya •

Bir kishi saharlab ko'chaga chiqibdi. Tunda yog'gan yomg'irning yerdagi nami hali ketib ulgurmagandi. Xiyobon bo'ylab yurib borarkan, tong qorong'usida bir kishi yerga egilib, nimanidir paypaslayotganiga ko'zi tushdi. Biror narsasini yo'qotgan shekilli, degan fikr bilan yaqinlashib qarasaki, haligi yigit chuvalchanglarni asfalt yo'lak ustidan olib, yerga qo'yayotgan ekan.

- Nimalar qilyapsiz? - deb so'radi qiziqib.

Yigit:

- Tungi yomg'irda tashqariga chiqqan chuvalchanglar asfalt yo'lakka chiqib qolibdi. Shularni yana yerga qo'ymasam, tong yorishgach, ishga ketayotgan odamlar bosib olishi mumkin, - deb javob beribdi.

Haligi odam kulib:

- Eh-he, shahar xiyoboni katta bo'lsa. Chuvalchanglar ko'p bo'lsa. Bu zahmatingiz bilan nimayam o'zgarardi? - debdi.

Shunda haligi yigit yana bir chuvalchangni asfalt yo'ldan olib yerga qo'yarkan, debdi:

-Mana, uning uchun o'zgardim...



... birinchi bo'lim, har qanday fikr, qo'shimcha va  
... xulosa qiling.

*Hurmat bor joyda har doim  
 qo'rquv bo'ladi. Qo'rquv  
 bor joyda hurmat doim ham  
 bo'lavermaydi.*

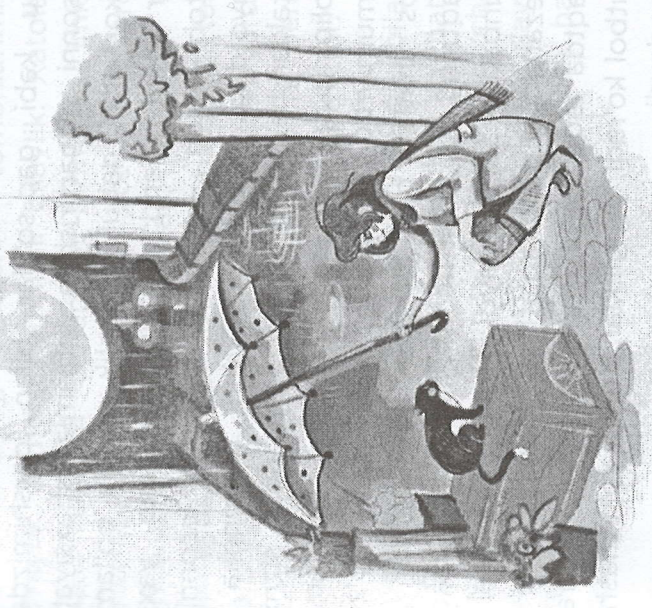
**Aflotun**

... ko'rsatadi.  
 ... oricha qabul  
 ...

**IKKINCHI BO'LIM**  
**O'ZARO HURMAT**



... ko'rsatadi.  
 ... oricha qabul  
 ...



... ko'rsatadi.  
 ... oricha qabul  
 ...



### BIR-BIRIMIZNI TUSHUNISH

Siz insonlarni boricha qabul qila olasizmi? Insonni boricha qabul qilish deganda nimani tushunasiz?

Ish unday qilinmaydi, bunday qilinadi, unaqa o'tirilmaydi, bunday o'tiriladi, unday qilma, bunday qil, uni kiyma, buni kiy... Ko'pincha shu kabi gap-so'zlar bilan qarshimizdagi insonni o'zgartirishga intilamiz, shaxsiyatini inkor qilib, qabul qilmaslik payida bo'lamiz. Bir donishmand: "O'qiladigan eng yaxshi kitob - inson", - degan ekan. Har bir insonning hayotdagi qarashlari, fikrlari, tushuncha va istaklari har xil. Hamma siz istagandek, sizning qolipingizga tushadigan bo'lishi shart emas. Umumiyroq aytganda, har kimning o'ziga xos jihatlari bor. Masalan, ayol tabiati: bir vaqtning o'zida bir nechta ishni bajara oladi - suhbatlashadi, tozalaydi, ovqatlanadi, yasanib-bezanadi. Erkak tabiati esa buning aksi: bir vaqtda faqat bitta ishni bajarishni yoqtiradi-futbol ko'radi, yangiliklar o'qiydi yoki mashina haydaydi...

Qabul qilish - insonni qanday bo'lsa, shunday boricha qabul qilish deganidir. Bir insonni boricha qabul qilishingiz, bu - uni haqiqatan

hurmat qilishingiz, qadrlashingizni ko'rsatadi. Siz bilan muloqotdagi inson boricha qabul qilinganini sezishi - qadrlanganini his qilishidir. Ammo qabul qilish deganda boshqalarning har gapini tasdiqlash, barcha fikriga qo'shilish, hamma aytgan so'ziga "xo'p", deb javob berishni tushunmaslik kerak.

Bir-birimizning yaxshi tomonlarimizni ko'raylik, kamchiliklarimizni bilaylik. Xatolarimizni tuzatish uchun bir-birimizga imkon beraylik. Chunki inson zoti xatokordir. Jamiyatimiz insonlarga xato qilishga izn bermaydi. Kichik bir aybi uchun bir umrga tam-g'a uradi. Insonlarga qing'ir-qiyshiq yo'llardan urilib-surilib tarbiyalanishiga imkon berish o'rniga chuqurga itarib yubormayapimizmi?

Dehqon ekkan ko'chatning nimaligini biladi. Ko'chatga hurmati bor. Bodring ko'chatini tarvuz qilishga urinmaydi. Bodring ko'chatini yaxshi hosil berishi uchun sharoit hozirlaydi. Inson shaxsiyatini boricha qabul qilish ham aslida shu.

“

*Ta'lim va tarbiyaning siri shundaki, u bolani hurmat qilishdan boshlanadi”.*

**Ralf Emerson**



## • Hikoya •

Hind rohib shogirdlari bilan aylanib yurar ekan, Ganga daryosi bo'yida g'azablangan holda bir-biriga baqirayotgan insonlarni ko'rib qolibdi. Rohib shogirdlaridan so'rabdi:

- Nega bular bunchalik g'azabda?

- Chunki xotirjamliklarini yo'qotganlar.

Hind rohib bu javobdan qoniqmay:

- Kimgadir aytmoqchi bo'lgan gaplarimizni past ohangda ham yetkazish mumkin bo'lganda nega baqiramiz? - deb so'rabdi.

Shogirdlaridan sado chiqmagach, o'zi tushuntira boshlabdi:

- Ikki inson bir-biriga g'azablangan vaqtda qalblari uzoqlashadi. Oradagi uzoq masofadan bir-birining qalbini eshitish uchun baqirishga majbur bo'lishadi. Qay darajada g'azablansa, oradagi "masofa" shuncha uzoqlashib, yanada kuchliroq baqirishi kerak bo'ladi. Ikki yaxshi inson turmush qurganida nima bo'ladi? Baqirish o'rniga sekin gaplashishadi. Chunki ularning qalblari bir-biriga yaqin bo'ladi. Oradagi masofa yoki yo'qoladi, yoki juda qisqa bo'ladi. Ikki inson bir-birini juda sevsa nima bo'ladi?

Gaplashishmaydi, faqat pichirlashadi, chunki ularning qalblari juda yaqin bo'ladi. Ma'lum bir vaqtdan keyin esa umuman gaplashishga hojat ham qolmaydi, faqatgina ko'z qarashlar yetarli bo'ladi. Mana bu haqiqiy sevgi va yaqinlik hisoblanadi.

“Gapirish ehtiyoj, tinglash esa san'atdir”.

Gyote



### TANLASH HUGUQINI BERISH

Kimdir boshqa birovga hayotning yo'li yo'rig'ini ko'rsatib, o'rgatib berolmaydi. Tajriba va bilimingizga atrofingizdagi insonlar ehtiyoj his qilgandagina foydasi bo'ladi. Odamlarga yetti yoshdan boshlab yetmish yoshigacha uqtiramiz: "Qalin kiyin", "soqolingni ol", "sochingni tekisla", "to'g'riyur" ... Inson hayotni aslida o'zi izlanib, yo'l qo'ygan xatolaridan dars olib, xulosa chiqarib o'rganadi. Tanlash huquqi berilsa, u boshqalar aytgan takliflarni ko'rib chiqadi. Nima deysiz? Nima qilishim kerak? Menga maslahat bera olasizmi? Shunday savollar berilgan vaqtda fikr almashish mumkin, xolos. Biz esa ko'pincha duch kelgan har insonimizga nimalarnidir uqtirishga urinamiz. Chunki bolalikdan bizga ham kattalar o'z fikrimizga qiziqmay, qarorlarimiz bilan hisoblashmay, o'z ixtiyorimiz bilan tanlov qilishga imkon bermay, doim uqtirib kelishgan. Ba'zi odamlarning kim nima desa ergashib ketaverishining sabablaridan biri ham shu.

Bolaligida nima kiyishga, nima yeyishga, nima qilishga o'zi mustaqil qaror bergan bolalar ulg'ayganlarida qat'iyatli bo'ladilar, shu bilan birga, qo'shnisini, do'stini, kasbini, ishini, turmushini o'zlari mustaqil fikr va irodalari bilan tanlaydilar.

### O'G'LIMNING O'QITUVCHISIGA MAKTUB

Ko'p vaqtni oladi, bilaman, agar o'rgata olsangiz, yerdan topilgan besh dollardan ko'ra mehnat bilan topilgan bir dollarning qadri balandligini o'rgating.

Hayotda mag'lub bo'lishi mumkinligini ham, g'alabadan zavqlanishni ham o'rgating.

Hasadlardan uzoqlashtiring.

Iloji bo'lsa, jilmayib qarashning sirini o'rgating.

Zolimlar faqat tashqi ko'rinishidagina g'olib ekanliklarini farqlay olishiga imkon bering.

Unga kitoblarning mo'jizalarini o'rgating.

Lekin yolg'iz qolishga ham imkon bering.

Osmondagi qushlarning, quyosh ostidagi asalarilarining va yam-yashil adirdagi gullarning abadiy sirini anglasin.

Unga xato qilish yolg'ondan ko'ra afzalroq ekanligini o'rgating.

O'z fikrlariga ishonishni o'rgating. Hatto hamma unga bu noto'g'ri ekanini aytganda ham.



**TANLASH HUQUQINI BERISH**

Kimdir boshqa bировga hayotning yo'li yo'rig'ini ko'rsatib, o'rgatib berolmaydi. Tajriba va bilimingizga atrofingizdagi insonlar ehtiyoj his qilgandagina foydasi bo'ladi. Odamlarga yetti yoshdan boshlab yetmish yoshigacha uqtiramiz: "Qalin kiyin", "soqolingni ol", "sochingni tekisla", "to'g'ri yur" ... Inson hayotni aslida o'zi izlanib, yo'l qo'ygan xatolaridan dars olib, xulosa chiqarib o'rganadi. Tanlash huquqi berilsa, u boshqalar aytgan takliflarni ko'rib chiqadi. Nima deysiz? Nima qilishim kerak? Menga maslahat bera olasizmi? Shunday savollar berilgan vaqtda fikr almashish mumkin, xolos. Biz esa ko'pincha duch kelgan har insonimizga nimalarnidir uqtirishga urinamiz. Chunki bolalikdan bizga ham kattalar o'z fikrimizga qiziqmay, qarorlarimiz bilan hisoblashmay, o'z ixtiyorimiz bilan tanlov qilishga imkon bermay, doim uqtirib kelishgan. Ba'zi odamlarning kim nima desa ergashib ketaverishining sabablaridan biri ham shu.

Bolaligida nima kiyishga, nima yeyishga, nima qilishga o'zi mustaqil qaror bergan bolalar ulg'ayganlarida qat'iyatli bo'ladilar, shu bilan birga, qo'shnisini, do'stini, kasbini, ishini, turmushini o'zlari mustaqil fikr va irodalari bilan tanlaydilar.

**O'G'LIMNING O'QITUVCHISIGA MAKTUB**

Ko'p vaqtni oladi, bilaman, agar o'rgata olsangiz, yerdan topilgan besh dollardan ko'ra mehnat bilan topilgan bir dollarning qadri balandligini o'rgating.

Hayotda mag'lub bo'lishi mumkinligini ham, g'alabadan zavqlanishni ham o'rgating.

Hasadlardan uzoqlashtiring.

Iloji bo'lsa, jilmayib qarashning sirini o'rgating.

Zolimlar faqat tashqi ko'rinishidagina g'olib ekanliklarini farqlay olishiga imkon bering.

Unga kitoblarning mo'jizalarini o'rgating.

Lekin yolg'iz qolishga ham imkon bering.

Osmondagi qushlarning, quyosh ostidagi asalarilarining va yam-yashil adirdagi gullarning abadiy sirini anglasin.

Unga xato qilish yolg'ondan ko'ra afzalroq ekanligini o'rgating.

O'z fikrlariga ishonishni o'rgating. Hatto hamma unga bu noto'g'ri ekanini aytganda ham.



*Hamma odamlarni tinglashni, lekin eshitganlarini haqiqat elagidan o'tkazib, yaxshilarini qabul qilishga o'rgating.*

*O'z kuchi va bilimini eng yuqori narxga sotishni, hech qachon yuragi va hislari bilan narx belgilamaslikka o'rgating.*

*Shovqinli olomon orasida ham insonlarni eshita olishga o'rgating.*

*Va agar u o'zining haqligiga ishonsa, bu haq yo'lda kurasha olishni o'rgating.*

### **Avraam Linkoln, AQSH prezidenti**

“

Bilim bizga kuch beradi. Hurmatga esa axloqingiz bilan erishasiz”.

**Bryus Li**

### **Hikoya •**

Amerikada o'lim jazosiga hukm qilingan mahkumdan, "O'lim oldidan so'nggi so'zing hurmi?" - deb so'rashibdi.

Shunda mahkum o'ziga diqqat bilan tikilib turgan jurnalistlar, fotomuxbirlar va uni shafqat nazari bilan kuzatayotgan boshqalarga qarata shunday debdi:

- Agar bolaligimda menga shunchalik e'tibor qillinsaydi, bugun bu jazoga munosib bo'lmas edim.

“

Hech kim boshqasini sevishga majbur emas. Lekin hammamiz bir-birimizni hurmat qilishimiz shart”.

**Joze Saramago**



### TINGLASHNING AHAMIYATI

Insonlarni diqqat va e'tibor bilan tinglaysizmi? O'zaro mehr bir-birini diqqat bilan tinglash natijasida mustahkamlanadi. Tinglash orqali inson boshqalarga o'zaro tushunish, qadrlash, ishonch va hamfikrlik hislarini ulashadi. Suhbatdoshining gapini bo'lmay, unga xalaqit bermay, boshqa narsalar bilan chalg' olmay, ko'zlariga tikilgan holda tinglash muhim. Inson hayotida duch keladigan muammolarning aksariyati ham aslida eshitishni bilmaydigan shaxslar bilan ziddiyatlar sababidan yuzaga chiqadi. Chunki bizga nimalarnidir aytayotganlar o'z fikri, tushuncha, xotira va hikoyalarni baham ko'rayotgan bo'ladi.

Aytmoqchi bo'lgan gapingizni boshqalar tinglashga majbur emas, hech kimni eshitishga majburlamang. Eshitishni xohlashmasa, gapingizni ichingizga yuting. Insonlar sizni chin ko'ngildan, chin dildan tinglayotganlarini ko'rish o'zgacha zavq beradi. Hech kim eshitishni xohlamagan insonchalik kar bo'lolmaydi. Tinglash shuning uchun muhim.

“

*Tinglashni bilganlar mamlakatni boshqarishni bilganlardan ham ulug'roqdir”.*

**Benjamin Franklin**

### • Hikoya •

Professor ma'ruza qilish uchun anjumanlar zaliga kiribdi. Qarasaki, old qatorida bir o'tboqardan boshqa zalda hech kim yo'q ekan. Ma'ruza qilsammikin, qilmasammikan deb o'ylab, o'tboqardan so'rabdi:

- Tinglovchilardan faqat sen bor ekansan. Nima deb o'ylaysan, ma'ruza qilaymi yoki yo'q?

O'tboqar shunday javob beribdi:

- Domla, men oddiy odamman, hamma mavzularni ham tushunvermayman. Nimalardir o'rganish uchun qiziqib keldim. Agar otxonaga kelganimda barcha otlarim qochib ketib, faqat bittasi qolganini ko'rsam, unga yem bergan bo'lardim.

Bu so'zlarni eshitgan professor ma'ruzasini boshlabdi. Ikki soatdan ortiq ma'ruza o'qibdi. Nihoyat, o'zidan mamnun holda so'rabdi:

- Ma'ruzam yaxshi bo'ldimi?

O'tboqar javob beribdi:

- Domla, sizga boshida ham aytdim. Men oddiy odamman va hamma mavzularni ham yaxshi tushunmayman. Agar otxonaga kelganimda hamma otlar qochib ketib, faqat bittasi qolganini ko'rsam, o'sha bittasiga yem berardim. Lekin unga barcha otlarning yemini berib, bo'k'tirib qo'ymasdim.



### UYALTIRMASLIK

Ayb va xato qilgan insonni uyaltirish orqali tuzatish, tarbiyalash mumkin deb o'ylaysizmi?

Uyaltirilgan va izza qilingan inson dili og'rihi bilan birga, xatolarini o'ylab, undan xulosa chiqarish o'rniga o'zini uyaltirgan kishiga nisbatan nafrat uyg'onadi. Biz esa oilada, maktabda, mahallada, ishdada, hamma yerda xato qilgan insonni boshqalar oldida uyaltirishga harakat qilamiz. Sazoyi qilib yerga ursak, dars bo'ladi, qayta takrorlamaydi deb hisoblaymiz. Aslida esa uning qalbiga nafrat urug'ini ekkan bo'lamiz. O'zimizga, atrofga, insonlarga nisbatan nafrat. Xalqimizda "Uyat o'limdan qattiq" degan maqol bor. "Aybimni yolg'iz o'zingga aytsang - nasihat, boshqalar oldida aytsang - haqorat", deyishadi. Xato kattami, kichikmi, bundan qat'i nazar, boshqalar oldida uyatga qolgan inson keyinchalik atrofidagi hamma bilan o'zaro munosabat ko'priklarini buzishi mumkin.

Uyaltirmasligimiz kerak!

“ O'zini ko'rsatishning eng jirkanch usuli - o'zlarini ezib uyaltirishdir”.

**Fridrix Shiller**

### • Hikoya •

Tomas Edison bir kuni maktabdan uyga qaytgach, onasiga qog'ozcha tutqazib debdi: "Buni o'qituvchim berib, faqatgina sizga yetkazishimni aytdi".

Onasi ko'zida yosh bilan xatni ovoz chiqarib o'qibdi:

"O'g'lingiz juda aqlli. Shuning uchun bu maktab unga kichiklik qiladi. Bizda o'g'lingizga yetarli bilim beradigan darajada o'qituvchilarimiz yo'q. Iltimos, uni o'zingiz o'qiting".

Oradan uzoq yillar o'tibdi. Tomas Edison onasi vafot etgan vaqtda o'z asrining eng buyuk olimlaridan edi.

Kunlarning birida eski narsalarni tartibga keltirarkan, tortmaning bir burchagida turgan qog'ozchaga ko'zi tushibdi. Ochib o'qibdi. Bu bir vaqtlar o'qituvchisining onasiga yozgan maktubi bo'lib, unga shunday so'zlar yozilgan edi: "O'g'lingiz zehni past bola. Endi uning maktabga kelishiga ruxsat berolmaymiz".

Edison ko'z yoshini tutolmay uzoq yig'labdi. So'ng kundaligiga shunday satrlarni bitibdi: "Tomas Alva Edison - qahramon ona tomondan asr olimi darajasiga ko'tarilgan zehni past bola edi..."



Ikkinchi bo'lim haqida fikr, qo'shimcha va  
muhtimol...

Mayda mavzular ustida ko'proq  
tortishamiz. Chunki muhim  
masalalardan ko'ra ko'proq  
ularga aqlimiz yetadi.

**Teodor Vish**

SIMBOLU ISHLAGANLIKDA  
shayx shayxide vuz bergan  
nizolarda his-  
muloqatda bo'lgan  
muloqatda bo'lgan

## UCHINCHI BO' LIM BAHSLASHISH



BLA





### ZIDDIYATDAGI USLUBIMIZ

Insonlarni qanday qilib yaxshiroq tanib olish mumkin, deb o'ylaysiz?

Insonlarni tanishganda, suhbatlashganda emas, balki ziddiyatli vaziyatlarda va bahslashib qolganimizda yanada yaxshiroq taniyimiz. Chunki jahlimiz yashiringan shaxsiyatimizni ko'rsatib beradi. Boshqalar bilan bahslashish vaqtidagi holatimiz, o'zimizni qanday tutishimiz bizning aslida kim ekanligimizni belgilaydi: biz madaniyatli, saviyali odammizmi yoki johil?

Odamlar o'rtasida ikki xil bahslashuv bor: Dalilli va hissiy. Har qanday bahsli vaziyatga duch kelganimizda g'azablansak, jahlimiz chiqsa, qarshi tarafdagi insonning gaplari, xatti-harakatlari bizga ta'sir qilayotgan bo'lsa, his-tuyg'uga berilayotgan bo'lsak, bu holat janjallashish deb ataladi. Bahslashuv muammolarni yechishga qaratilgan, ma'lumot va dalillar keltirish bilan bo'layotgan bo'lsa, bu yerda faqat tortishuv bor. Bir qarashda tortishuv salbiy so'z kabi eshitiilishi mumkin. Aslida, tortishuv so'zining o'zagi "tortmoq" fe'lidan vujudga kelgan. Ya'ni "ma'lumotlarni tarozida tortaylik, qaysi biri og'ir kelsa, o'shani qabul qilaylik", ma'nosida. Saviyali inson hayoti

va ish faoliyatida yuz bergan nizolarda his-tuyg'ularga berilmay, dalillarga tayanadi.

Nizolar shaxsiyatimizni ochadi. Ziddiyatlarda o'zimizni qanday tutishimiz va bu vaziyatda ikkinchi tomonga qanday munosabatda bo'lishimiz saviyali yoki saviyasiz ekanimizni ko'rsatib beradi. Shunday ekan, kelishmovchilik va nizoli vaziyatlarda o'zimizni qanday tutishimizga diqqat qilaylik.

Bugungi kunda bizning bahslashishimizning asosiy maqsadi insonlarni tanib olish va ularni yaxshiroq tushunishdir. Bahslashish insonlarni tanib olishning bir usuli bo'lib, u insonlarni tanib olishning boshqa usullaridan farq qiladi. Bahslashish insonlarni tanib olishning boshqa usullaridan farq qiladi. Bahslashish insonlarni tanib olishning boshqa usullaridan farq qiladi.

Otasi o'g'liga:

— Barcha o'g'lim, do'stlaring bilan yaxshi munosabatlarda bo'ling. Tاختabdan narsalar munosabatlarda bo'ling.

Hamma bahslashsa oladi. Lekin hamma ham o'zini chiroyli tutolmaydi".

Jon Olkot



## • Hikoya •

Do'stlari bilan urushib yuradigan janjalkash bola borekan. Bir kuni otasi unga mix to'ldirilgan bir xalta bilan uzun taxta beribdi. Keyin o'g'lga:

- Har safar o'rtoqlaring bilan janjallashganingda shu taxtaga bittadan mix qoq, - debdi.

Bola yana do'stlari bilan janjallashar va har kuni taxtaga mixlarni qoqib qo'yar ekan. Bir kuni qarasa, jami qirqta mix qoqilibdi. Bundan o'zini noqulay his qilib, do'stlariga yaxshi munosabatda bo'lishga intilib, kundan kunga kamroq mix qoqa boshlabdi. Bir kuni umuman mix qoqmabdi. Buni ko'rgan otasi shunday debdi:

- Bugundan boshlab janjallashmagan har bir kun uchun bitta mixni taxtadan sug'urib olasan.

Kunlar o'tib, taxtaga qoqilgan mixlar qolmabdi.

Otasi o'g'lga:

- Barakalla, o'g'lim, do'stlaring bilan yaxshi munosabatdasan. Taxtadagi barcha mixlarni chiqaribsan, lekin endi taxtada teshiklar qoldi. Bu teshiklar do'stlaring bilan janjallashgan vaqtingda aytgan yomon so'zlaringdir. Ular

seni kechirsa-da, asorati qoladi va bu teshiklar yopilmaydi. Do'stlaringni doim hurmat qilishing kerak. Unutma, umring davomida hamisha ularning yordamiga, mehriga, do'stligiga muhtoj bo'lasan.

“

To'g'ri bahslashishni bilmaganlar doim janjallashadilar”.

**Gilbert Chesterton**

“

Kirdim ilm majlisiga, ayladim qildim talab, Dedilar ilm keyindir, illo adabdir, illo adab”.

**Yunus Emro**



### BAHSLASHISHNING BOSQICHLARI

Bahslashish to'rt bosqichdan iborat. Birinchisi - odatiy bahslashish. Masalan, biror yig'ilishda dolzarb masalani muhokama qilish uchun to'planamiz. Bu ilk bosqich va tabiiy jarayondir. Muhokamani boshlashimiz bilan ikkinchi bosqichga o'tiladi. Endi insonlar bir joyga yig'ilib, xato va kamchiliklarni muhokama qilamiz, dalillarni surishtirishni boshlaymiz. Bu ikki bosqichda hali his-tuyg'ular aralashgani yo'q, shu yerigacha hammasi tez-tez uchrab turadigan tabiiy holat. Asosiy muammo uchinchi bosqichda boshlanadi. Endi bahsga tuyg'ular ham aralashadi. Biz bilan bahslashayotganlarga qarshi jahlimiz chiqib boshlaydi, qizishamiz, yomon so'zlar aytib, nafrat tuyg'usi uyg'onadi. Bularning hammasi hissiyotga berila boshlaganimizni bildiradi. To'rtinchi bosqich eng xunugi - endi ichimizdan chiqayotgan gaplar nafrat va g'azab bilan otiladi, qarshimizdagi kishiga og'ir so'zlar bilan hujum qilamiz, uning shaxsiyatiga tegib, qattiq kamsitishga harakat qilamiz. Bu esa oshkora nizo bo'ladi.

Bu yerda muhim narsa shu - uchinchi bosqichga o'tmaslik, ya'ni o'zimizni bosa olishdir. Aks holda to'rtinchi bosqichda biz noxush holatlarga yuzma-yuz kelishimiz mumkin.

### • Hikoya •

O'rmonda bo'ri bilan eshak ko'rishib qolibdi. Eshak bo'riga: "Shu qizil maysaga qara", - desa, bo'ri o'tlarga qarab ajablanib: "Nimalar deyapsan, axir maysa yashil-ku!" debdi. Eshak "qizil", debdi, bo'ri esa "yashil", deb takrorlabdi. Shunday qilib, ikkisi o'rtasida tortishuv boshlanibdi. Bu ziddiyatni qanday hal qilish, kim haq-u kim nohaqligini bilish uchun o'rmon shohining oldiga borishga qaror qilishibdi.

Sher yonidagi xizmatchilari, maslahatchilari bilan o'tirgan ekan. "Biz bir masala xususida bahslashibqoldik", -deyishibdiular. Shunday bahsga sabab bo'lgan masala nima ekanligini so'rabdi. Bahsning sababini aytishibdi. Eshak: "Men maysani qizil dedim", - debdi. Bo'ri: "Men esa yashil deyapman", - debdi. Sher har ikkisini tinglab, eshakka: "Sen ketaver", - debdi. Keyin yonidagi xizmatchilariga qarab: "Bo'ri ni ushlab zindonga tashlanglar", - debdi. Bo'ri juda g'amgin holda boshini egib: "Men shuncha vaqt adashgan ekanman-da, aslida maysa, o't-o'lanlar qizil ekan-da", - debdi.

Shunda sher debdi:

- Yo'q, sen adashmading, maysalar sen aytganingday yashil rangda.



- Unda nega meni zindonga tashlayapsiz? -  
deb ajablanib so'rabdi bo'ri.

Sher javob qilibdi:

- Chunki sen eshak bilan tortishding.

“

Ziddiyatli vaziyatdan g'alaba bilan chiqishning  
birgina yo'li - unga kirishmaslikdir”.

**Deyl Karnegi**

### BERMUD UCHBURCHAGI

Bahslashish xuddi Bermud uchburchagiga o'xshaydi. Ya'ni o'rtasiga tushdingizmi, u sizni mahv etishni boshlaydi, ammo undan qutulish qiyin. Har qanday bahsga duch kelganingizda, o'zingizni Bermud uchburchagining o'rtasidaman deb tasavvur qiling. Bermudning uchala burchagida sizni kutgan uchta savol bor.

Hozir ichimdagi gaplarni aytaman, lekin buning menga foydasi bo'ladimi?

Hozir ichimdagi gaplarni aytaman, bundan unga foydasi bo'ladimi?

Hozir ichimdagi gaplarni aytaman, bundan voqelikka foydasi bo'ladimi?

O'zingizga yuqoridagi savollarni bering. Agar bu savollarning uchoviga ham javobingiz “Yo'q” bo'lsa, iltimos, u holda bahsga aslo aralashmang, hech narsa demasdan, tezda u yerdan uzoqlashing. Chunki holat sizni juda yomon tarafga tortib ketadi. Agar shu uch savoldan bittasiga bo'lsa ham “Ha” degan javob sizda bor bo'lsa, ya'ni aytadigan gaplarimning menga foydasi bo'ladi, eng kamida ichimdagini yetkazaman, dardimni aytaman, unga foydasi bo'lmaydi, voqeaga foydasi bo'lmaydi, ammo



menga foydasi bo'ladi deb o'ylasangiz, u holda mulohazangizni bildiring.

Menga foydasi bo'lmaydi, voqeaga foydasi bo'lmaydi, lekin u bilib, tushunishini xohlayman desangiz, bu holatda ham bahsga kirishishingiz mumkin.

Ikkimizga ham foydasi yo'q, lekin muammoni hal qiladi, bizdan keyingilarga foydasi bo'ladi deb hisoblasangiz va bunga o'zingiz ishonсан-giz, demak, bahslashishdan samara bo'ladi.

### • Hikoya •

Bir kishi mashinasini yuvayotganida 6 yoshli o'g'li yerdan bir temir bo'lagini olib, mashinaga bir nimalar yoza boshlabdi. Mashinasi chizilayotganini ko'rib, jahli chiqqan otasi bolaning qo'lga temir bo'lagi bilan qattiq uribdi.

Shifoxonada bolaning qo'llaridagi jarohat jiddiyligi sababli hamma barmoqlari kesib tashlanibdi. Operatsiyadan keyin bola g'amgin holdagi otasidan:

- Ota, barmoqlarim qachon chiqadi? - deb so'rabdi. Otasi bu savoldan yanada alami toshib, tashqariga chiqibdi. U boshini changallagancha u yoqdan bu yoqqa borib-kela boshlabdi. So'ng mashinasining yoniga yaqinlashganda, o'g'li temir bo'lagi bilan yozgan yozuvni ko'ribdi:

“Men sizni yaxshi ko'raman, otajon!”

“

G'azab - aqlning olovini so'ndiruvchi bir

shamoldir”.

**Andre Gayd**



### O'N SONIYA QOIDASI

Jahlingiz chiqqan vaziyatlarni eslab ko'ring, qanday xatti-harakatlarni qilgan ekansiz? Ko'p hollarda asabiylashganimizda, g'azablanganimizda yoki qo'rqqanimizda tishlarimizni siqamiz. Qiziq, nega bunday qilamiz?

Kuzatuvlar natijasida aniqlangani - insonlar asabiylashganida, g'azablanganida yoki qo'rqqanida, tana tabiiy refleksi bo'yicha birozdan keyin bo'ladigan ziddiyatga tayyorlanadi. Shuning uchun jag' muskullari kuchayib, tishlashga hozirlik ko'radi va shu sababli jag'lar bir-birini qattiq siqadi. Bu vaqt tanamizning o'zida bir qancha reaksiya sodir bo'ladi. Masalan, tez-tez nafas olishni boshlaymiz, yurak urishimiz tezlashadi, adrenalinning muskullarimizga yetkazilishi va tezroq qonda singib ketishi uchun biroz titroq boshlanadi. Qo'limiz qaltiraydi, oyoqlarimiz titraydi va bularning hammasi birozdan keyin bo'ladigan ziddiyatli holatga tana o'zini o'zi tayyorlash jarayonidir. Ammo bu kuchga to'lish jarayonida yana bir holat ham bo'ladi. Sarosimaga tushgan bu vaqtimizda bilim xazinamiz kichrayib qoladi. Shuning uchun g'azablenganda g'alati xatti-harakatlar qilamiz. Bu jarayon jami 10 soniya davom etadi. Aksar hollarda aynan shu sarosimadagi ilk 10 soniyalik

jarayonda kichraygan bilim darajamiz bilan gapirib qo'yamiz.

Shuning uchun ziddiyatga duch kelsangiz, kimdir sizga tahdid qilsa, qo'rqsangiz, asabiylashsangiz, g'azablansangiz, iltimos, 10 soniya kuting. Chuqur nafas oling, zehningiz ochilsin, shundan keyin gapirishni boshlang. Aks holda ilk 10 soniyada aytgan har gapingiz odamlarning siz to'g'ringizda noto'g'ri xulosa chiqarishlariga sabab bo'lishi mumkin.

“

*Qizishgan vaqtida so'zlagan, qaror bergan odam to'fon vaqtida kema yelkanini ochgan inson kabidir”.*

**Yevripid**



**ONANING IQRORI**

*Bolamni qaytadan katta qilish imkoni bo'lsaydi:*

*Ko'rsatkich barmog'im bilan mumkin emas deyish o'rniga, barmoqlarim bilan rasm chizishni o'rgatardim.*

*Xatolarini tuzatavermay, u bilan yaqin bo'lishga harakat qilardim.*

*Bilimli bo'lishga harakat qilib, unga ko'proq mehr ko'rsatardim.*

*U bilan birgalikda sayrga chiqardim, varrak uchirardim.*

*U bilan jiddiy bo'lish o'rniga ko'proq o'yinlar o'ynardim.*

*U bilan adirlarda yugurib, yulduzlarni tomosha qilardim.*

*Uni kam turtib, ko'p quchoqlardim.*

*Unga nisbatan qattiqqo'llik qilmasdan, ko'proq ma'qullab, rag'batlantirardim.*

*Kuch haqida kamroq dars berib, sevgi haqida ko'proq narsalar o'rgatardim.*

**Diana Lumans**

**ACHCHIQ SO'ZNI AYTISH USULI**

Do'stingiz, hamkasbingiz yoki xodimingizga aytadigan achchiqroq bir gapingiz bor deylik. Sizningcha, bu gap qanday usulda aytilsa, samaraliroq va ta'sirliroq bo'ladi?

Buni bir kishiga achchiq qalampirni yedirish deb tasavvur qilaylik. Achchiq qalampirni kimgadirdo'g'ridan to'g'ri yedirsak, nima bo'ladi? Albatta, og'zi "yonib" ketadi, to'g'rimi? Uning og'zi yonmasligi, ozorlanmasligi, lekin achchiq qalampirni ham yeyishi uchun nima qilamiz? Qalampirni ikkita non bo'lagi orasiga qo'yib yedirsak, achchig'i kesiladi, shundaymasmi?

Yomon so'z ham aslida achchiq qalampir kabidir. Har birimiz hayot va ish faoliyati davomida atrofimizdagi insonlarga turli fikr va takliflarni aytamiz. Bu gaplar balki insonlarga og'ir botar, lekin u bu gaplarni eshitishi kerak, to'g'rirog'i yeyishi kerak bo'lgan achchiq qalampirdir. Buning uchun nima qilamiz: qalampirni ikkita non bo'lagining orasiga qo'yib, achchiqni kesganimiz kabi muloqotlarda ham ziddiyatlarning oldini olish uchun qarshi tarafdagi insonga ham ozor bermasligimiz kerak. Kimdir buni "sendvich usuli" deydi, kimdir "gamburger usuli". Bu usul quyidagicha: biror insonga noxush so'z



aytishingiz kerak bo'lsa, to'g'rirog'i, u inson aytiladigan gapni hazm qilishi qiyin bo'lsa, iltimos, avval yaxshi gaplardan so'z boshlang. Masalan, "juda tirishqoqsiz, bugungacha ajayib ishlar qildingiz, shu bilan birga..." deb, "ammo", "lekin", "faqat" so'zlarini ishlatmagan holda, uning kamchiligini aytamiz, keyin ustiga yana yaxshi gaplardan gapiramiz. Masalan, "bugungacha amalga oshirgan loyihalaring kabi ajayib ishlarda davom etishingdan umid qilaman", deb, o'rtada u haqdagi salbiy muhohazamizni ham bildirib, so'zimiz oxirini ham yaxshi gap bilan tugatamiz. Shuni unutmaylik, insonlar bilan suhbatlashganda kirish so'zimiz, ya'ni boshlang'ich so'zimiz ta'sir qiladi, chiqish so'zimiz xotirada qoladi. Insonlarga yomon so'z aytib muloqotni tugatsak, ularning xotirasida doim qalampirning achchiq ta'siri qoladi. Shuning uchun insonlar bilan munosabatda hamisha eng avvalo gapni yaxshi so'z aytishdan boshlab, ijobiy so'z bilan tugatishlari kerak.

“

*Boshqalarni hurmat bilan tinglash, hurmat bilan so'zlash ichki boylikning eng chiroyli alomatidir. Shu bilan birga, yanada rivojlanishga yordam beradi”.*

**Jon Mill**

• **Voqea** •

*Amerika Qo'shma Shtatlarining beshinchi prezidenti Avraam Linkoln dushmanlariga juda yumshoqlik bilan munosabatda bo'lardi.*

*Uning bu odatini xushlamagan do'stlaridan biri prezidentga:*

*- Dushmanlaringizni yo'q qilib yuborishga qodir ekaningizni bilamiz. Lekin ularga do'stlaringizdek munosabatda bo'lishingizni tushunolmaymiz, - dedi.*

*Linkoln do'stiga shunday deb javob berdi:*

*- Dushmanlarimizni do'stimizga aylantirish orqali ularni yo'q qilib yuborgan bo'lmaymizni?*

“

*Uzoq davom etgan bahslashuv har ikki tarafning ham nohaq ekanini ko'rsatadi”.*

**Mari Fransua Volter**



### UZR SO'RASH

Insonlar bilan qanchalik chiroyli va yaxshi muomalada bo'lishga harakat qilsak-da, har doim ham barchasi ko'ngildagidek kechavermaydi. Ba'zan turli ko'ngilsizliklar, nizolar yuzaga keladi va munosabatlar buziladi. Albatta, bunday holatda munosabatlarni qayta tiklash istagi bo'ladi. Aynan shu vaqtda uzr so'rashimiz kerak. To'g'ri, kechirim so'rash unchalik ham oson ish emas. Ammo uzr so'rash har doim aybdor va nohaq ekanimizni bildirmaydi. UZR so'rash biz uchun munosabat o'z kibrimizdan qadrliroq va ustunroq ekanini ko'rsatadi. Insonlar ko'pincha oddiygina qilib uzr so'raydilar. Shuning uchun ham ba'zan so'ralgan uzrlar avvalgi iliq munosabatga qaytarolmaydi, hammasini ilgarigidek tiklolmaydi.

Ta'sirli uzr so'rash qanday bo'ladi? Buning uch bosqichi bor. Avvalo chin dildan so'ralgan uzr - "Uzr so'rayman sizdan". Ikkinchi bosqich, xatoimizni qabul qilib, mas'uliyatni zimmamizga olish - "O'tgan kuni yig'ilishda aytgan gaplarim bilan seni qiyin vaziyatga solib qo'ydim. Ayb mendan o'tdi". Bu ikki bosqichni ko'pincha qilamiz. Chin dildan kechirim so'raymiz, ba'zan aybdorligimizni ham tan olamiz, lekin uchinchi bosqichni deyarli unutamiz. U ham bo'lsa:

"Sizdan uzr so'rayman. Men aybdorman. Bunga men sababchi bo'ldim" va uchinchi bosqich: "Xato va aybimni qanday tuzatsam bo'ladi, meni kechirishingiz uchun nima qilishim kerak?" - deya dadil ayta olishdir.

Uchinchi bosqichdan o'tmasak, avvalgi munosabatni tiklash uchun biror yechimga harakat qilmasak, biz kechirim so'ragan hisoblanmaymiz. Shu sababli, qachondir kimdandir uzr so'rashimizga to'g'ri kelsa, uzr so'rashning uchala bosqichini ham munosib amalga oshiraylik.

“

*Ilk kechirim so'ragan eng jasurdir.*

*Ilk kechirgan eng kuchli.*

*Ilk unutgan eng baxtli”.*

**Osho**



### • Hikoya •

O'qituvchi ayol uyida ish stoliga o'tirib, o'sha kuni o'quvchilarning "Kim bo'lishni xohlayman" mavzusunda yozgan insholarini baholash uchun daftarlarni birma-bir o'qishni boshladi. Bu vaqtda uning turmush o'rtog'i o'rindiqda oyoq uzatib, hordiq chiqarib, qo'lidagi telefoni bilan band edi.

Ayol barcha insholarni ko'zdan kechirib, stolning chetida turgan oxirgi insho daftarinini olib, o'qiy boshladi.

Insho shunday mazmunda yozilgan edi:

"Men telefonga aylanib qolishni xohlayman. Chunki ota-onam telefonlarini juda yaxshi ko'rishadi. Ota-onamning diqqatlari faqat telefonda, ba'zida hatto mening borligimni ham unutishadi. Ota-onam telefonda o'yin o'ynashadi, men bilan emas. Telefonda gaplashishayotgan vaqtda hayajon bilan nimalardir aytmoqchi bo'lsam, darrov meni to'xtatib, ba'zan jerkib, yonlaridan ketkazib yuborishadi. Biror zarur ish qilishayotgan bo'lsa ham, agar telefonlari jiringlansa, darrov javob berishadi. Lekin xuddi shunday munosabatni menga qilishmaydi. Yig'lasam ham... Shuning uchun telefonga aylanib qolishni juda-juda

xohlayman. Chunki o'shanda ular meni ham yaxshi ko'rib, menga ham e'tibor bera boshlashadi".

Ayol inshoni o'qir ekan, ko'zidan yoshlar oqa boshladi. Buni ko'rgan turmush o'rtog'i: "Nima bo'ldi senga?" - deb so'radi. Ayol qo'lidagi insho daftarinini uzatibdi. Er tezda ko'z yugurtirib o'qib, "Eh, kim ekan bu bechora bola?" - deb so'raganida ayol dedi:

- Inshoni bizning o'g'limiz yozibdi...

“

Muvaffaqiyatli bo'lishdan ko'proq qadrli inson bo'lishga harakat qiling. Muvaffaqiyat kibrga yaqindir. Mehr-muhabbat esa qadrga”.

**Albert Eynshteyn**



Uchinchi bo'lim haqida fikr, qo'shimcha va  
suyiqsangiz?

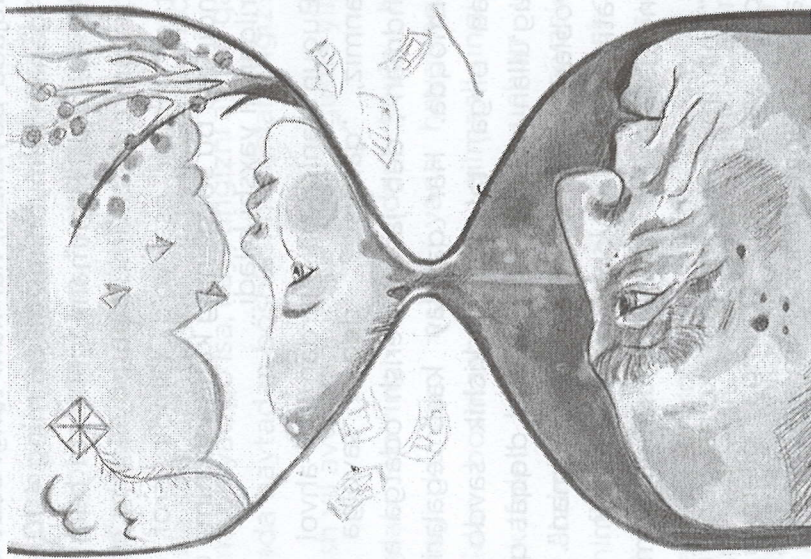
Hayotni sevsangiz, vaqtni  
behuda sarflamang. Chunki  
vaqt hayotning o'zidir.

**Benjamin Franklin**

Uchinchi bo'lim haqida fikr, qo'shimcha va  
suyiqsangiz?

TO'RTINCHI BO'LIM

## VAGTDAN UNUMLI FOYDALANISH





### BIZDAGI BOYLIK

Dunyodagi eng boy insonlardan kimlarni bilasiz? Jef Bezos, Uoren Baffet, Ilon Mask... Bir masalada hammamiz ulardek juda boymiz. Shu darajada boymizki, har kuni tungi soat 00:00 bo'lganida hamyonimizga 86 ming 400 soniya kelib tushadi. Hammamizga! Kam ham emas, ko'p ham emas. Kimdir bu boylikning qadriga yetadi, kimdir esa yo'q. Kimdir isrof qiladi, kimdir esa bu sovg'aning kimga va nima uchun berilganini yaxshi biladi...

Bugun tanish-bilishlardan hol-ahvol so'rar ekanmiz, "qalaysiz?" degan savolga "juda bandman", deb javob berish odatga aylanib bormoqda. Har qanday kasb egalari, shu bilan birga, talaba va kichik savdo bilan shug'ullanuvchilar ham, ularga diqqat qilsam, javoblari deyarli bir xil: "juda bandman". Hatto odatiy uchta javobni yodlab oldim "juda bandman", "vaqt tig'iz", "ulgurolmayapman".

"Ishlarim, majburiyatim ko'paygani uchun vaqtim yetmayapti. O'zimga, oilamga vaqt ajratolmaganim uchun doim asabiyman".

Bir xilda aylanayotgan bu charxpalakdan chiqish vaqti kelmadimi?

Telefon yoki kompyuter o'yinlari o'ynaysizmi? Yoki ilgari o'ynaganmisiz? O'yin biz istagandek davom etmasa, "Yangidan boshlash" imkoniyati bo'lishi yaxshi, to'g'rimi? Agar o'yin noto'g'ri ketsa, darrov yangidan boshlaysiz. Ba'zan shunday narsa xayolingizga keladimi, xuddi mening xayolimga kelgani kabi: "koshkiydi, hayotimizda ham "yangidan, boshidan boshla", degan tugmasi bo'lsa!"

Sizda shunday hayotingizni boshidan boshlash imkoniyati bo'lsa, hayotingizni aynan qaysi nuqtada qaytadan boshlashni xohlardingiz?

Besh yil avvaldanmi, o'n yilmi, yigirma yilmi?

O'ylab ko'ring, o'n yildan keyin ham bugungi kunlarni eslab, yana hayotingizni yangidan boshlashni orzu qilmasligingizga kim kafolat beradi? Shuning uchun umr deya atalmish xazinaning har bir soniyasidan unumli foydalanaylik. Avval vaqtning nechog'li qadri ekanini bilaylik, keyin uni to'g'ri usulda foydalanib, chiroyli va mazmunli hayot sari qadam tashlaylik. Vaqtdan unumli foydalanish poydevorida insonning o'zini boshqarishi bor. Avval o'zingizga, kundalik hayotingizga ko'zgu tutib, vaqtningizni nimalar yoki kimlar o'g'rillashini yozib oling. Masalan, ijtimoiy



tarmoqlarda qancha vaqtni o'tkazaysiz, televizorni qancha vaqt ko'rasiz, qancha uxlayapsiz va h.k. Hammasini yozib chiqsangiz, o'zingiz hayratlanasiz. Chunki mutlaqo keraksiz va foydasiz narsalarga xazinangizni saxiylaricha sarflayapsiz. Vaqtingizni behuda sarflayotgan, hatto eng kichik bo'lgan yumushlaringiz ro'yxatini tuzing va ularning har biri uchun quyidagi savollarni bering.

**1-savol: Bu men uchun kerakmi? Menga qanchalik zarur?**

**2-savol: Bu mening hayotimga qandaydir foyda beradimi?**

“

Ahmoqlar vaqtni o'ldirish yo'llarini o'ylaydi. Aqllilar esa vaqtdan qanday yutishni”.

**Botton Alen**

### **Vaqt qiymati**

O'n yilning qiymatini anglamoqchi bo'lsangiz, buni yaqinda ajrashgan er-xotindan so'rang.

Bir yilning qiymatini anglamoqchi bo'lsangiz, buni oliygohga kirolmagan abituriyentdan so'rang.

To'qqiz oyning qiymatini his qilmoqchi bo'lsangiz, buni yaqinda ko'zi yorigan onadan so'rang.

Bir soatning qiymatini anglash uchun uchrashuv onlarini kutgan oshiqqlarni kuzating.

Bir daqiqaning qiymatini anglash uchun samolyot yoki poyezdga ulgurilmagan insonlarning holatini ko'z oldingizga keltiring.

Bir soniyaning qiymatini bilmoqchi bo'lsangiz, buni avtohalokatga uchragan insondan so'rang.

Bir millisoniyaning qiymatini anglash uchun esa buni olimpiadada kumush medal olgan insondan so'rang.



### VAQTDAN UNUMLI FOYDALANISH USULLARI

Jamiyatimiz rivojlanishi uchun eng dolzarb masala nima deb o'ylaysiz?

Bugungi kunning eng katta muammolaridan biri vaqtni to'g'ri taqsimlamaslik. O'zingiz ham, yaxshi bilasizki, kunimizning ko'pgina qismini keraksiz mashg'ulotlar bilan band qilamiz. Natijada esa bitmagan ishlar, kech qolingan yig'ilishlar, voz kechilgan tadbirlar, xullas, yarimta-yurumta ishlarimiz ko'payib ketadi. Ko'p narsaga vaqt yetkazolmaslik, ayniqsa, bajarilishi kerak bo'lgan ishlarni bitirilmaslik munosabatlarga va faoliyatimizga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ish masalasida vaqt bilan musobaqa o'ynarkanmiz, ko'pincha zudlik bilan bajarilishi kerak bo'lgan ishlarga diqqatimizni qaratamiz. Aslida esa zudlik bilan bajarilishi kerak bo'lgan ishlarning ko'pchiligi unchalik muhim hisoblanmaydi. Buning aksini ham bor. Birinchi navbatda bitirishimiz kerak bo'lgan ishlarga esa unchalik muhim emasdek qaraymiz. Vaqtdan unumli foydalanish boshqaruvida asosan aynan shu jihatlarga e'tibor berolmaganimiz uchun ish faoliyatimizda ba'zi to'siqlarga duch kela-miz. Bu muammoni hal qilish uchun ko'plab vaqt boshqaruvi usullari bor. Deyarli barchasi-ning o'xshash nuqtasi zaruriy bo'lganlarni to'g'ri

ajratish va tartibga solishdadir.

David Eyzenxauer vaqtdan to'g'ri va unumli foydalanish bo'yicha yaxshi tavsiyalarni bergan.

Amerikaning sobiq prezidenti qilinayotgan ishlarni shu usulda qismlarga ajratgan:

**Muhim - Tezda**

**Muhim - Xotirjam**

**Muhim emas - Tezda**

**Muhim emas - Xotirjam**

Ya'ni qilinishi kerak bo'lgan ishlar ro'yxatini shu usulda shakllantirib, bu uslubga amal qilgan holda vaqtni boshqargan.

**Muhim - Tezda** qismida hal qilinishi kerak bo'lgan nizolar, kechiktirilmaydigan vazifa va topshiriqlar, bitirish muddati kelgan ishlar, mijozlarning shikoyati kabi masalalar zudlik bilan bajarilishi kerak.

**Muhim - Xotirjam** qismi asosiy diqqatimizni qaratishimiz kerak bo'lgan qismdir. Bu bo'limda nimalar bor? Yangiloyihalarni rejalash, erishilgan natijalarni sarhisob qilish, munosabatlarni yaxshilash, yanada samaraliroq qo'shimcha loyihalarning ustida ishlash ushbu bo'limdan



Joy olgan. Shu nuqtada bir jihatga diqqat qilishimiz kerak, ya'ni muhim, ammo xotirjamlik bilan bajariladigan ishlarga vaqt ajratmasak, ular keyinroq muhim va tezda bajariladigan ish bo'lib qarshimizga chiqadi baribir.

**Muhim emas, ammo tezda** bo'limidan joy olgan ishlarni zudlik bilan bitirish vaqtimizni tejash uchun to'g'ri harakatdir.

Oxirgi bo'lib esa, **muhim emas va xotirjam qismi**. Bu bo'limda biz zavqlangan, har kuni ko'p vaqtimizni behuda sarflaydigan faoliyat va harakatlar joy olgan.

Gadrii do'stim! Ehtiyojning uchun mol-mulkingdan foydalan. Lekin bir soatingni ham bekorga sarflama. Zararini to'ldirolmaysan!”

**Orison Marden**

• **Hikoya** •

Ikki hindu ovga chiqibdi. Yo'lda ketishar ekan, ustlaridan uchgan yovvoyi g'ozni ko'rishibdi. Biri darhol qo'lini nayzasiga uzatib, “Bu g'ozdan ajoyib sho'rva qilsa bo'ladi”, – debdi. Ikkinchisi esa: “Sho'rva deysanmi? Menimcha, chiroyli qilib qovurganimiz yaxshi”, – debdi. Biri sho'rva tayyorlaymiz debdi, ikkinchisi esa qaysarlik bilan qovurdoq qilamiz debdi. Ovozlar balandlashib, tortishuv avjiga chiqibdi. Nihoyat, qabila sardoridan so'rashga qaror qilishibdi. Qabila boshlig'i g'ozning yarim bo'lagidan sho'rva, yarmidan esa qovurdoq pishirishlari mumkinligini aytibdi. Ikki do'st mamnun bo'lib ovlariga qaytishibdi. Lekin endi g'oz ancha olislarga uchib ketgan edi.

**Hayot ham shunday. Vaqt uchib o'tmoqda. Lekin sizga yaxshi xabarni aytaman. Uchayotgan vaqtning har daqiqasidan unumli foydalanib, umringizni boshqaradigan uchuvchi – Sizsiz!**

Vaqt bilim, tajriba va xizmatni orttirish uchun berilgan eng qiymatli sarmoyadir”.

**Tomas Man**



To'rtinchi bo'lim haqida fikr, qo'shimcha va  
xulosa.

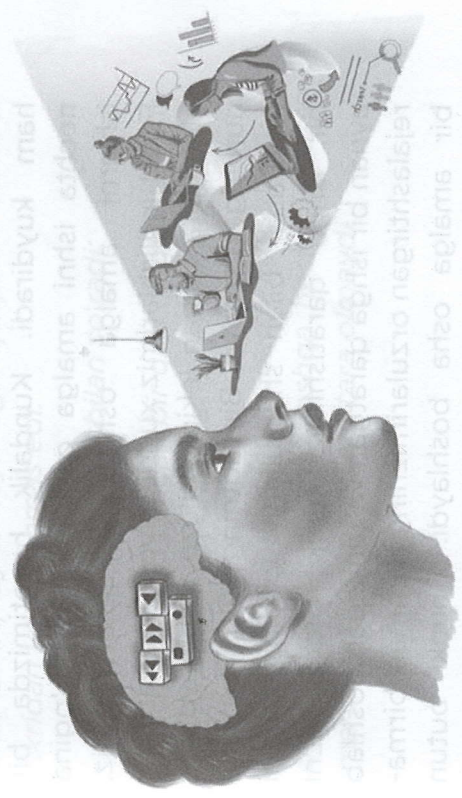
Yotgan joyida muvaffaqiyatga  
erishadigan birgina jonzot bor -  
tovuq.

**Xalq iborasi**

KARYERA BOSHQARUVI DAVRATISH

BESHINCHI BO' LIM

## KARYERA BOSHQARUVI



muvaffaqiyatimizni  
bir joyda tamamlash esa bizning endi karta  
da qatnashib yotgan qo'shimcha muvaffaqiyatimizni  
poljasi bizni o'sha sohada samarali ushlab  
asosiy ishda davlatiylik Chunki qiddatli  
ishda faoliyat yuritish ham bor qiddatimizni  
dovvatimiz bir joyda davratilgan bo'ldi. Gaysi  
bir amalgis oshra boshlaydigan  
tejlashirigan o'zluqlarimizni  
tejlashirigan o'zluqlarimizni

Gemel Borham



### KARYERAGA DIQQAT GARATISH

Tasavvur qiling, osmonda quyosh charaqlab turibdi va stolning ustida qog'oz bor. Quyosh nuri bilan qog'ozni qanday yondirish mumkin?

Quyosh nurlari o'z holicha qog'ozni yondirmaydi. Faqatgina qizitadi. Qachon unga lupa tutsangiz, quyosh qog'ozni kuydirib, teshib o'tadi, hatto qog'ozning ostidagi stolni ham kuydiradi. Kundalik hayotimizda bir nechta ishni amalga oshiramiz va ko'pgina ishlarni amalga oshirishni rejalashtiramiz. Faqat intilishlarimiz xuddi quyosh quvvatining atrofga tarqalgan, lekin qog'ozni teshmaydigan nurlariga o'xshaydi. Bir vaqtning o'zida ko'pgina faoliyatlar bilan shug'ullanmay, diqqatimizni bir ishga qaratishimiz kerak. Diqqatimizni aynan bir ishga qaratgan vaqtimizdan boshlab rejalashtirgan orzularimizning hammasi birma-bir amalga osha boshlaydi. Chunki butun quvvatimiz bir joyga qaratilgan bo'ladi. Gaysi ishda faoliyat yuritsak ham, bor diqqatimizni asosiy ishga qarataylik. Chunki diqqatli bo'lish bizni o'sha sohada samarali natijaga erishtiruvchi asos, butun quvvatimizni bir joyga jamlash esa bizning eng katta muvaffaqiyatimizdir.

### • Voqea •

Eynshteyn va yordamchisi hujjatlarni tayyorlab bo'lgan, biroq ofisda qog'ozlarni tutib turadigan qisqich topa olishmasdi. Oxirida bir donasini topishdi, ammo u shunchalik egilgan ediki, qog'ozlarni tutib turolmasdi. Uni to'g'rilashga urinishar ekan, yordamchi tortmachalarning biridan bir quti qisqich topib oldi. Biroq Eynshteyn egri qisqichni tuzatish fikridan voz kechmas edi.

Yordamchisi qiziqish bilan so'radi:

“Ishlatsak bo'ladigan bir quti qisqich bor-ku, nimaga hali ham uni tuzatishga urinyapsiz?”

“Chunki, - deya javob berdi Eynshteyn, - biror ishga kirishsam, boshqa hech bir narsa meni u yo'ldan ortga qaytara olmaydi”.

“

Kichik rejalar tuzmang, ular inson qonini qaynatadigan kuchga ega emaslar. Ulkan rejalar tuzing. Kutganlaringiz va intilishlaringizda yuksaklarni ko'zlang”.

**Deniel Borham**



### KARYERA UCHUN MUVAFFAQIYAT QOIDASI

Italiyalik iqtisodchi Vilfredo Paretoning 80/20 qoidasini qo'llab, ish faoliyatimizda ajoyib natijalarga erishishimiz mumkin. Bu qoidaning mohiyati qanday? Hayotimizning 80 foizini egallagan ishlar kelajakda bizga 20 foizlik samara keltirishi mumkin. Ba'zi ishlar uchun esa hayotimizning atigi 20 foizini sarflaymiz, biroq ular kelajagimizning 80 foizga o'zgarishiga xizmat qiladi. Masalan, qo'shimcha xorijiy til va dasturlashni o'rganish, seminar-treninglarda qatnashish, biror sohada kuchli mutaxassis bo'lish uchun malaka oshirish hayotimizni 80 foizga o'zgartiradi. Shuning uchun, keling, o'zimizga shunday savol beraylik: hayotimizdagi qaysi ishlar 80 foiz vaqtimizni olayapti? Ular kundalik ishlar. Ular kelajakda 20 foiz samara keltirishi mumkin.

Qaysi ishlarga vaqt va kuch-quvvatingizning 20 foizini ajratayotgan bo'lsangiz, ular kelajak hayotingizda 80 foizlik natijani vujudga keltiradi. Aynan o'sha 20 foizni aniq belgilab olganlar kelajak uchun 80 foizlik chiroyli natijalarni naqd qilib qo'ygan bo'ladilar, ya'ni karyera uchun muvaffaqiyat kafolatlangan bo'ladi.

### • Hikoya •

Uchib ketayotgan asalarining qarshisidan qovog'ari chiqib:

- Sen menga asal bermay och qoldirayapsan, - debdi.

Shu payt nariroqdan uchib o'tayotgan boshqa asalariga boyagi asalari shikoyat qilib:

- Qovog'ari yo'limni to'sib, manzilimga borishimga xalaqit beryapti, - debdi. Narigi asalari shunday tavsiya beribdi:

- Sen biroz yuqorilab, uchish tezligingni oshir! Saviyangni oshirganingda, oldingda hech qanday to'siq yo'qligini ko'rasan. Shunda manzil sari uchishda davom etasan!

“

Tik qoyalarga chiqish uchun eng boshida sekin yurish kerak bo'ladi”.

Uilyam Shekspir



### LUPAMIZ NIMANING USTIDA?

Lupaning vazifasi nimadan iborat? Lupani biror narsaga yaqinlashtirsak, uni aslidan kattaroq, yanayam aniqroq qilib ko'rsatadi. Aslida biz ham kundalik hayotimizda "lupa"dan foydalanamiz. "Lupa"mizni ba'zan yaxshi, ba'zan yomon narsalarga yo'naltiramiz va uni nimaga yaqinlashtirsak, asl holidan yanada kattaroq bo'lib ko'rinadi. Masalan, ba'zan kichik tashvishlarga duch kelsak, unga "lupa" ortidan qaraymiz va natijada arzimagina tashvish biz uchun ulkan muammoga aylanadi. Ba'zan esa kichik bir quvonchli xabarni eshitsak, "lupa"ni unga qaratamiz va hayotimiz baxtga limmolim bo'lib ko'rinadi. Hayotda baxt nimaligini anglashga intilar ekansiz, "lupa"ngizni nimaga yo'naltirganingizga diqqat qiling. Chunki baxtli insonlar doim yaxshi narsalarni ko'ra oladigan kishilardir. Baxtsiz insonlar esa hamisha yomonliklarga e'tibor qarayotgan bo'ladi. Bu ham yetmaganidek, kichik tashvishini "lupa"lar bilan kattalashtirib oladilar va holatlarini yanada chigallashtiradilar.

“  
Ko'p yillar avval kimdir daraxt ekmaganda,  
bugun boshqalar uning soyasida o'tirolmas edi”.

**Uorren Baffet**

### • Hikoya •

Bir podshoh o'zining mehnatkash, tirishqoq bosh vaziri haqida tarqalgan mish-mishlar sababli uni iste'foga chiqaribdi. Vazirning o'tgan yillar davomida mamlakat uchun qilgan mehnatini inobatga olib, shunday amr qilibdi:

Davlat uchun juda ko'p yaxshi ishlar qilding. O'zingga yoqqan biror qishloqni tanla, men uni senga hadya qilaman.

Bosh vazir:

- Shohim, sizdan minnatdorman, lekin ruxsat bersangiz, menga birorta xaroba qishloqni berishingizni so'rayman. U yerda oilam va yaqinlarim bilan yashab, qishloqni obod qilaman, - debdi.

Podshoh vazirining istagini qabul qilibdi. Mulozimlariga sobiq bosh vazir yashashi uchun biror xaroba qishloq topishlarini amr qilibdi. Mulozimlar mamlakatning eng chekka hududlarigacha borishibdi, lekin birorta ham xaroba qishloq topolmay qaytib kelishibdi. Podshoh sobiq bosh vazirini huzuriga chaqirib:

- Mamlakatda sen istagan xaroba qishloq yo'q ekan. Nima qilamiz endi? - deganida, sobiq bosh vazir:



- *Hukmdorim, men mamlakatda birorta ham xaroba yer yo'qligini bilardim. Chunki men kecha-yu kunduz o'lkaning hamma yerini kezib, qayta qurdirdim. Maqsadim - buni sizga ham bildirish edi, - debdi.*

*Sobiq bosh vazirning so'zlarini eshitgan podshoh xato qilganini tushunib, uni o'z lavozimiga qayta tayinlabdi.*

“

Yaxshi natijalarga erishishni xohlasangiz, uning bir yo'li bor. Qilayotgan ishingizdan zavq olishdir”.

**Stiv Jobs**

## QAYSI SOHADA ISHLAY?

Qaysi sohada faoliyat yuritishim kerak?

Agar o'qishni bitirgan, biror kasb yoki ishning boshini tutgan bo'lsangiz-u, ish faoliyatingizdan ko'nglingiz to'lmagan holda bazo'riborib-kelayotgan bo'lsangiz, unda ancha vaqt yo'qotibsiz. Agar talaba bo'lib shu savolni o'zingizga berayotgan bo'lsangiz, demak, hali imkoniyatingiz ko'p.

Biror ishni tanlar ekanmiz, o'zimiz uchun bir qancha savollarning javoblarini aniqlashtirib olaylik. Savollar quyidagicha:

1. **Tanlagan kasbim mening qobiliyatimga mosmi?**
2. **Tanlagan kasbim mening xohishimga mosmi?**
3. **Tanlagan kasbim mening tabiatimga mosmi?**

4. **Duch kelishim mumkin bo'lgan qiyinchilik va mashaqqatlarga tayyormanmi?**

“

Hech bir ishda kamolot, istiqbol yo'q. Istiqbol ishga ega bo'lgan insonning qo'lidadir”.

**Jorj Kreyn**



O'zimizga rostgo'y bo'lib, yurakdan javob beraylik. Barcha savollarga javobingiz "ha" bo'lsagina, bilingki, siz - o'madlisiz va o'zingiz orzu qilgan kasb egasiz. Javobingiz boshqacha bo'lsa, oradan yillar o'tib, ikkinchi marta karyera qilishga harakatni boshlash kerak. Xavotirga o'rin yo'q: hali hayot davom etyapti va sizda taqdiringizni to'g'ri o'zanga burish imkoni hali bor. Shuning uchun hozir qaysi faoliyat bilan shug'ullanayotganingiz va aslida nima ish qilishni xohlayotganingiz o'rtasidagi farqni aniqlashtirib oling: kelgusida rejalashtirgan ishim qobiliyatimga mosmi, xohishlarimga mosmi, tabiatimga mosmi va men mashaqqatlarga tayyormanmi... Shu kabi savollarga aniq javobingiz bo'lsin.

“ Qay bir ishni boshlasangiz ham, oxirini o'ylang. Oxiri o'ylanmagan ishlar insonga zarar keltiradi”.

**Yusuf Xos Hojib**

## ORZULAR QISHLOG'I

Bir bor ekan, bir yo'q ekan. Qadim o'tgan zamonda, uzoq-uzoq makonda ajoyib qishloq bo'lgan ekan. Bu qishloqda judayam sodda va mehribon insonlar yashashar ekan. Qishloqning nomi "Orzular qishlog'i" ekan. Chunki bu yerda yashaydigan insonlar ko'p narsalar haqida orzu qilisharkan. Kunlarning birida qishloqqa epidemiya tarqalib, insonlar kutish kasalligiga chalinibdilar. Ular ko'p narsani orzu qilarkan-u, lekin harakat qilmay, faqat kutishar ekan.

Hayotda orzular orqali o'zimizga maqsad belgilar ekanmiz, hayajon bilan "shuni amalga oshirishni xohlayman", degan istak paydo bo'ladi. Yomon tarafi - istaklarimiz harakatga aylanmaydi. Ya'ni xuddi orzular o'lkasi aholisi kabi kutish kasalligiga chalinamiz. Muhimi - nimanidir orzu qilish emas, muhimi o'sha orzularimizni maqsad ko'rinishiga aylantirib, amalga oshirish uchun harakat qilishimizdir. Aks holda o'sha uzoq makondagi kutish kasalligiga chalingan insonlar safidan joy olgan bo'lamiz.

“ Muvaffaqiyat uchun reja tuzmayotgan bo'lsangiz, unda, shubhasiz, muvaffaqiyatsizlikni rejalayotgan bo'lasiz”.

**Rouz Toun**



### XOBBILAR HAQIDA

Inson ruh, zehn va tanadan iboratdir. Bu uchlik bir butunlikni tashkil qiladi. Ish faoliyatimizda ba'zan tashvishlar va muammolarga duch kelamiz. Ishimiz yaxshi, ammo kechqurun uyu qaytganimizda negadir o'zimizni baxtsiz, tushkun his qilamiz. Xo'sh, hayot va ish orasidagi bog'liqlikni mustahkamlash uchun, o'zimizni baxtliyor his etishimiz uchun nimalar qilishimiz kerak? Buni ruh, zehn va tana orqali ro'yobga chiqarish mumkin. Ya'ni hammamiz turli ishlar bilan band bo'lsak ham, hayotda o'zimizni to'laqonli baxtli his qilishimizning ikki sababi bor.

Birinchisi - oila muhiti. Oilada mehr ko'rib ulg'aygan bo'lsak, bu hamisha bizning hayotga bo'lgan zavq-uishtiyiqimizni oshiradi. Aksincha bo'lsa, o'zimizni baxtsiz his qilaveramiz. Lekin har kimning hayoti har xil. Qanday oilada tug'ilish qarorini biz bermaymiz va buni o'zgartira olmaymiz ham. Ammo o'zimizni baxtli his qilishimiz uchun ikkinchi sabab bor, bu - xobbi. Ya'ni duradgorlik, rassomchilik, gulchilik kabi sevimli mashg'ulotlar. Ishdan uyu qaytganimizda zavqlanib bajaradigan xobbimizning bo'lishi bizni hamma vaqt ruhlantirib turadi. Kundalik hayotimizdagi

asosiy vaqtimiz ish faoliyati bilan bog'liq bo'ladi. Shu bilan birga, bizga zavq beruvchi biror ermakni hayotimizga tatbiq qilsak, ham ruhimizni, ham zehnimizni, ham tanamizni oziqlantirgan bo'lamiz.

“

O'z ishidan nafratlanagan biror insonning muvaffaqiyatga erishganini ko'rganmisiz, taniysizmi? Men tanimayman. Muvaffaqiyat sirlaridan biri - qilayotgan ish bilan sevgan narsalaringiz orasidagi mustahkam bog'liqlikni shakllantirishdir”.

**Antoni Robbins**



**ZEYGARNIK TA'SIRI** rus psixologi Blyuma Zeygarnikning chala qolgan ishlarga nisbatan qo'llagan atamasidir. Ba'zi insonlar: "Eh, bekor qildim", - deb bajargan ishlarini eslaydi. Ba'zilari esa: "Eh, shu ishni qilmadim-da", - deb imkoni bo'lib, amalga oshirmaganlarini afsus bilan yodga oladi.

Psixolog Blyuma Zeygarnikning tadqiqoti bo'yicha, insonlar eng ko'p eslaydigan va unutmaydigan boshlab qo'yib, chala qoldirgan ish va munosabatlari ekan. Masalan, armon bo'lgan muhabbat kabi... Haqiqatan, o'ylab qarasa, uni esdan chiqarish qiyin.

Shu sababli biror ishni reja qilganda, yaxshilab o'ylab ko'raylik. Yoki oxirigacha bitirish yoki umuman boshlamaslik kerak. Chunki boshlab, chala qoldirgan ishimiz uchun ham ko'p vaqt yo'qotgan bo'lamiz, ham soyadek ortimizdan bir umr ergashib yuruvchi pushaymonlikni vujudga keltiramiz.

“Agar ishlaringiz boshqa masalalarga vaqt qoldirmaydigan darajada tig'iz bo'lsa, demak, nimadir noto'g'ri. Siz yoki ishingiz bilan bog'liq xobimizning nimadir noto'g'ri”.

**Uilyam Byufker**

Albert Eynshteynning 4 yoshgacha tili chiqmagan va 7 yoshgacha o'qiy olmagan ekan. O'qituvchilari va uning oilasi Albertda aqliy noqislik bor degan shubhaga borishgan.

Betxovenning musiqa o'qituvchisi uning aslo bastakor bo'lolmasligini bildiribdi. Agarda quloqlari eshitmaydigan yigit - Betxoven o'qituvchisiga ishonib, taqdirga tan berganida nima bo'lardi?

Uolt Disney mashhur bo'lishdan avval o'zi ishlab yurgan gazetadan "Behuda va mantiqsiz fikrlari bor", degan vaj bilan haydalgan ekan.

Bugun butun dunyo e'tirof etadigan bu insonlar atrofidagi kishilarning ularga nisbatan chiqargan xulosalarini qabul qilishganida dunyoga mashhur bo'lisharmidi? Dunyo Betxovenning musiqalaridan, Eynshteynning nazariyalaridan, Uolt Disneyning asarlaridan mahrum bo'lardi. Kim bo'lmaganingiz emas, kim bo'lmaganingiz alamlidir. Sizdagi qobiliyatni, sizdagi imkoniyatni hech kim o'zingizdan yaxshiroq bilmaydi. O'zingiz ishongan har qanday ishni amalga oshirishingiz mumkin. Bunga ishongan vaqtigingizda hayotdagi o'z o'ringizni belgilagan bo'lasiz!



Beshinchi bo'lim haqida fikr, qo'shimcha va  
xulosangiz qanday?

Jasorat insonni g'alabaga,  
beqarorlik xatarga,  
qo'rqoqlik esa o'limga olib  
boradi.

**Seneka**

## OLTINCHI BO' LIM

### **JASORAT**





### JASORAT HAQIDA

Jasorat nima degani? Ichimizdagi niyat va maqsadlarni qo'rqmasdan amalga oshirishmi?

Har birimizda turli rejalarimiz bo'ladi, faqat ularni hayotga tatbiq qilmoqchi bo'lganimizda bizni qo'rquv va xavotir to'xtatib turadi. Jasorat - qo'rquvning yo'qligi emas. Jasorat, qo'rquv va xavotirlarimiz bo'lsa ham, maqsadlarimizdan voz kechmay, intilib, dilimizdagi reja va niyatlarni dadil amalga oshirishdir.

Masalan, biror biznes bilan shug'ullanmoqchimiz. Bu ish haqida hech narsa bilmagan vaqtimizda jasoratimiz eng yuqori darajada, o'zimizga ishonch juda baland bo'ladi. Vaqt o'tib ish bo'yicha ma'lumotlar olganimizda, mavzu haqida surishtirganimizda, aksincha, o'zimizga bo'lgan ishonch pasayib ketaveradi. Vaqt o'tishi bilan soha bo'yicha bilimlarimiz oshganida, o'zimizga ishonchimiz avval boshdagidek yuqori bo'lmaydi. Juda g'alati, to'g'rimi?

Jasur insonlarning bir-birlariga o'xshash taraflari bor. Ularning hammasida qo'rquvdan ustunroq bo'lgan yashash maqsadlari, qo'rquvdan muhimroq qadriyatleri bor. Jasur bo'lishni xohlasak, hayotimizda muhim va qadri

narsalarning sonini ko'paytirishimiz kerak. Ana shunda turli qo'rquvga soluvchi holatlarga duch kelganimizda, ularni yengish uchun o'zimizga qadri bo'lgan narsalar ko'z oldimizga keladi. Shu vaqt qo'rquvdan qo'rqmaslikni boshlaymiz.

“Hech narsa qo'rqmasdan amalga oshirishdir.”

Tomas Edison



*Muvaffaqiyat istalmagan joyga kelmaydi*

*Mag'lubiyat haqida o'ylasangiz, yengilgansiz.*

*Jasur emasman deb o'ylasangiz, qo'rqoqsiz.*

*G'alaba qozonishni istagan holda, g'olib bo'lolmayman deb o'ylashingiz, hech qachon g'alaba qozonolmasligingizni anglatadi.*

*Agar yutqazaman deb o'ylasangiz, siz allaqachon yutqazgansiz.*

*Hamma narsa insonning miyasida hal bo'ladi.*

*Agar siz mag'lub bo'ldim deb o'ylasangiz, mag'lub bo'lgansiz.*

*Yuksaklikka erishish uchun yuksak fikrlash kerak.*

*Bir sovrinni yutib olishdan avval o'zingizga ishonch hosil qilishingiz kerak.*

*Hayot uchun kurashda yutgan inson har doim ham eng kuchli yoki eng tezkor degani emas.*

*Ertami-kechmi muvaffaqiyatga erishgan inson, g'alaba qozonishini oldindan o'ylay olgan insondir.*

### JASORATNING FOYDASI

Dunyodagi ko'plab qobiliyatli insonlar jasoratsizligi tufayli ko'zga tashlanmay, ko'rinmay, soyada qolib ketganlar.

Sizga savolim bor: "mardlik" deganda nimani tushunasiz?

Kimdir mardlik deb rostgo'ylikni aytadi, kimdir esa vafodorlikni. Aytildigan ko'p mardliklar bor. Shu hamma sifatlardagi jasoratni sug'urib olsak, hayotimiz qanday davom etadi deb o'ylaysiz?

Dostoyevskiy shunday degan: "Qo'rquvdan tug'iladigan birinchi narsa - yolg'on". Jasoratni hayotimizdan chiqarib tashlagan vaqtimizda hamma mardliklardan asar qolmaydi. Chunki jasorat ularning hammasini o'rab turgan va himoyalagan bir qalqondir. Jasoratimizni yo'qota boshlashimiz bilan barcha mardliklar ham qo'rqoqlik tufayli o'z-o'zidan yo'qola boshlaydi.

“  
Hech narsaga jasorat qilmagan inson hech narsadan umid qilmasin”.

**Fridrix Shiller**



### • Hikoya •

Bir yigit o'rindiqqacha chiqishga harakat qilayotgan 11 oylilik bolakayni qo'ltig'idan olib, "Hoppa" deb chiqarib qo'ysa, otasining jahli chiqib:

- Nega unday qildingiz? - deb so'rabdi.

Yigit unga:

- U chiqishga harakat qilayotgandi, - debdi.

- Bilaman chiqishga harakat qilganini, lekin siz nega chiqarib qo'ydingiz? - deb qayta so'radi. Yigit tushunmagani uchun nima deyshini bilmay, uning yuziga tikilib qoldi.

- Siz nima qilib qo'yganingizni bilasizmi? - deb ota so'zida davom etdi. - O'g'lim bu o'rindiqqacha o'zi chiqmoqchi edi. U bu ishini bajarishga o'zi qaror qilgandi va buni amalga oshira olishiga ishongandi. Balki yarim soat, balki bir soat harakat qilardi. Ishonchim komilki, oxirida u o'rindiqqacha bimalol chiqa olardi. U o'rindiqqacha chiqqanda nima qilardi, bilasizmi? Birdan menga qayriilib qarardi. Muvaffaqiyatga erishgan ko'zlaridagi nur bilan menga qaraganida men unga jilmayib "chiqding" degan bo'lardim. Ehtimol, u tushar, keyin yana qaytadan chiqishga harakat qilardi, bu safar kamroq vaqt ketishi mumkin edi. Buni balki soatlab bajarar va yakunida osonlikcha chiqa oladigan holatga kelardi. Bu uning bugungi g'alabasi bo'lar edi. Lekin siz uning g'alaba tuyg'usini o'g'irladingiz!

### JASORAT - MUVAFFAQIYAT KALITI

Jasorat hayotdagi ko'plab muvaffaqiyatlarining poydevoridir. Ammo buning g'alati tarafi ham bor. Jasorat kundalik turmush hayotimizda va muvaffaqiyatga erishishimizda juda muhim omil bo'lsa-da, bizga uning ahamiyati maktabda ham, oliygohda ham o'rgatilmaydi. Insonda o'ziga nisbatan ishonch bo'lishi kerakligi qayta-qayta uqtiriladi, lekin jasorat tushuntirilmaydi. O'ziga ishonch bilan jasorat orasidagi farq shundaki, o'ziga ishonch - bajara olishni aniq bilish, jasorat esa bajarish, amalga oshirishdir.

Jasoratli insonning o'z aytar so'zi bo'ladi va u o'z so'zida qat'iy turadi. So'zlayotgan so'zi uchun javob beradi va mas'uliyatni his qiladi. Shunday ekan, kuch va quvvatingizni qo'rquv-laringizga emas, niyat va maqsadlaringizni amalga oshirishga sarflang!

“

Hayot - yoki jasorat bilan yashaladigan sarguzasht, yoki hech nima”.

Helen Keller



ITIJAN TAYYAR • TARG'IBAL

• **Hikoya** •

Sehrgarning uyida sichqon bor ekan. Doim mushukdan qo'rqib yurarkan. Sehrgar sichqonga rahmi kelib, uni mushukka aylantirib qo'yibdi. Sichqon mushukka aylangani uchun xursand bo'lish o'rniga, endi itdan qo'rqa boshlabdi. Sehrgar bu safar uni arslonga aylantiribdi. Arslonga aylangan sichqon quvonish o'rniga endi ovchidan qo'rqa boshlabdi. Sehrgar har nima qilsa ham, u biror narsadan qo'rqaverar ekan. Shunda uni yana asl holati – sichqonga aylantiribdi-yu shunday debdi: "Sen jasoratsiz, qo'rqoq ekansan. Senda faqatgina sichqonning yuragi bor. Shuning uchun senga yordam berolmayman".

ff

Dunyodagi ko'plab qobiliyatli insonlar kichik jasoratsizlik sababli yo'qolib ketisha.

**Sidney Smit**

YETTINCHI BO'LIM

“  
Yashash uchun, xotirjamlik va muvaffaqiyat uchun jasoratingiz bo'lsin. O'lishni hamma ham eplay oladi”.

**Robert Kodi**







### IMIY QANDAY BO'LIHI KERAK?

So'nggi vaqtlarda eng ko'p duch kelayotgan so'zlardan biri - imijdir.

“Imij” deganda nimani tushunasiz?

Insonlarning boshqalarda chiroyli taassurot qoldirishga harakat qilishi, chiroyli nom qozonish, ishxona, shahar, viloyatlarning obro'sini ko'tarish uchun qilinayotgan bezaklar va hokazolar umumiy nom bilan “imij” deb ataladi. Imij uch ko'rinishda bo'ladi.

Birinchisi - o'z imijimiz, ya'ni o'zimizni borimizcha, ko'rinishimiz bo'yicha, kundalik hayotda qilingan ishlar va xatti-harakatlar natijasida shakllangan imij.

Ikkinchisi - boshqalar bizni qanday ko'rishi bilan bog'liq imij. Ya'ni boshqalar o'z qarashlari va nuqtayi nazarlari bilan bizni qanday ko'ryapti?

Uchinchisi - yuqoridagi ikkisinin birlashganidan tashkil topgan imij. Aslimiz kabi ko'rinib, xatti-harakat va faoliyatimizni boricha namoyon etish, boshqalar qarshisiga yasama bezaklar bilan emas, balki erishayotgan real natijalar bilan chiqishimizga ideal imij deyiladi. Ideal imijga qanchalik keng qarasak,

shunchalik muvaffaqiyatli bo'lamiz. Chunki o'zimizni naqadar yaxshi, intiluvchan va samimiy odam deb hisoblasak ham, boshqalarning biz haqimizdagi fikri bunday bo'lmas ekan, urinishlarimiz kutilgan natijani bermaydi. Shu sababli yuqoridagi ikki bo'limning birlashuvi hamda keng qamrovlilik ideal imijimizning yanada muvaffaqiyatli bo'lishiga xizmat qiladi.

“  
Tashqi ko'rinish bilan maqtanish, g'ururlanish faqatgina ahmoqlarga xos odat”.

Luidji Pirandello



### • Hikoya •

Podshoh dushman hujumini bartaraf etish uchun askarlari bilan safarga chiqibdi. Qo'shin juda sekin ilgarilardi. Yo'l tor bo'lgani bois askarlar ekinzor va bog' oralab ham yurishga majbur bo'lishibdi. Havo juda issiqligidan askarlar suvsizlikdan mashaqqat chekardi. Uzumlari g'arq pishgan bir bog'dan o'tayotgan askarlardan biri chiday olmasdan bir shingil uzum uzib, changog'ini qondirgandek bo'libdi. Yegan uzumining haqini to'lash maqsadida xaltachaga bir miqdor oltin solibdi va tokka osib, yo'lida davom etibdi. Ko'p o'tmay dam olish uchun qo'shinga tanaffus berilibdi. Shu vaqt bir bog'bon qora terga botgan holda yugurib kelibdi. Bog'bon zudlik bilan uni podshoh huzuriga olib borishlarini so'rabdi. Bog'bonni podshohning huzuriga kiritishibdi. Podshoh:

- Nima bo'ldi, nega qora terga botding yoki askarlarim senga biron zarar yetkazdimi? - deb so'rabdi.

- Men shikoyat qilish uchun emas, aksincha, xursandligimni aytish uchun keldim. Shunday askarni, shunday qo'mondonni tabriklamasam insofsizlik bo'lardi.

- Askarlarim seni xursand qiladigan nima ish qilishdi?

- Askarlaringiz bog'imdan o'tib bo'lganlaridan keyin qarasam, daraxtga bog'lab qo'yilgan xaltachaga ko'zim tushdi. Ochib qarasam, ichida oltin bor ekan. E'tibor bersam, bir shingil uzum uzilgan ekan. Bu pullar uzilgan o'sha uzum uchun qoldirilganini tushunib yetdim. Qo'l ostingizda shunday insofli aksarlar bor ekan, aslo yengilmaysiz, - debdi bog'bon.

Podshoh o'sha askarni darhol huzuriga chaqirishlarini buyuribdi. Bog'bon "Bu askar qanday mukofot olar ekan" degan qiziqish bilan kuta boshlabdi. Nihoyat askar topilib, podshohning huzuriga keltirilibdi. Podshoh:

- Nega ruxsatsiz bunday qilding? Pulibirilgan bo'lsa ham, egasidan so'ramasdan narsasini olish mumkin emasligini bilmaysanmi? - deb askarning qilgan ishiga e'tiroz bildiribdi. Keyin: "Bu askar darhol safdan chiqarilsin", - deb buyruq beribdi. Bog'bon hayajonlangan holda podshohdan so'rabdi:

- Men bu askarni mukofotlashingiz uchun kelgandim, siz esa uni jazoladingiz...

- Harom luqma yegan askar bilan g'alaba qozonib bo'lmaydi. Shuning uchun uni askarlar safidan chiqardim. Agar olgan uzumining pulini tashlab ketmaganida edi, zolimlardan bo'lardi. U holda boshi tanasidan judo qilinishi mumkin edi.



### VA'DALAR HAQIDA

Har doim bergan va'damizning uddasidan chiqamizmi? Qanchasining uddasidan chiqamiz? Va'dalarimizga nisbatan mas'uliyatimizmi? "Bo'ldi, bu ishni o'zim hal qilaman, sen xotirjam bo'l!", "Ertaga buni bitirib qo'yaman", "Kelishganlarimizni bir haftada yetkazaman", - deb aytgan gaplarimizning qanchasini bajaramiz? Ba'zan katta va'dalardan bezib qolamiz, ba'zan kichik va'dalardan. Aslida, berilgan so'z ham, va'da ham, bajarilishi zarur majburiyatdir. Ayniqsa, bir tashkilotda ishlab, o'sha yerning qadriyatlari, maqsadlari, madaniyatiga ta'sir qilishimizni hisobga olganimizda, bu mas'uliyat yanada katta ekanini anglashimiz mumkin. Xoh katta lavozimdagi inson bo'lsin, xoh kichik bola bo'lsin, kimgadir va'da berilganida, va'daning ustidan chiqish juda muhim. Va'dalarga mas'uliyatsizlik bilan qarash ishonch va munosabatlarning tugashiga sabab bo'ladi.

“

Uddasidan chiqa oladigan va'dalarni ber. Keyin esa bergan va'dangdan ko'prog'ini bajar”.

### Aldous Xakslil

### • Hikoya •

Bir podshoh mamlakatning eng yolg'onchisi kim ekanini aniqlash maqsadida musobaqa tashkil qilibdi. Kimda-kim "Mana bu g'irt yolg'on" deya oladigan darajada yolg'on aytssa, yolg'onchiga bir xum oltin berishini va'da qilibdi. Saroyga juda ko'p yolg'onchilar kela boshlabdi. Yolg'onchilar har qancha aql bovar qilmaydigan darajada yolg'on aytishsa ham podshoh barchasiga: "Bo'lishi mumkin", - deb javob qaytararkan. Bundan podshoh ham o'zi zavqlanardi, ham bir xum oltin yonida qolardi.

Navbatdagi kishi qo'lida bo'sh xum bilan podshoh huzuriga kelib shunday debdi:

- Ellik yil avval bobongiz jangga chiqishi kerak bo'lib qolganida, xazinada yetarli mablag' bo'lmagan ekan. Bobongiz bobomdan bir xum oltin qarz olib, "Bu qarzimni, nabiram nabirangga to'laydi", - deb so'z bergandi. Bobongizning qarzini menga to'lab qo'ying.

Podshoh:

- Mana bu g'irt yolg'on! - deyishi bilan, yolg'onchi:

- Unday bo'lsa mukofotimni bering, - debdi.

Podshoh:

- Hmm, aytganlaring to'g'ri bo'lishi mumkin, - deganida, yolg'onchi:

- Unday bo'lsa qarzingizni to'lang, - debdi.



### Va'dalar haqida

Har doim bergan va'damizning uddasidan chiqamizmi? Qanchasining uddasidan chiqamiz? Va'dalarimizga nisbatan mas'uliyatimizmi? "Bo'ldi, bu ishni o'zim hal qilaman, sen xotirjam bo'l", "Ertaga buni bitirib qo'yaman", "Kelishganlarimizni bir haftada yetkazaman", - deb aytgan gaplarimizning qanchasini bajaramiz? Ba'zan katta va'dalardan bezib qolamiz, ba'zan kichik va'dalardan. Aslida, berilgan so'z ham, va'da ham, bajarilishi zarur majburiyatdir. Ayniqsa, bir tashkilotda ishlab, o'sha yerning qadriyatlari, maqsadlari, madaniyatiga ta'sir qilishimizni hisobga olganimizda, bu mas'uliyat yanada katta ekanini anglashimiz mumkin. Xoh katta lavozimdagi inson bo'lsin, xoh kichik bola bo'lsin, kimgadir va'da berilganida, va'daning ustidan chiqish juda muhim. Va'dalarga mas'uliyatsizlik bilan qarash ishonch va munosabatlarning tugashiga sabab bo'ladi.

“

Uddasidan chiqa oladigan va'dalarni ber. Keyin esa bergan va'dangdan ko'prog'ini bajar”.

**Aldous Xakslı**

### • Hikoya •

Bir podshoh mamlakatning eng yolg'onchisi kim ekanini aniqlash maqsadida musobaqa tashkil qilibdi. Kimda-kim "Mana bu g'irt yolg'on" deya oladigan darajada yolg'on aytasa, yolg'onchiga bir xum oltin berishini va'da qilibdi. Saroyga juda ko'p yolg'onchilar kela boshlabdi. Yolg'onchilar har qancha aql bovar qilmaydigan darajada yolg'on aytishsa ham podshoh barchasiga: "Bo'lishi mumkin", - deb javob qaytararkan. Bundan podshoh ham o'zi zavqlanardi, ham bir xum oltin yonida qolardi.

Navbatdagi kishi qo'lida bo'sh xum bilan podshoh huzuriga kelib shunday debdi:

- Ellik yil avval bobongiz jangga chiqishi kerak bo'lib qolganida, xazinada yetarli mablag' bo'lmagan ekan. Bobongiz bobomdan bir xum oltin qarz olib, "Bu qarzimni, nabiram nabirangga to'laydi", - deb so'z bergandi. Bobongizning qarzini menga to'lab qo'ying.

Podshoh:

- Mana bu g'irt yolg'on! - deyishi bilan, yolg'onchi:

- Unday bo'lsa mukofotimni bering, - debdi.

Podshoh:

- Hmm, aytinganlaring to'g'ri bo'lishi mumkin, - deganida, yolg'onchi:

- Unday bo'lsa qarzingizni to'lang, - debdi.



### TASHQI KO'RINISH QACHONDAN BUYON MUHIM?

“Chiroyli tashqi ko'rinish - ovozsiz tavsia maktubidir”, - degan ekan bir donishmand. Bu gaplar ikki ming yil avval lotin yozuvchisi hikoyasida keltirilgan. Ikki ming yil avval tashqi ko'rinish bilan bog'liq gaplar yozilganiga e'tibor bersak, demak, insonning kiyinishi, tashqi ko'rinishi har bir davr uchun ahamiyatli bo'lgan. Lekin bugun ust-bosh, kiyinish va tashqi ko'rinish mavzusi biroz boshqa tarafga tortib ketyapti. Ya'ni chiroyli tashqi ko'rinish - faqatgina sifatli kiyimlar, qimmat liboslarda va brend ust-boshlarni kiyish bilan bo'ladi degan tushuncha shakllanib bo'lgan. Aslida ikki ming yil avval yozilgan hikoyada chiroyli tashqi ko'rinish deb hayotda samimiy, mehri, bir so'zli bo'lish haqida so'z boradi. Kiygan brend kiyimlaringiz muhim emas. Muhimi, mavsumga, yoshga, mavqega mos kiyimlar tanlay olishimizdir. Kiyim yangi bo'masa ham, uni toza kiyish imij deyiladi.

“

Insonlar kitob kabidir. Muqovasiga qarab aldanmang. Haqiqiy qiymatini o'qishni boshlagach bilasiz”.

**Jaloliddin Rumiy**

### • Hikoya •

Podshoh vaziridan so'rabdi:

- Ta'lim muhimmi yoki tarbiyami?

Vazir o'ylab ham o'tirmay javob beribdi:

- Ta'lim muhim, podshohim.

Podshoh mamlakatining har yeriga jar soldi-ribdi.

- Odamlar-u odamlar, eshitmadim demanglar, eng yaxshi hayvon o'rgatuvchiga bir xalta oltin...

Eng yaxshi hayvon o'rgatuvchini podshoh huzuriga keltirishibdi. Podshoh hayvon o'rgatuvchidan so'rabdi:

- Bir mushukka qancha vaqtda patnisda choy bilan xizmat qilishni o'rgata olasan?

- Olti oyda o'rgata olaman, podshohim, - deb javob beribdi.

Olti oy o'tgach podshoh:

- O'rgatdingmi? - deb so'rabdi.

- O'rgatdim, podshohim, - debdi hayvon o'rgatuvchisi. Saroy mulozimlari yig'ilishibdi va mushuk ularga qo'lida patnis bilan xizmat



*ko'rsata boshlabdi. Mushuk vazir yoniga kelganida podshoh yana vazirdan:*

*- Vazir, ta'lim muhimmi yoki tarbiyammi? - deb so'rabdi.*

*Vazir yana avvalgi javobini aytibdi. Shunda podshoh cho'ntagida ushlab turgan sichqonni yerga tashlabdi. Mushuk patnisni tashlab, sichqonni quvlab ketibdi. Olti oylik ta'lim behuda ketibdi...*

### O'ZIMIZGA YARASHGANINI TOPISH

Eng to'g'ri kiyim shakli ham insonning o'ziga yarashgani, ham boshqalarga xush bo'lib ko'ringanidir. O'zimizga yoqqan turli kiyimlarni kiyib zavqlanishimiz mumkin. Lekin u kiyimlar bizga yarashmasa-chi? Masalan, erkaklar tor kiyimlar kiyib, qomatini bildirib turishi yoki ayollar kiygan kalta kiyim ularning o'ziga yoqishi mumkin. Atrofdagilar esa unga yarashmaganini bir qarashda sezadi. Aynan shu vaqtda boshqalarning tavsiya va fikrlariga e'tibor qilishimiz kerak. Chunki, aytganimdek, ideal imij uchun faqatgina o'zimizga yoqqani emas, boshqalar bizga qanday qarashi ham muhim. Shu sababli to'g'ri kiyim, to'g'ri mato, to'g'ri rang tanloviga ahamiyat qaratish kerak bo'ladi. O'zimizga nimalar yarashib, nimalar yarashmasligiga o'zimizning fikrimizdan tashqari boshqalarning tavsiyalariga ham e'tibor berishni unutmashimiz kerak.

“ Ilgari tashqi ko'rinishi betartib, lekin ichki dunyosi chiroyli insonlar bor edi. Hozirgi insonlar esa tashqi ko'rishi chiroyli, ichki dunyosi betartib”.

**Sa'diy Sheroziy**

“ Aslo tashqi ko'rinishga qarab hukm chiqarmang. Badevlat qalb arzon libos ostida bo'lishi mumkin”.

**Shotland maqoli**











## BIR GO'DAK HIKOYASI

Go'dakning go'zalligi ayolni hayratga soldi. Tim qora jingalak sochlari, katta qora ko'zlari, mittigina burni va jajji qizil lablari bilan shu kungacha ko'rgan go'daklari ichida ko'ngliga eng yaqin olgan chaqaloq edi. Uning mayin yonoqlaridan o'pib, xushbo'y hididan bahramand bo'lish uchun egilganida: "Menga tegmang... - degan tovush keldi. - Meni erkalashga haqqingiz yo'q..."

Ayol qo'rquv bilan atrofga qaradi. Xonada o'zi bilan chaqaloqdan boshqa hech kim yo'q edi. Tovush qayta takrorlanganda chaqaloqqa qarab, "Voy Xudoyim..." - deb yubordi. Endi tug'ilganiga qaramay, chaqaloq gapirar edi:

- Menga yaqinlashmang, - deb so'zini davom ettirdi. - Mendan darhol uzoqlashing...

Esankirab qolgan ayol biroz o'ziga kelib:

- Farzandlarimizning hammasi o'g'il bola. Ular ham chiroyli, lekin qiz bola boshqacha-da, shuning uchun seni o'pgim keldi, - dedi.

- Meni o'polmaysiz, men ham sizni o'polmayman...

- Nega o'polmaysan? - deb so'radi ayol.

Chaqaloq yig'i aralash:

- Buning sababini o'zingiz bilasiz. Yaxshilab o'ylab ko'ring, sababini anglaysiz, - dedi.

Ayol o'tgan davrida nimalar bo'lganligini eslayotib, hushiga keldi. U shifoxonaning xonasida yotardi va narkoz ta'sirida boshi aylanib turganida, shifokor unga shunday dedi:

- Tezroq tuzalib keting, abort muvaffaqiyatli o'tdi. Ha aytgancha, oldirilgan homila qiz bola ekan...

“ Dunyoda hattoki bir dona baxtsiz bola qolgan bo'lsa ham, buyuk ijodlar va rivojlanishlar hechdir”.



### O'G'RI FARZAND

Bir to'polonchi bola bor ekan. Onasi uning sho'xliklari uchun hech koyimas, bola "Mening juda yaxshi onam bor, meni hech koyimaydi, urishmaydi", - deb xursand bo'lar edi. Bolaning sho'xliklari vaqt o'tgan sayin ortib boribdi.

Kunlarning birida bola qo'shnisining tovuqxonasidan tuxum o'g'rilab, onasiga olib kelibdi. Onasi boshini silab: "Boram ulg'ayib, tuxum olib kelishni boshladi", - deb maqtabdi. "Tuxumni qayerdan olding?" - deb so'ramabdi.

Yana bir kun bola qo'ynida tovuq bilan uyga kelibdi. Onasi yana: "Qoyil, o'g'lim tovuq olib keldi", - debdi. Tovuqni qayerdan olganini so'ramabdi.

Bola har kuni biroh narsani o'g'rilab uyga keltirar, onasi esa: "Qoyil, o'g'lim", - deb maqtab qo'yar ekan.

Shunday qilib, oylar, yillar o'tibdi. Bola ulg'aygani sayin o'g'riliklari ortibdi.

Tuxum o'g'risi yillar o'tgach katta o'g'riga aylanibdi. Endi bank o'marib, yo'lto'sarlik qiladigan bo'libdi. Nihoyat, kunlarning birida qo'lga tushibdi. Unga o'lim jazosi hukmi berilibdi.

- So'nggi tilaging bormi? - deb so'rashibdi.

O'g'ri yigit:

- Ha, so'nggi bir tilagim bor. Suyukli onamni keltiring. Uning shirin tilini bir o'pay, - debdi.

Onani o'limga hukm qilingan o'g'lining yoniga olib kelishibdi.

O'g'ri yigit: "Onajon, bilaman, meni juda yaxshi ko'rasiz. Men ham sizni juda yaxshi ko'raman. Tilingizni chiqaring, shu shirin tilingizdan bir o'pay", - debdi.

Ona tilini chiqarib o'g'liga yaqinlashibdi. O'g'li esa onasining tilini o'payotgandek bo'lib, tishlab uzib olibdi. Onasi og'riqdan faryod solibdi.

Atrofdagilar o'g'riining bu ishiga darg'azablik bilan: "Shuncha qilmishing yetmaganidek, bu badbaxtlik nimasi?" - deyishibdi.

O'g'ri bo'lsa:

- Bugun o'sha uzilib tushkur shirin tili sababli o'lim jazosiga mahkum bo'ldim. Va nihoyat uzilib tushdi, - debdi. - Men bolaligimda tuxum o'g'rilab keldim, onamning bu shirin tili "qoyil, bolam", - deb maqtab, o'g'rilikni rag'batlantirdi. Agar o'sha paytlarda bu til menga to'g'rilikni o'rgatga, onam menga chiroyli tarbiya bersa edi, bugun o'limga mahkum qilinmasdim.



### Yozuvchi va o'q'li

Bir yigit sodir etgan jinoyati uchun sud qilinyotgan edi. Jinoyat qilishda ayb menda emas, buning sabablari bor degandek ko'z yosh to'kardi. Sudya unga:

- Menga qara, otangni tanirdim. Mashhur yozuvchi edi. Uni eslaysanmi?

Yigit:

- Uni juda yaxshi eslayman, - deb javob beribdi.

- Sudlanyapsan, umring temir panjaralar ortida o'tadfi. Otang ajoyib inson edi. U haqida nimalarni eslaysan?

Yigit qisqa muddat xayolga tolib, boshini ko'tarib, javob beribdi:

- Har doim otam bilan suhbatlashish uchun uning yoniga kelganimda, yozishdan boshini ko'tarib, menga qarab:

- Ket, juda bandman, - derdi.

Onam ham:

- Otangni bezovta qilma, derdi. - Yigitning ko'zlari yana yoshga to'ldi va so'zlarini davom ettirdi: - U bilan suhbatlashish uchun yoniga



kelganimda, menga qarab: “Tez chiqib ket, kitobni tugatishim kerak”, derdi. Janob sudya, balki siz otamni buyuk yozuvchi sifatida eslarsiz, ammo men uni yo‘qotilgan ota sifatida eslayman.

Bu so‘zlarni eshitgan sudya shunday debdi:

- Qanchalik alamli... Yozuvchi kitobini tugatibdi, lekin o‘g‘lini yo‘qotibdi...

Har avlod o‘zlaridan oldingi avlodning asaridir. Kelajakka qoldiriladigan eng muhim asar - solih avloddir.

“

*Shubhasiz, ideal tarbiya - bolani qilgan ayb ishlari uchun jazolash emas, uni ayb ishdan ehtiyot bo‘ladigan saviyaga olib chiqishdir.”*

**Peyami Safa**

### BIR BOLAKAYNING OTA-ONASIGA O‘GITI

Londondagi shifoxonaning psixiatriya bo‘limida davolanayotgan Kevin Hikkey ismli bolakay, doktorlarning fikriga ko‘ra, ota-onasi unga bilim olishi uchun ruxsat bermagan, buning oqibatida u tushkunlikka tushib, shifoxonaga keltirilgan. O‘tkazilgan tekshiruvlar Kevinning juda aqlli bolakayligini ko‘rsatdi. Kevin bir kuni yotog‘ida yotarkan, qo‘liga qalam bilan qog‘oz olib, o‘zi va ota-onasini ko‘z oldiga keltirgan holda ota-onalarga 13 oltin o‘g‘it yozibdi:

- Meni ko‘p erkalamang. Xohlagan narsaga ega bo‘la olishimni bilaman. Faqat sizni sinayapman.

- Menga yaxshi yoki yomon munosabatda bo‘lishdan tortinmang. Bunga chiday olaman. O‘zimga bo‘lgan ishonchimning oshishiga yordam beradi.

- Yomon xulqlarimning oldini oling. Kichikligimdayoq ularning paydo bo‘lishiga to‘sqinlik qilishingizga ishonaman.

- Xatolarimni boshqalarning oldida aytmang. Yolg‘iz o‘zim bilan birga gaplashingiz, gaplaringizni yaxshiroq tushunaman.

- Sizlarni yomon ko‘rishimni aytganimda mendan xafa bo‘lmang. Aslida sizdan emas,



balki sizning meni to'xtatmoqchi bo'lgan kunchingizni yomon ko'raman.

- Har qanday holatda ham meni qutqarmang. Ba'zan og'ritsa ham bunga o'rganaman.
- Mening kichkina kasalliklarimni kattalashtirmang. Men ularni yengishga qodirman.
- O'ylamasdan, o'zingiz amalga oshirib bo'lmaydigan narsalarni qilishingizga so'z bermang. Buni amalga oshira olmaganingizda xafa bo'lishimni unutmang.
- Men o'zim xohlagandek to'liq tushuntira olmasligimni unutmang. Ba'zan xato qilishim mumkin.
- Mening to'g'riso'zligimni ko'p sinamang. Qo'rqanimdan yolg'on gapirib qo'yishim mumkin.
- Tuturuqsiz bo'lmang. Bu meni ikkilantirishi, chalkashtirib yuborishi mumkin, bu esa sizga ishonishda ikkilanishimga olib keladi.
- Mendan uzr so'ramaydigan darajada mag'rur bo'lmang. Ba'zan samimiy uzr meni sizga juda yaqin qilishi mumkin.
- Unutmang, ulg'ayishim uchun sizning sevgingizga muhtojman. Lekin buni aytishim shart emas, shunday emasmi?

### SHAFTOLI DANAGI

Bir kichik bolakay shaftoli danagini tishi bilan chaqishga harakat qilardi. Otasi unga:

- O'g'lim, shaftoli danagini tishing bilan chaqolmaysan.
- Bola bu gapga parvo qilmay yana tishi bilan chaqishga urinardi. Oqibatda tishlari qattiq og'ridi. Qo'li bilan og'rigan tishini ushlab ko'rdi. Tishi qimirlab qolgandi.
- O'g'lim, - dedi otasi takror, - shaftolining danagi qattiq, tishlaringni sindirasan.
- Bolakay o'jarlik qilib, qattiq danakni baribir chaqmoqchi edi. Uni yerga qo'yib, oyoq kiyimining poshnasi bilan bosdi. Chaqilmadi. "Sen o'jar bo'lsang, men sendan ham o'jarman", - dedi bolakay. Bu safar tosh olib, u bilan chaqishga urindi. Har safar danakka urganda, uchib ketardi.
- O'g'lim, shaftoli danagi juda qattiq, - dedi otasi. - Uni kichkina tosh bilan chaqa olmaysan.
- Bolakay jahl bilan danakni tepdi. Danak ariq yonidagi tuproqqa tushdi. Bolakay jahl bilan danakni ustidan sakrab bosganча tuproq ostiga kiritib yuboribdi.



Oradan kunlar o'tdi. Bolakay shaftoli danagini unutgandi. Mahalladagi bolalar bilan o'ynab yurganida, otasi uni yoniga chaqirib:

- O'g'lim, bu nima? - dedi. Bolakay otasi ko'rsatgan tomonga qaradi. Kichkina, ikkita yashil bargli bir maysani ko'rib:

- O't, - deb javob berdi.

- O't emas, - dedi otasi. - Urinib chaqolmaganing shaftoli danagidan unib chiqqan shaftoli daraxtining niholi.

Bolakay qattiq danakni esladi. Tishi va tosh bilan, hatto tepib ham chaqolmagan danak niholga aylangandi. Bu nihol endi kattalashib daraxt bo'ladi, gullaydi, meva beradi.

Bola otasining so'zlaridan lol bo'lib qolgandi. Otasi yana so'zlarida davom etdi:

- Gachon va qanday holat bo'lishidan qat'i nazar, mushkul ahvolda qolganingda shaftoli danagini esla. Tishing bilan chaqilmagan danakni tosh bilan urib ham chaqa olmading. Lekin o'ziga mos tuproqqa tushgach, vaqti kelib qattiq qobig'ini parchalab, tuproqni ham teshadi va tomir otib o'sa boshlaydi. Bolakay diqqat bilan otasini eshitardi. Otasi jilmayib shunday dedi:

- Shaftoli danagiga, o'z kuchingga ishon!

### OYIJON, MENI SEVASIZMI?

Kichkina bola uyga kirishi bilan xursand bo'lib baqirdi:

- Oyijon, bilasizmi, bugun qush uyasida nimalarni ko'rdim?

- Ko'rmayapsanmi? Telefonda gaplashyapman.

Hammaning yoqtirgan narsalari har xil edi. Onasi telefonni, otasi mashinasini yaxshi ko'radi.

Telefon va mashina haqida mavzu ochilganida qolgan barchasi e'tibordan chetga surilar edi... Yana uyga mehmon keladigan bo'lsa, o'ziga umuman o'rin qolmasdi. Qayerga ketsa ekan?

Onasi telefonda gaplashishni tugatdi. Oshxonadan qozon tovushlari kela boshladi. Bola yugurib onasining yoniga keldi:

- Oyijon, sizga yordam beraymi? - deb yordamga tayyorlana boshladi.

- Tinchlikmi? Yana bir nimalarni boshlayapsanmi? Sen bilan ovora bo'lishga vaqtim yo'q. Juda charchaganman.



“Charchash” nima o‘zi? Ba‘zan qo‘lidayi o‘yincho‘g‘i uxlay boshlaganida buvisi sekin o‘yincho‘g‘ini qo‘lidan olib:

- Rosa charchabdi. Uyquning atirgul bo‘yli qo‘llari tebratsin seni, - deb peshonasini o‘pib qo‘yardi.

Charchash atirgul hidli bir uyquga olib ketsa, nega onasi bunday jahl bilan unga gapirdi.

- Oyijon, charchaganingizda atirgul hidli uyquga ketasiz. Buvijonim shunday deydi.

- Men uyquga ketsam atirgul hidlari ham daf bo‘lsin. O‘lgudek charchaganman. Bola-bu so‘zdan nafratlandi. “Bunday charchashdan charchadim, shunday charchadimki...”

- Oyijon, sizni charchamasin deb....

- Bolam, ovqat vaqtida gaplashamiz. Ulgurmayapman. Borib biroz o‘yna.

- Siz charchayapsiz-ku... Eee... Men ham o‘yin o‘ynashdan charchayapman. Nima qilay, bilmayapman?

Yoshi kattalar nima qilish mumkinmasligini bilishardi-da, lekin nima qilish kerakligini bilishmasdi.

Ayol bolaning gapirmay qo‘yganini sezdi. Birdan divan tomonga yugurdi. Bola jajji tizzalarini buklagan holda uxlab qolgan edi.

Ayol ichini pushaymonlik hissi to‘ldirdi. Sekin bolaning peshonasidan o‘pib qo‘ydi. Bolakay go‘yoki bir ishora kutayotgandek ko‘zlarini ppirirاتب:

- Ishingiz tugagandan keyin meni sevasizmi, oyijon? - dedi. Ayol mehr uchun vaqt so‘ragan bolasiga qarab tonggacha yig‘ladi...

Undan e‘tiborini ayamaydigan ota-onasi va o‘qishi uchun uyida ko‘plab kitoblari bor bo‘lgan bola kambag‘al emas”.



### **BOLA KO'RGANINI O'RGANADI**

- Agar bola doimo tanqid qilinsa, u yomonlashni va ayblashni, haqorat qilishni o'rganadi.
- Agar bola nafrat muhitida o'sib-ulg'aysa, janjal qilishni o'rganadi.
- Agar bola masxara qilinib, yerga urilsa, xorlikni, siqilishni o'rganadi.
- Agar bolaga doimiy ravishda uyat hissi bilan dakki berilsa, o'zini ayblashni o'rganadi.
- Agar bola bag'rikenglik bilan voyaga yetkazilsa, sabrli bo'lishni o'rganadi.
- Agar bola qo'llab-quvvatlanib, rag'batlantirilsa, o'ziga bo'lgan ishonishni o'rganadi.
- Agar bola maqtalib, taqdirlansa, qadrlashni o'rganadi.
- Agar bolaga hurmat ko'rsatilib voyaga yetkazilsa, adolatli bo'lishni o'rganadi.
- Agar bola oila ichida do'stlikni ko'rib voyaga yetsa, bu dunyoda baxtli bo'lishni o'rganadi...

### **FARZANDINGIZ BILAN SUHBATLASHING**

Bir kuni jim bo'lishni o'rgandim. Shunday jim bo'ldimki, umrimning oxirigacha gapirmoqchi emasdim. Chunki gapirmaslik mening kichik dunyoimda otam bilan munosabatlarimizning biri edi. Otam kechqurunlari uyga charchab qaytardi. Men kun davomida uyda siqilib, uning kelishini intizorlik bilan kutardim. Uyga kelishi bilanoq men bilan o'ynashini xohlardim. Otam meni quchoqlab o'pardida: "Qani, xonangga kir", - derdi. Kechki ovqat tayyor bo'lganida onam chaqirar va bu gal otam bilan dasturxon atrofida ko'rishardik. U onam bilan suhbatlashar, men suhbatga aralashmoqchi bo'lib gapirsam, ular meni eshitmasdi. Otamning jahli chiqardi:

- Kun bo'yi odamlarning gapi boshimni og'ritgani yetar, endi sen ham boshimni og'ritma, - derdi. Onam ham:
- Kun bo'yi sen bilan mashg'ul bo'ldim, otang bilan bir og'iz gaplashgani qo'yanammi, yo'qmi? - deb meni xonamga jo'natishardi. Chorasizlikdan boshimni egib, xonamga, ya'ni qamoqxonamga ketardim.

Otam orqamdan:



- Bizning alohida xonamiz ham yo'q edi, buning hamma narsasi bor, yana nima xohlaydi, tushunmayman, - deb dakkli berardi.

"Qaniydi mening ham alohida xonam bo'lmasa, uyimiz bir xonali bo'lsa-yu hammamiz bir xonada yashasak", derdim ichimda, lekin ovoz chiqarib buni aytishga jur'at etolmasdim.

Ovqatdan keyin otam uzanib qo'lga pulitni olar va televizor tomosha qilardi. Meni yoniga chaqirib biroz erkalardi.

Biror muhim narsa tomosha qilganida meni joyimdan hatto qimirlatmas edi. Ozroq yugurib o'ynay boshlasam, yana xonaga qamash boshlanardi. Shuni tushunib yetdimki, otam bilan gaplashmay jim o'tirsam, yaxshi kelisha olarkanmiz. Endi tovush chiqarmaydigan o'yinlar o'ylab topa boshladim. Avvalo, rasm chizishni boshladim. Otam chizgan rasmlarimdan juda xursand bo'fardi:

- Ana shunday o'yinlar o'yna, - derdi.

Ba'zan otam shunchaki ko'z yugurtirib qarar, rasm bilan bog'liq biror savol so'rasam, ajablanib menga qarardi. Lekin mendan jahli chiqib xonamga jo'natmasdi. Mening bunday xatti-harakatimni onam qo'shnilarimizga:

- Oxirgi vaqtlarda mening o'g'lim aqlli bo'lib qolgan, - deb maqtanardi.

Rasmlarim ko'payib ketganidan xonam betartib bo'la boshladi. Shunda onam:

- Xonangni yig'ishtir! - deb xonamga kiritib ustimdan yopib qo'yganida ishni nimadan boshlashni bilmay qolardim. Men bular bilan mashg'ul bo'lar ekanman, vaqt o'tib ketardi, lekin xonamni yig'ishtirolmadim.

Bir kuni oilamiz rasmini chizdim. Otam uyga kelganida u bilan gaplashish uchun qulay vaqtni mo'ljalladim. Har doimgidek kechki ovqat yeb bo'lindi, xonaga o'tdik. Otam o'tirganida chizgan rasimni olib keldim. Otam qaradi.

- Hmm, - dedi. - Juda chiroyi bo'libdi. Bu odam men bo'lsam kerak har holda, - dedi.

Men esa:

- Yo'q, u odam siz emas, bu bolakay sizsiz, - dedim.

U:

- Yo'q, bu odam menman, bu bolakay sensan, bu kichkina qizcha esa sening o'rtog'ing, - dedi. Men yana:

- Yo'q, bu katta odam menman, bu kichkina odam sizsiz, bu kichkina qizcha esa onam, - dedim.

Otam men bilan tortishishdan voz kechib:

- Yaxshi, nega bizni kichkina qilib chizding? - dedi.



Hayajon bilan tushuntira boshladim.

- Men ulg'ayib katta odam bo'laman. Ish topib ishlayman. Sizlar esa keksayib kichkinalashib qolasizlar. Bellaringiz bukilib Rustam amaki va Nodira xolaga o'xshab kichkina bo'lib qolasizlar. Men ishdan kelganimda charchagan bo'laman. Men bilan gaplashmoqchi bo'lganingizda ishdan boshim og'rib kelganim uchun sizlarni eshitmayman. Sizlar men bilan biror narsa haqida suhbatlashmoqchi bo'lganingizda, "Qani, xonalaringizga kiring, mening boshim og'rimasin!" - deyman. Yana: "Hamma narsalaringizni olib beryapman. Xonangiz issiq, yana nima xohlaysiz?" - deb baqiraman. Otam bilan onamning ko'zlari moshdek ochildi. Ular quloqlariga ishonishmasdi...

Meni quchoqlab, shunday samimiy mehr bilan qarashdiki, qancha gapirsam ham meni to'xtovsiz eshitishga tayyordek edilar.

“

Farzandingiz nasihatdan ko'ra ko'proq yaxshi o'rnak bo'lishingizga muhtoj”.

**Jozef Jobert**

### FARZANDIM NEGA KASAL BO'LDI?

Bir ayol yillar o'tib o'g'il farzandli bo'ldi. Ona bolasini shunchalik sevardiki, uning uchun hech qanday qiyinchilik yo'q edi go'yo. Kunlardan bir kuni bola kasal bo'lib qoldi. Ona bolasini boshidan bir daqiqa bo'lsa ham ayirmabdi. Bolaning kasali borgan sari og'irlashdi, vaqt o'tib so'nggi daqiqalarini yashamoqda edi. Ona bolasining boshida ikki ko'zidan yoshlari daryo bo'lib oqib, bir tomondan shunday der edi:

- Oh, mening yagonam bolam! Bilmayman, qayerdan kasal bo'lding? Tug'ilganingdan beri otang bilan senga e'tiborli bo'ldik. Doktorlar toza havoda, quyosh kuydiradi, sovuq qilishni aytishdi, tuproq kirlatadi deb hech shamollatadi, tashqariga chiqarmadim, top-toza qilib uyda olib o'tirdim. Seni charchamasin deb senga umuman ish qildirmadik. O'qishing boshlandi, seni charchamasin, o'qituvchisidan gap eshitmasin deb hamma uy vazifalarini o'zim qilib berardim. Senga zarari tegmasin deb o'rtoqlaring bilan o'ynashga ruxsat bermasdim. Seni masxara qilmasin deb doimo yoningda bo'ldim. Yemadim yedirdim, kiymadim kiydirdim, sochimni supurgi qildim. Shuncha parvarishga qaramasdan nega kasal bo'lding, tushunmadim?!



## XOTIMA

Hozirgina bir e'lonni o'qib qoldim. Unda shunday yozilgan edi: "Kecha so'nggi chiqqan "Ayfon"dan oldim. Bugun yetti yoshli o'g'lim telefonni qo'lidan tushirib, buzdi. Xohlovchilar bo'lsa, arzoniga sotaman. Aqlli va odobli bola".

Achinarli e'lon. Balki shunchaki hazil bilan yozilgandir dersiz. Mayli, ammo har qanday hazilda ham doim haqiqatning hissasi bo'ladi. Axir kunda, kunora o'z farzandini sotayotganida qo'lga olingan ota-onalar haqidagi xabarlarini o'qiyapmiz, eshityapmiz. Bular faqatgina qo'lga olingani va xabarlarda chiqqani. Qolganlarichi? Va meni qiynayotgan savol: "Nima uchun?"

Atrofga qarasangiz, telefonga, televizorga tikilib, virtual hayotdagi odamlarga havas qilib, o'zini baxtsiz his qiluvchi insonlar ko'pligini ko'rasiz. Bunday insonlar baxtni kiygan so'nggi urfdagi kiyimi, qimmat telefoni va mashinasi kabi matchlar bilan o'lchashadi va matchlar orqali qadrlil bo'lishni istashadi. Yashashdan maqsadi o'sha matchlarga erishishdangina iborat kishilar do'stni ham sotadi, farzandni ham, vatanni ham...

Ba'zan: "Nima uchun marketing haqida kitob yozmaysiz?" - deb mendan so'rashadi. Qanday

qilib o'zimizni qurbonlarga aylantirayotgan marketing haqida kitob yozay?!

Amerikaliklarning "Ayfon"ini olib, amerikaliklarning interneti orqali, amerikaliklarning ijtimoiy tarmoqlaridan foydalanib, mashhur, boy, dabdabali hayot kechirayotgan insonlarni kuzatamiz. Keyin o'z hayotimizni boshqalarniki bilan solishtiramiz. Bu esa o'zimizga nisbatan ishonchsizlik, tushkunlik, baxtsizlik hislarini uyg'otadi. Keyin o'zimizni ovutish va boshqalarga baxtli ekanimizni isbotlash uchun kerak-nokerak mahsulotlarni olaveramiz, olaveramiz... Ko'pincha yana o'sha amerikaliklarning mahsulotini. Shu sababli bugun odamlar "Ayfon"-12 ning orqasidan yugurib yurgan bo'lsa, besh yildan keyin "Ayfon"-17 ning ortidan yugurayotgan bo'ladi. Kulgili tomoni, amerikaliklar u telefonni boshqa yerlarda ikki yuz dollarga yasatib, tishlangan olmaning logotipini yopishtirib, bizga ming-ikkiming dollarga sotayпти. Biz esa yonimizdagijonjigar qo'shnimiz, qarindoshimizning sharoitiga parvo qilmay, o'zimizni ko'z-ko'z qilish uchun pulni sochaveramiz, sochaveramiz. Umrimizni arziymas matchlar-u dabdabalar uchun pul topishga sarflab, "non qimmatlashdi", deb nolib qo'yamiz...



Ko'pincha "ishsizlik ko'p, inqiroz bor, hammasi borgan sari qiyinlashib ketyapti" qabilidagi gaplarni aytamiz, to'g'rimi? Dunyoning bir necha davlatlarini ko'rgan, yashagan inson sifatida sizga shuni aytaman: O'zbekiston - imkoniyatlar eshigi keng ochiq bo'lgan sanoqli davlatlardan biri. Chunki o'z ishini yaxshi bilmaydigan, yaxshi ko'rmaydigan insonlar shunchalik ko'pki, siz halol, bilimli, ishonchli va vazifangizda mas'uliyatli bo'lsangiz, so'zsiz, qadr topasiz, muvaffaqiyatga erishasiz.

Qaysi sohada faoliyat yuritishingiz, qaysi lavozimda ishlashingizdan qat'i nazar, uni xalqimizga, insonlarimizga xizmat - sharaflilik mehnat uchun berilgan katta imkoniyat deb qarang! Mana shunday yaxshi ishlar qilish imkoniyatini qo'ldan boy bermasligingizni tilayman!

Bu kitobni Martin akaning gaplari bilan tugataman.

Sevgi va hurmat bilan

Sanjar Xo'ja

11-dekabr, 2020-yil

“

Agar sizdan ko'chalarni supurish so'ralsa, bu ishni Mikelanjelo rasm chizgani kabi, Betxoven musiqa bastalagani kabi yoki Shekspir she'ri yozgani kabi bajaring. Shunchalik chiroyli supuringki, osmon-u yerdagi barcha narsa to'xtab, bu yerda dunyodagi eng yaxshi tozalovchi yashar ekan deb aytsin”.

**Martin Lyuter**







HAQIQIYAT

MUALLIF HAQIDA

Ommasopiq nashri

Sanjar Xo'ja

AL'OX SANJAR

1988-yil Toshkent shahrida tugʻilgan. Uchuvchi

Uchuvchi, aviator, o'zbekistonlik aviatorlarining birinchi

2003-2006-yillarda "Yosh aviatorlar" jamoasida

2003-2006-yillarda "Yosh aviatorlar" jamoasida

2003-2006-yillarda "Yosh aviatorlar" jamoasida

2003-2006-yillarda "Yosh aviatorlar" jamoasida

2003-2006-yillarda "Yosh aviatorlar" jamoasida

2003-2006-yillarda "Yosh aviatorlar" jamoasida

2003-2006-yillarda "Yosh aviatorlar" jamoasida

2003-2006-yillarda "Yosh aviatorlar" jamoasida

2003-2006-yillarda "Yosh aviatorlar" jamoasida

2003-2006-yillarda "Yosh aviatorlar" jamoasida

2003-2006-yillarda "Yosh aviatorlar" jamoasida

2003-2006-yillarda "Yosh aviatorlar" jamoasida

2003-2006-yillarda "Yosh aviatorlar" jamoasida

"Muharrir nashriyoti"



8909

Terishga 2021-yil 20-noyabrda berildi.

Bosishga 2022-yil 12-fevralda ruxsat etildi.

Bichimi: 84x108 1/32. "Calibri" garniturasida

ofset bosma usulida ofset qog'ozida bosildi.

5 shart. b.t. 8,15 hisob nashr. tab.

Adadi 5000 nusxa. 04-son buyurtma.

"Muharrir nashriyoti" matbaa bo'limida chop etildi.  
100185, Toshkent shahri, Chilonzor tumani, 20A-mavzei,  
E-mail: So'galli ota ko'chasi, 5-uy. E-mail: muharrir@list.ru